

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ  
САМАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ЭКОНОМИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ**

**Институт коммерции, маркетинга и сервиса  
Кафедра физического воспитания**

**АННОТАЦИЯ**

по дисциплине **Элективный курс по физической культуре**  
**Общая физическая подготовка**

Направление подготовки 38.03.06 Торговое дело

Образовательные программы

**Электронная коммерция  
Коммерция**

Соответствует РПД  
 \_\_\_\_\_ УМУ СГЭУ

Зав. кафедрой  /Л.А. Иванова/

Самара 2016 г.

## **1. Цели и задачи дисциплины**

Рабочая программа элективного курса по физической культуре «Общая физическая подготовка» разработана в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 38.03.06 Торговое дело (уровень бакалавриата), компетентностным подходом, реализуемым в системе высшего образования.

**Целью** элективного курса по физической культуре «Общая физическая подготовка» является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

В соответствии с поставленными целями преподавание дисциплины реализует следующие **задачи**:

- понимание социальной значимости физической культуры и спорта, их роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- знание биологических, психолого-педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте;
- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

## **2. Место дисциплины в структуре ОП**

Элективный курс по физической культуре «Общая физическая подготовка» входит в вариативную часть блока Б.1 «Дисциплины (модули)».

Изучение дисциплины основывается на знаниях, умениях и навыках, приобретенных обучающимся при изучении дисциплины «Физическая культура» в рамках основного общего образования и «Физическая культура» (базовая часть).

## **3. Планируемые результаты обучения по дисциплине**

Изучение элективного курса по физической культуре «Общая физическая подготовка» в образовательной программе направлено на формирование у обучающихся следующей общекультурной компетенции:

ОК-7 – способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Элективный курс по физической культуре «Общая физическая подготовка» реализует формирование данной компетенции и является для ее формирования основной.

В результате изучения дисциплины студент должен:

Знать:

- методические принципы, методы и средства физического воспитания;

- основы ЗОЖ;
- основы самостоятельных занятий физической культурой;
- содержание производственной физической культуры и профессионально-прикладной физической подготовки;
- особенности выбора форм, методов и средств физической культуры и спорта в рабочее и свободное время.

Уметь:

- применять принципы, средства и методы физического воспитания с целью укрепления здоровья, физического самосовершенствования и достижения должного уровня физической подготовленности, формирования здорового образа и стиля жизни;
- формировать двигательные умения и физические качества, необходимые для выполнения профессиональной деятельности;
- использовать формы, методы и средства физической культуры и спорта в рабочее и свободное время.

Владеть:

- навыками самостоятельного применения принципов, средств и методов физического воспитания с целью укрепления здоровья, физического самосовершенствования и достижения должного уровня физической подготовленности;
- методикой формирования двигательных умений и навыков, физических и психических качеств, необходимых для полноценной социальной и профессиональной деятельности.

#### 4. Объем и виды учебной работы

Учебным планом предусматриваются следующие виды учебной работы по дисциплине:

Таблица 1

Вид учебной работы	Всего часов (зачетных единиц)	Семестры					
		I	II	III	IV	V	VI
Аудиторные занятия (всего)	328	54	54	54	54	54	58
В том числе:							
Лекции	-	-	-	-	-	-	-
Практические занятия (ПЗ)	328	54	54	54	54	54	58
Семинары (С)	-	-	-	-	-	-	-
Лабораторные работы (ЛР)	-	-	-	-	-	-	-
Самостоятельная работа (всего)	-	-	-	-	-	-	-
В том числе:							
Курсовой проект (работа)	-	-	-	-	-	-	-
Расчетно-графические работы	-	-	-	-	-	-	-
Реферат	+	+	+	+	+	+	+
Другие виды самостоятельной работы	-	-	-	-	-	-	-
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)		зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет
Общая трудоемкость (в часах)	328	54	54	54	54	54	58

Примечание. Реферат предусматривается для студентов, освобожденных от практических занятий по медицинским показаниям на длительный период.