



## 1 ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### 1.1 Цели

формирование физической культуры личности и способностей направленного использования разнообразных методов и средств физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности посредством освоения и изучения техники баскетбола.

### 1.2 Задачи

- сформировать мотивационно-ценностное отношение к физической культуре, установке на здоровый образ жизни;
- сформировать навыки поддержания необходимого уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной деятельности;
- развить физические качества посредством освоения обучающимися техники и тактики игры в баскетбол, обучение новым видам движений, обогащение занимающихся двигательным опытом;
- сформировать способность использовать возможности образовательной среды для достижения личностных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами баскетбола.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Цикл (раздел) ОПОП:

К.М.03.ДВ.01.05

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

**УК-7.1: Применяет знания здоровьесберегающих технологий для поддержания должного уровня физической и функциональной подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.**

### Знать:

|           |  |
|-----------|--|
| Уровень 1 | Знает основное содержание здоровьесберегающих технологий.  |
| Уровень 2 | Знает требования к уровню физической подготовленности.   |
| Уровень 3 | Знает требования к уровню физической подготовленности, обеспечивающему полноценную социальную и профессиональную деятельность. |

### Уметь:

|           |   |
|-----------|---|
| Уровень 1 | Умеет использовать методы и средства физической культуры для повышения своих функциональных и двигательных возможностей.  |
| Уровень 2 | Умеет использовать методы и средства физической культуры для достижения личностных и жизненных целей.   |
| Уровень 3 | Умеет использовать методы и средства физической культуры, знания здоровьесберегающих технологий для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. |

### Владеть:

|           |  |
|-----------|--|
| Уровень 1 | Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья.   |
| Уровень 2 | Владеет средствами и методами физического самосовершенствования.   |
| Уровень 3 | Владеет методами и средствами здоровьесберегающих технологий для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. |

**УК-7.2: Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности.**

### Знать:

|           |  |
|-----------|--|
| Уровень 1 | Знает понятие, технологию, принципы, правила и методы планирования рабочего и свободного времени для систематических занятий физической культурой. |
| Уровень 2 | Знает и понимает роль физической и умственной нагрузки для обеспечения работоспособности   |
| Уровень 3 | Знает требования к оптимальному сочетанию физической и умственной нагрузки и обеспечению работоспособности.  |

### Уметь:

|           |  |
|-----------|--|
| Уровень 1 | Умеет проводить сопоставительный анализ различных подходов к планированию задач личного развития с учетом сохранения физического и умственного здоровья. |
| Уровень 2 | Умеет формировать здоровый образ жизни и эффективно использовать ресурс работоспособности.   |

|  |  |             |
|--|--|-------------|
| Аннотация рабочей программы дисциплины "Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Баскетбол" по направлению подготовки (специальности) "Экономика" направленности (профилю) Бухгалтерский учёт и аудит |  | стр. 3 из 3 |
| Уровень 3  | Умеет планировать свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки.                          |             |
| <b>Владеть:</b>  |  |             |
| Уровень 1  | Владеет навыками планирования рабочего и свободного времени.   |             |
| Уровень 2  | Владеет методами сохранения физического и умственного здоровья для обеспечения работоспособности.                                      |             |
| Уровень 3  | Владеет способностью к устойчивому обеспечению работоспособности на основании оптимального сочетания физической и умственной нагрузки. |             |

**УК-7.3: Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности.**

|                 |   |  |
|-----------------|---|--|
| <b>Знать:</b>   |   |  |
| Уровень 1       | Знает основные нормы здорового образа жизни.  |  |
| Уровень 2       | Знает влияние условий и характера труда работника на физическое состояние человека.   |  |
| Уровень 3       | Знает особенности выбора содержания производственной физической культуры, направленного на повышение производительности труда и соблюдения норм здорового образа жизни.   |  |
| <b>Уметь:</b>   |   |  |
| Уровень 1       | Умеет поддерживать достаточный для различных жизненных ситуаций уровень физической подготовленности.  |  |
| Уровень 2       | Умеет поддерживать уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.  |  |
| Уровень 3       | Умеет выявлять проблемы в сфере сформированности физических качеств, использовать методы и средства физической культуры для повышения своих функциональных и двигательных возможностей в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности. |  |
| <b>Владеть:</b> |   |  |
| Уровень 1       | Владеет методиками и методами самодиагностики и самооценки собственной физической подготовленности.   |  |
| Уровень 2       | Владеет средствами оздоровления для самокоррекции здоровья различными формами двигательной деятельности.  |  |
| Уровень 3       | Владеет средствами оздоровления для самокоррекции здоровья различными формами двигательной активности и пропаганды здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности.  |  |

**4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

|                           |       |  |
|---------------------------|-------|--|
| <b>Общая трудоемкость</b> |       | <b>0 ЗЕТ</b>                                       |
| Часов по учебному плану   | : 328 | Виды контроля в семестрах:<br>зачеты 1, 2, 3, 4, 5 |
| в том числе               | :     |  |
| аудиторные занятия        | : 320 |  |
| самостоятельная работа    | : 8   |  |
| :                         | :     |  |