

Документ подписан простой электронной подписью Информация о владельце: ФИО: Нализко Наталья Александровна Должность: Директор Дата подписания: 13.05.2024 12:05:09 Уникальный программный ключ: 25467908655d9e0abd5457e51caba97c16aa18d	МИНОБРАЗОВАНИЯ РОССИИ Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ») Костанайский филиал	
	Аннотация рабочей программы дисциплины " лективные дисциплины (м д ли) п физическ й к льб р е и сп рт . Настольный теннис" по направлению подготовки (специальности) "Менеджмент" направленности (профилю) Бизнес логистика	стр. 1 из 3

Аннотация рабочей программы дисциплины (модуля)

лективные дисциплины (м д ли) п физическ й к льб р е и сп рт . Настольный теннис

Направление подготовки (специальность)

38.03.02 Менеджмент

Направленность (профиль)

Бизнес логистика

Присваиваемая квалификация (степень)

Бакалавр

Форма обучения

очная

Костанай, 2024 г.

1 ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1 Цели

Цель освоения – достижение общей физической подготовленности; формирование физической культуры личности в результате формирования знаний, умений и навыков методически обоснованно и целенаправленно использовать методы и средства дисциплины «Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Настольный теннис» для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

1.2 Задачи

- знание роли дисциплины «Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Настольный теннис» в современном обществе, в жизни человека, подготовке его к социальной и профессиональной деятельности;

- знание значения физической культуры в формировании общей культуры личности человека;

- знание принципов, средств, методов настольного тенниса;

- знание теоретических и методических основ организации самостоятельной физкультурно-спортивной деятельности различной направленности для достижения жизненных и профессиональных целей;

- умение использовать средства физической культуры для оптимизации работоспособности и укрепления здоровья;

- навыки использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Цикл (раздел) ОПОП:

К.М.02.ДВ.01.02

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.

Аннотация рабочей программы дисциплины " лективные дисциплины (м д ли) п физическ й к льт ре и сп рт . Настольный теннис" по направлению подготовки (специальности) "Менеджмент" направленности (профилю) Бизнес логистика		стр. 3 из 3
Уровень 2	Умеет формировать здоровый образ жизни и эффективно использовать ресурс работоспособности	
Уровень 3	Умеет планировать свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки.	
Владеть:		
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.

Знать:		
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.	
Уметь:		
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.	
Владеть:		
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)

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