

Приложение
к рабочей программе дисциплины
«Элективные курсы по физической культуре»,
направление 38.04.01 «Экономика»,
образовательные программы
«Бухгалтерский учет, анализ и аудит»,
«Финансы и кредит»

Аннотация программы

Цель изучения дисциплины: формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

Требования к уровню освоения дисциплины:

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующей компетенции:

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

Трудоёмкость дисциплины по учебному плану

Вид занятий	Форма обучения		
	очная	заочная	
		программа подготовки	
	полная	полная	ускоренная
1. Аудиторные занятия, всего	328	328	328
в том числе:			
1.1. Лекции			
1.2. Лабораторные работы			
1.3. Практические (семинарские) занятия	328	328	328
2. Самостоятельная работа, часов			
Всего часов (стр. 1 + стр. 2)	328	328	328
Общая трудоёмкость зачетных единиц			

Форма промежуточной аттестации: зачет

Перечень изучаемых тем (приводится в соответствии с тематическим планом изучения дисциплины):

1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов
2. Социально-биологические основы физической культуры
3. Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья.
4. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.
5. Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания.
6. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.
7. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений.
8. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом.
9. Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра.