



Проректор по учебной работе
А.С. Огрин

АННОТАЦИЯ

Учебной дисциплины **«Физическая культура»**

Направление подготовки **38.03.01 «Экономика»**

Профиль **«Экономика предприятий, финансы и кредит»**

Программа разработана на кафедре **физической культуры**

| | |
|--|---|
| <p>Цель изучения дисциплины</p> | <p>Целью физического воспитания является: самоорганизация, дисциплина, овладение технологией физического самосовершенствования для ведения активного и здорового образа жизни при наличии необходимого волевого напряжения, энергетизма, способности работать на экстремуме деятельности.</p> |
| <p>Компетенция, формируемая в результате освоения дисциплины</p> | <p>ОК-8 – способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p> |
| <p>Знания, умения и навыки, получаемые в процессе изучения дисциплины</p> | <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • основные средства физической культуры и технологии их использования; • основы самоконтроля за самочувствием. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • применять навыки ситуативного подбора и использование средств и методик физического воспитания и психосоматической подготовки (в режимах мобилизации, восстановления и длительных усилий в учебной и практической деятельности); • разрабатывать индивидуальные планы и использовать их как механизм организации жизнедеятельности и индивидуального опыта. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> • системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепления психофизического состояния организма. |
| <p>Краткая характеристика учебной дисциплины</p> | <p>Дисциплина «Физическая культура» направлена на овладение теоретическими и практическими знаниями по использованию средств физической культуры для физического самосовершенствования и организации здорового образа жизни).</p> |
| <p>Форма итогового контроля знаний</p> | <p>Для контроля усвоения студентами данной дисциплины, учебным планом предусмотрены зачеты с оценкой, которые проводятся в форме сдачи контрольных нормативов+ % посещаемости по дисциплине.</p> |