


Документ подписан простой электронной подписью Информация о владельце: ФИО: Тюлегина Рамса Амиржановна Должность: Директор Дата подписания: 19.06.2023 14:08:00	 МИНОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИИ Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ») Костанайский филиал	
Уникальный идентификатор документа: 125b8acc70e528e4508a19c5e044e5c707e7486e18009ae0b934394f	Аннотация рабочей программы дисциплины "Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Фитнес-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. Фитнес гимнастика

Направление подготовки (специальность)

38.03.01 ЭКОНОМИКА

Направленность (профиль)

Бухгалтерский учёт и аудит

Присваиваемая квалификация (степень)

Бакалавр

Форма обучения

заочная

Костанай, 2023 г.

Аннотация рабочей программы дисциплины "Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Фитнес 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. Фитнес гимнастика", формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств фитнес 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 использования различных методик и техник фитнес гимнастики для укрепления своего здоровья;
- формирование у студентов практических умений и навыков выполнения основных физических упражнений фитнес гимнастики;
- формирование личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к фитнес гимнастике, установки на здоровый образ жизни, физическое совершенствование и самовоспитание, привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Цикл (раздел) ОПОП:	Б1.ФКиС.ДВ.01.06
---------------------	------------------

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

ОК-9: способностью использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций

Знать:

Уровень 1	Основные опасности, их свойства и характеристики.
Уровень 2	Характер воздействия вредных и опасных факторов на человека и природную среду.
Уровень 3	Приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций.

Уметь:

Уровень 1	Использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций.
Уровень 2	Анализировать свою деятельность и применять методы эмоциональной и когнитивной регуляции.
Уровень 3	Эффективно и адекватно применять меры доврачебной помощи в конкретных ситуациях.

Владеть:

Уровень 1	Приемами первой помощи, методами защиты в условиях чрезвычайных ситуаций а так же навыками рефлексии и саморегуляции.
Уровень 2	Навыками рефлексии и саморегуляции.
Уровень 3	Основными методами защиты при чрезвычайных ситуациях.

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

Знать:

Уровень 1	Методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
Уровень 2	Роль физической культуры и спорта в развитии личности.
Уровень 3	Основные направления в сфере физической культуры.

Уметь:

Уровень 1	Характеризовать задачи и функции физической культуры.
Уровень 2	Анализировать основные средства и методы физической культуры.
Уровень 3	Систематизировать средства и методы физической культуры в зависимости от поставленных задач.

Владеть:

Уровень 1	Методами техники безопасности при занятиях физической культурой.
Уровень 2	Средствами и методами физической культуры необходимыми для обеспечения полноценной жизнедеятельности.

Аннотация рабочей программы дисциплины "Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Фитнес гимнастика" по направлению подготовки (специальности) "ЭКОНОМИКА" направленности (профилю) Бухгалтерский учёт и аудит		стр. 3 из 3
Уровень 3	Способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	

ОК-7: способностью к самоорганизации и самообразованию

Знать:

Уровень 1	Основные принципы самоорганизации и самообразования.
Уровень 2	Основные принципы самоорганизации и самообразования, методы и способы получения информации, необходимой для самообразования.
Уровень 3	Основные принципы самоорганизации и самообразования, методы, способы и средства получения, хранения и переработки информации, необходимой для самообразования.

Уметь:

Уровень 1	Организовать свое время, самостоятельно критически мыслить, формулировать свою точку зрения. Характеризовать задачи и функции физической культуры.
Уровень 2	Организовать свое время, необходимое для учебы и самообразования, самостоятельно критически мыслить, формулировать и отстаивать свою точку зрения.
Уровень 3	Организовать свое время, необходимое для учебы и самообразования, самостоятельно критически мыслить, формулировать и отстаивать свою точку зрения, применять методы и средства познания для решения задач профессионального характера.

Владеть:

Уровень 1	Методами повышения квалификации.
Уровень 2	Методами повышения квалификации, навыками накопления, обработки и использования информации.
Уровень 3	Методами повышения квалификации. Методами техники безопасности при занятиях физической культурой.

4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Общая трудоемкость		0 ЗЕТ
Часов по учебному плану	: 328	Виды контроля на курсах: зачеты 2, 3, 4
в том числе	:	
аудиторные занятия	: 20	
самостоятельная работа	: 288	
часов на контроль	: 20	