

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ Б1.О. 42.05 «СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА»

Наименование образовательной программы: Психология служебной деятельности

Код и наименование специальности: 37.05.02 «Психология служебной деятельности», специализация «Морально-психологическое обеспечение служебной деятельности».

Форма обучения: очная

Планируемые результаты обучения: выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, комплексы упражнений атлетической гимнастики;- преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения;- выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки;- использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни;- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья;- использовать приобретенные знания и умения для подготовки к профессиональной деятельности и службе в ВС РФ; использовать умения в процессе активной творческой деятельности по формированию здорового образа жизни. владеть средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности.

Объем дисциплины: По очной форме обучения дисциплина осваивается в 8 семестре на 4 курсе, 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.

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. Спецакробатика. Тема 5. Основы рукопашного боя. Тема 6. Основы ускоренного передвижения. Техника специальных прыжковых и беговых упражнений. Челночный бег. Марш-бросок. Тема 7. Основы преодоления препятствий. Опорные и безопорные прыжки.

Форма промежуточной аттестации: зачет

Основная литература:

1. Профессионально-прикладная физическая подготовка: учебное пособие для вузов / С. М. Воронин [и др.]; под редакцией Н. А. Воронова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 140 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12268-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.urait.ru/bcode/518668>
2. Физическая подготовка сотрудников уголовно-исполнительной системы: учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Н. Пожималин [и др.]; ответственный редактор В. Н. Пожималин. — 2-е изд., испр. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 276 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-14657-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.urait.ru/bcode/518180>
3. Физическая подготовка как основная составляющая физической культуры сотрудников уголовно-исполнительной системы: учебное пособие для вузов / Р. В. Пузыревский [и др.]; под редакцией Р. В. Пузыревского. — 2-е изд., испр. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 276 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12866-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.urait.ru/bcode/495681>