

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Карпов Евгений Борисович  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 18.03.2022 13:58:01  
Уникальный программный ключ:  
34e81b9ebf022d792ddf4ba544335e5b75ea819d76c11d2f098d2f3e86a810b1



МЕЖДУНАРОДНАЯ ПОЛИЦЕЙСКАЯ АКАДЕМИЯ ВПА  
Автономная некоммерческая организация высшего образования  
АНО ВО МПА ВПА

# Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту (модуль 1)

## Аннотация дисциплины (модуля)

Учебный план 09.03.03 Прикладная информатика Направленность (профиль) Прикладная информатика в экономике

Квалификация **бакалавр**

Форма обучения **заочная**

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	1 (1.1)		2 (1.2)		Итого	
	уп	рп	уп	рп	уп	рп
Неделя	13		18			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп	уп	рп
Лекции	4	4			4	4
Практические			4	4	4	4
Итого ауд.	4	4	4	4	8	8
Контактная работа	4	4	4	4	8	8
Сам. работа	96	96	216	216	312	312
Часы на контроль	4	4	4	4	8	8
Итого	104	104	224	224	328	328

### 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1	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 профессиональной деятельности.
1.2	-понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
1.3	-знание научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
1.4	-формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
1.5	-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;
1.6	-обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;
1.7	приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

### 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП

Цикл (раздел) ООП:		Б1.В.ДВ.08
<b>2.1</b>	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>	
<b>2.2</b>	<b>Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>	
2.2.1	Управление процессами	
2.2.2	Защита выпускной квалификационной работы, включая подготовку к процедуре защиты и процедуру защиты	
2.2.3	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена	
2.2.4	Производственная практика (преддипломная практика)	

### 3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

<b>УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</b>	
<b>УК-7.1: Использует виды физических упражнений; научно-практические основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни</b>	
<b>УК-7.2: Применяет на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности; использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни</b>	
<b>УК-7.3: Использует средства и методы укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования</b>	

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен**

<b>3.1</b>	<b>Знать:</b>
3.1.1	-знать основы физической культуры и здорового образа жизни.
<b>3.2</b>	<b>Уметь:</b>
3.2.1	-Умеет выполнять контрольные нормативы по общей физической и спортивно-технической подготовке.
<b>3.3</b>	<b>Владеть:</b>
3.3.1	- Владеет системой практических умений и навыков, для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения профессиональных целей