



**ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ПРОФСОЮЗОВ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«АКАДЕМИЯ ТРУДА И СОЦИАЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ»
КРАСНОЯРСКИЙ ФИЛИАЛ**

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Физическая культура и спорт

Направление подготовки: 38.03.01 «Экономика»

**Профиль подготовки: «Бухгалтерский учет, анализ и аудит»
«Финансы и кредит»; «Экономика труда»**

**Квалификация выпускника
Бакалавр**

Кафедра: социально-экономических дисциплин

Красноярск – 2017

1. Цель и задачи дисциплины

Целью изучения дисциплины «Физическая культура и спорт» является 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 профессиональной деятельности.

Задача изучения дисциплины - понимать социальную роль физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности; знать научно – биологические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни; сформировать мотивационно-целостные отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребность в регулярных занятиях физическими упражнениями; овладеть системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре; обеспечить общую и профессионально-прикладную физическую подготовленность, определяющуюся психофизической готовностью студента к будущей профессии; приобрести опыт творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина «Физическая культура и спорт» входит в блок Б.1 Б.24 дисциплин учебного плана ОПОП ВО по направлению подготовки 38.03.01 Экономика.

3. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование общекультурных компетенций:

ОК-8 способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
В результате освоения дисциплины бакалавр должен:

ОК-8

знать: методы физического воспитания и укрепления здоровья;

уметь: поддерживать уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

владеть: средствами самостоятельного методически правильного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья.

4. Содержание дисциплины

Тема 1. Основы здорового образа и стиля жизни студента

Тема 2. Средства физической культуры в регулировании работоспособности

Тема 3. Основные методики самостоятельных занятий физическими упражнениями

Тема 4. Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания