


Документ подписан простой электронной подписью Информация о владельце: ФИО: Тюлегенова Рамса Амиржановна Должность: Директор Дата подписания: 19.06.2023 14:01:07	 МИНОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИИ Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ») Костанайский филиал	
Уникальный идентификатор программы дисциплины "Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Силовая гимнастика" по направлению подготовки (специальности) "ЭКОНОМИКА" направленности (профилю) Бухгалтерский учёт и аудит		стр. 1 из 3

Аннотация рабочей программы дисциплины (модуля)

Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Силовая гимнастика

Направление подготовки (специальность)

38.03.01 ЭКОНОМИКА

Направленность (профиль)

Бухгалтерский учёт и аудит

Присваиваемая квалификация (степень)

Бакалавр

Форма обучения

очная

Костанай, 2023 г.

Аннотация рабочей программы дисциплины "Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Силовая гимнастика" по направлению подготовки (специальности) "ЭКОНОМИКА" направленности (профилю) Бухгалтерский учёт и аудит	стр. 2 из 3
---	-------------

1 ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1 Цели

Целью освоения дисциплины является формирование компетенций по "Элективным дисциплинам (модулям) по физической культуре и спорту. Силовая гимнастика", направленных на развитие личности студента и способности применения средств и методов силовой гимнастики для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

1.2 Задачи

Для достижения поставленной цели предусматривается решение следующих задач:

- формирование навыков межличностного общения в коллективе, толерантного восприятия социальных, этнических и культурных различий;
- формирование способности к поддержанию должного уровня физической подготовленности для полноценной деятельности;
- формирование умений и навыков для оказания первой помощи в экстремальных ситуациях;
- формирование у студентов мотивационно-ценностного отношения к здоровью и занятиям физкультурно-спортивной деятельностью.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Цикл (раздел) ОПОП:	Б1.ФКиС.ДВ.01.01
---------------------	------------------

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

ОК-7: способностью к самоорганизации и самообразованию

Знать:

Уровень 1	Медико-биологические и психологические основы физической культуры.
Уровень 2	Оздоровительные и восстановительные средства и методы физической культуры, для оптимизации своего организма: психического, физического и соматического здоровья. Правила личной гигиены и технику безопасности при занятиях физкультурно спортивной деятельностью характеристику положительных и отрицательных факторов, оказывающих воздействие на здоровье человека.
Уровень 3	Основы организации самостоятельных занятий и самоконтроля, за состоянием своего организма. Роль физической культуры в развитии человека и подготовке бакалавра.

Уметь:

Уровень 1	Использовать накопленные в области физической культуры и спорта духовные ценности, для воспитания патриотизма, формирование здорового образа жизни, потребности в регулярных физкультурно-спортивных занятиях.
Уровень 2	Правильно организовать режим своего времени, приводящий к здоровому образу жизни.
Уровень 3	Методически правильно пользоваться средствами и методами физической культуры, лечебной физической культуры, самомассажа и релаксации для восстановления, оздоровления и поддержания физиологических систем организма в оптимальной форме.

Владеть:

Уровень 1	Навыками физических упражнений, физической выносливости, подготовленности организма серьезным нагрузкам в экстремальных ситуациях; средствами и методами физкультурно-спортивной деятельности.
Уровень 2	Личным опытом использования физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных и профессиональных целей.
Уровень 3	Средствами и методами физической культуры, обеспечивающих профилактику производственного утомления и травматизма.

ОК-8: способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Знать:

Уровень 1	Влияние оздоровительных систем силовой гимнастики на укрепление здоровья, профилактику у профессиональных заболеваний и вредных привычек.
Уровень 2	Способы контроля и оценки силовой гимнастики и физической подготовленности.
Уровень 3	Правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности.

Уметь:

Аннотация рабочей программы дисциплины "Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Силовая гимнастика" по направлению подготовки (специальности) "ЭКОНОМИКА" направленности (профилю) Бухгалтерский учёт и аудит		стр. 3 из 3
Уровень 1	Разрабатывать и использовать индивидуальные программы для повышения адаптационных резервов организма, коррекции физического состояния и телосложения.	
Уровень 2	Преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения.	
Уровень 3	Выполнять приемы страховки и самостраховки.	
Владеть:		
Уровень 1	Основные природные и техногенные опасности, их свойства и характеристики.	
Уровень 2	Овладение учащимися техникой выполнения упражнений силовой гимнастики.	
Уровень 3	Современными методами повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья.	
ОК-9: способностью использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций		
Знать:		
Уровень 1	Основные природные и техногенные опасности, их свойства и характеристики	
Уровень 2	Основы системного подхода к анализу природных и техногенных опасностей и обеспечению безопасности.	
Уровень 3	Теоретические основы и технологию формирования культуры безопасности жизнедеятельности.	
Уметь:		
Уровень 1	Идентифицировать основные опасности среды обитания человека, оценивать риск их реализации.	
Уровень 2	Применять систему о различных видах физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях.	
Уровень 3	Принимать решения по обеспечению безопасности в условиях производства и ЧС.	
Владеть:		
Уровень 1	Понятийно-терминологическим аппаратом в области безопасности жизнедеятельности	
Уровень 2	Навыками по обеспечению безопасности в системе «человек-среда обитания».	
Уровень 3	Навыками анализа развития событий при различных опасных ситуациях.	

4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)		
Общая трудоемкость		0 ЗЕТ
Часов по учебному плану	: 328	Виды контроля в семестрах: зачеты 3, 4, 5, 6, 7
в том числе	:	
аудиторные занятия	: 216	
самостоятельная работа	: 112	
:	:	