

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.Б.01.03 Специальная физическая подготовка

Наименование образовательной программы: *Экономико-правовое обеспечение экономической безопасности*

Код и наименование специальности: *38.05.01 Экономическая безопасность*

Форма обучения: *очная, заочная*

Планируемые результаты освоения дисциплины: Формирование готовности обучающихся к выполнению оперативно-служебных задач в условиях чрезвычайных обстоятельств и ситуаций, а также служебно-боевых задач при введении режимов чрезвычайного, военного положения и контртеррористической операции, и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности деятельности.

Объем дисциплины: Учебная дисциплина Б1.Б.01.03 «Специальная физическая подготовка» принадлежит к блоку дисциплин базовой части учебного плана. В соответствии с Учебным планом, по очной форме обучения дисциплина осваивается в 9 и 10 семестрах на 5 курсе и (по заочной форме обучения дисциплина осваивается на 5 курсе), общая трудоемкость дисциплины в зачетных единицах составляет 4 ЗЕ (144 часа).

Структура дисциплины: *Тема 1 Введение в дисциплину. СФП в профессиональной подготовке специалиста.*

Тема 2 Организация и содержание СФП студентов вуза.

Тема 3 Особенности физической подготовки в силовых ведомствах РФ.

Тема 4 Общеразвивающие упражнения с предметами и без, комплексно-силовые упражнения.

Упражнения на снарядах.

Тема 5 Спецакробатика

Тема 6 Основы рукопашного боя.

Техника выведения из равновесия и удержаний.

Тема 7 Техника самозащиты.

Тема 8 Техника бросков и защита от них.

Тема 9 Техника ударов руками и самозащита от них.

Тема 10 Техника ударов ногами и самозащита от них.

Тема 11 Основы ускоренного передвижения.

Техника специальных прыжковых и беговых упражнений.

Тема 12 Челночный бег.

Тема 13 Марш-бросок.

Тема 14 Основы преодоления препятствий.

Опорные и безопорные прыжки.

Тема 15 Освоение техники перелазания

Тема 16 Освоение техники метания гранаты.

Тема 17 Освоение техники преодоления армейской полосы препятствий.

Форма промежуточной аттестации: Экзамен

Основная литература:

1. Губа, В. П. Теория и методика спортивных игр: учебник / В. П. Губа. - Москва: Спорт, 2020. - 720 с. - ISBN 978-5-907225-41-1. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1153739>

2. Гусева, М. А. Физическая культура. Волейбол: учебное пособие / М. А. Гусева, К. А. Герасимов, В. М. Климов. - Новосибирск: Изд-во НГТУ, 2019. - 80 с. - ISBN 978-5-7782-3932-6. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1866302>