

## АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

### Б1.О.32 "ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ"

---

**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:**

На уровне знаний: - 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. На уровне умений: - самостоятельно применяет методы и средства физической культуры для совершенствования своих физических качеств. На уровне навыков: - оценивает собственный уровень физической подготовленности.

**Объем дисциплины:** общая трудоемкость дисциплины в зачетных единицах составляет 72 часа (2 ЗЕТ). По очной форме обучения количество академических часов, выделенных на контактную работу с преподавателем (по видам учебных занятий) – 56 часов (лекций - 8 часов, практических занятий – 48 часов, самостоятельная работа - 16 часов). По заочной форме обучения: лекций - 8 часов, самостоятельная работа - 56 часов и контроль - 8 часов.

**Структура дисциплины:** Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке обучающихся. Тема 2. Социальные и биологические основы физической культуры и спорта. Здоровый образ и стиль жизни обучающихся. Тема 3. Общая физическая и спортивная подготовка обучающихся. Тема 4. Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) обучающихся. Тема 5. Атлетическая гимнастика. Тема 6. Баскетбол. Тема 7. Легкая атлетика. Тема 6. Волейбол. Тема 9. Фитнес-аэробика. Тема 10. Футбол.

**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>