

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Смирнов Сергей Николаевич
Должность: врио ректора
Дата подписания: 06.06.2022 16:44:45
Уникальный программный ключ:
69e375c64f7e975d4e8830e7b4fcc2ad1bf35f08

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации

ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет»



Рабочая программа дисциплины (модуля) (с аннотацией)

Физическая культура и спорт

Специальность

38.05.01 ЭКОНОМИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ

Специализация

«Экономико-правовое обеспечение экономической безопасности»

Для студентов 1 - 2 курсов очной формы обучения

Составитель: Титкова И.А., ст. преподаватель

Тверь, 2021

Аннотация

1. Наименование дисциплины (или модуля) в соответствии с учебным планом

Физическая культура и спорт

2. Цель и задачи дисциплины

Целью освоения дисциплины является: формирование теоретических знаний о роли физической культуры, а также изучение методов, направленных на использование разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья.

Задачами освоения дисциплины (модуля) являются:

- понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- знание теоретических основ физической культуры, спорта и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре и спорту;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

3. Место дисциплины (или модуля) в структуре ООП

Дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к базовой части учебного плана специальности 38.05.01 «Экономическая безопасность» специализация «Экономико-правовое обеспечение экономической безопасности». Она закладывает основы знаний для освоения дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту/Адаптивная физическая культура».

4. Объем дисциплины (или модуля):

2 зачетные единицы, 72 академических часа, в том числе контактная работа в первом и третьем семестрах: лекции 18 часов, практические занятия 18 часов.

5. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (или модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

<p>Планируемые результаты освоения образовательной программы (формируемые компетенции)</p>	<p>Планируемые результаты обучения по дисциплине (или модулю)</p>
<p>ОК-9 – Способность организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни</p>	<p>Первый уровень Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять индивидуально подобные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, комплексы упражнений атлетической гимнастики; - выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации; - преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения; - осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой; - использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни
	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья; - направления профилактики профессиональных заболеваний и вредных привычек; - способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; - правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности; - научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни
	<p>Второй уровень Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - способами повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья; - прикладными видами спорта; - навыками организации собственной жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни

6. Форма промежуточной аттестации в первом и третьем семестрах: зачет.

7. Язык преподавания русский.