Аннотация рабочей программы дисциплины
Физическая культура

Направление подготовки
38.03.02 Менеджмент
Профиль подготовки
Производственный менеджмент
Управление малым бизнесом
Логистика

1. Цели освоения дисциплины (модуля)

Цель дисциплины: формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

Для достижения поставленной цели предусматривается решение оздоровительных, образовательных и воспитательных **задач**:

Оздоровительные задачи – укрепление здоровья, улучшение физического и психического состояния, коррекция телосложения. Результатом решения этой задачи должно стать улучшение физического развития студентов.

Образовательные задачи – формирование двигательных умений и навыков, приобретение знаний научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни, обеспечение необходимого уровня физической и психической подготовленности студентов для обеспечения жизнедеятельности, овладение умениями по самоконтролю в процессе занятий физической культурой, самоопределение в физической культуре.

Воспитательные задачи – формирование потребности в физическом самосовершенствовании и подготовке к профессиональной деятельности, формирование привычки к здоровому образу жизни, воспитание физических и волевых качеств, содействие эстетическому воспитанию и нравственному поведению, профилактика зависимостей.

2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Учебная дисциплина «Физическая культура» является разделом гуманитарного компонента образования и направлена на всестороннее развитие личности студента, формирование устойчивой мотивации и потребности к здоровому образу жизни, физическому совершенствованию, приобретению знаний и умений по использованию средств и методов физической культуры, для повышения умственной и физической работоспособности в трудовой деятельности.

В учебную программу по физической культуре вошли требования к студенту по теоретическому и практическому разделам, план распределения учебных часов по курсам, методика контроля за динамикой физической и технической, подготовленности студентов, содержание учебного материала отделений, методика проведения спортивно-массовых мероприятий, зачетные требования,

тематика реферативных работ. Программа составлена с учетом наличия научно-педагогических кадров, материальной базы и особенностей профессиональной подготовки студентов.

При разработке учебной программы составители руководствовались приказами, а также «Примерной программой дисциплины «Физическая культура», составленной в соответствии с государственными образовательными стандартами высшего профессионального образования.

3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

В соответствии с требованиями основной образовательной программы подготовки бакалавра в результате изучения дисциплины «Физическая культура» у студентов должны сформироваться следующие **компетенции (ОК)**:

способностью придерживаться этических ценностей и здорового образа жизни (ОК-22)

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

знать:

- влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;
- способы контроля и самоконтроля оценки физического развития и физической подготовленности;
- правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности;
- основы здорового образа жизни;

уметь:

- выполнять индивидуально комплексы оздоровительной физической культуры;
- выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации;
- преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения;
- выполнять приемы защиты и самообороны;

владеть:

- знаниями основ физической культуры и здорового образа жизни;
- системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств, самоопределение в физической культуре;
- методикой самостоятельных занятий физической культурой и спортом;
- методами самоконтроля за состоянием своего организма