


Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Антипова Наталья Викторовна
Должность: и.о. директора филиала
Дата подписания: 19.02.2024 20:10:51
Уникальный идентификатор:
fae5412acbf169104169161c004e45623b944b7e

**Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский экономический университет имени Г.В. Плеханова»
Улан-Баторский филиал РЭУ им. Г.В. Плеханова**

Одобрено
На заседании Совета Улан-Баторского
филиала РЭУ им. Г.В. Плеханова
Протокол № 10 от «25» мая 2023 г.


Председатель совета
Н.В. Антипова

**АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ
Б1.О. 31.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

Направление подготовки: 38.03.01 Экономика
Направленность (профиль) программы: «Международная торговля»
Уровень высшего образования: Бакалавриат

Улан-Батор – 2023 г.

1. Цель и задачи дисциплины:

Целью учебной дисциплины «Физическая культура» является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

Задачами дисциплины «Физическая культура» являются:

1. Формирование системы знаний о нормах здорового образа жизни, правильного питания и поведения.
2. Создание представлений о нормативной базе общей физической подготовки для своего половозрастного профиля.
3. Формирование системы знаний об основах общей физической подготовки, в том числе здоровьесбережения.
4. Формирование системы знаний о своих личностных возможностях и особенностях организма с точки зрения физической подготовки
5. Воспитание умений использовать основы физической культуры для укрепления организма в целях сохранения полноценной профессиональной и другой деятельности

2. Содержание дисциплины:

№ п/п	Наименование разделов / тем дисциплины
1.	Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке обучающихся.
2.	Тема 2. Социально-биологические основы жизнедеятельности организма
3.	Тема 3. Воспитание основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости). Обучение двигательным действиям.
4.	Тема 4. Основы здорового образа жизни.
5.	Тема 5. Международное олимпийское движение как фактор развития спортивной культуры обучающихся.
6.	Тема 6. Проблемы и вызовы современного спорта.
7.	Тема 7. История развития физической культуры и спорта в России.
8.	Тема 8. ВФСК ГТО нормативная и правовая основа развития физического воспитания.
9.	Тема 9. Студенческий спорт. Выбор видов спорта, особенности занятий избранным видом спорта
10.	Тема 10. Основы физической тренировки студентов в избранных видах спорта: ОФП и СФП.

11.	Тема 11. Самостоятельные занятия физическими упражнениями как основа рекреационной физической культуры.
12.	Тема 12. Восстановительные процессы при физической нагрузке. Основы рационального питания.
13.	Тема 13. Адаптивная физическая культура, профессионально-прикладная физическая культура студента: сущность и структура. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП).
14.	Тема 14. Фитнес, и другие новые виды физкультурно-оздоровительной деятельности вузе.
Трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е / 72 часов.	

Форма контроля –зачет

Разработчики:

д.п.н., профессор, зав. кафедрой

Л. Б. Андрущенко

д.п.н., профессор, профессор кафедры физического воспитания

С. И. Филимонова

к.п.н., доцент, доцент кафедры физического воспитания

К. Э. Столяр

к.п.н., доцент, доцент кафедры физического воспитания

Т. Н. Шутова