

## АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

### Б1.В.12 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:** знает о роли основ физической культуры в развитии человека и подготовке специалиста; умеет творчески использовать средства и методы физического воспитания для личностно-профессионального развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни; умеет преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения; выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки; владеет системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств; знает о роли и основах физической культуры в развитии человека и подготовке специалиста; точно описывает основные положения по формированию, поддержанию и использованию конструктивных общефизических и социально-психологических ресурсов, необходимых для здорового образа жизни; знает содержание основных нормативных актов; умеет творчески использовать средства и методы физического воспитания для личностно-профессионального развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни; владеет системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств, оценивает собственный уровень физической подготовленности; знает основные теоретические положения изучаемой дисциплины и юридическую терминологию; знает средства и методы повышения безопасности, экологичности и устойчивости жизнеобеспечения; знает о последствиях воздействия на человека травмирующих, вредных поражающих факторов; знает правила поведения человека в ЧС и экстремальных ситуациях; умеет эффективно применять средства защиты от негативных воздействий; умеет разрабатывать мероприятия по повышению безопасности и экологичности производственной деятельности; умеет оказать помощи пострадавшим при ЧС и экстремальных ситуациях; владеет навыком анализировать и оценивать социально-значимые явления, события, процессы; владеет знанием законов развития природы, общества, мышления и умением применять эти знания в профессиональной деятельности; владеет навыком работы с законодательными и другими нормативными актами.

**Объем дисциплины:** общая трудоемкость дисциплины в зачетных единицах составляет 2 ЗЕ (72 часа). По очной форме обучения количество академических часов, выделенных на контактную работу с преподавателем (по видам учебных занятий) – 40 часов (8 – лекционные, 32 - практические), на самостоятельную работу обучающихся – 32 часов; по заочной форме обучения количество академических часов, выделенных на контактную работу с преподавателем (по видам учебных занятий) – 10 часов (4 – лекционные, 6 - практические), на самостоятельную работу обучающихся – 58 часов, контроль – 4 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:** зачет

#### **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>