

Б1.О.15
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ
(для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья)

Направление подготовки **38.03.02 Менеджмент**
Направленность **Производственный менеджмент**

**Планируемые результаты обучения по дисциплине,
соотнесенные с планируемыми результатами освоения ОПОП**

Цель и задачи дисциплины

Бакалавр по направлению подготовки 38.03.02 Менеджмент должен быть подготовлен к следующим видам профессиональной деятельности: организационно-управленческой.

Цель дисциплины – формирование мировоззрения и культуры личности, обладающей гражданской позицией, нравственными качествами, чувством ответственности, самостоятельностью в принятии решения, инициативой, толерантностью, способностью успешной социализации в обществе, способностью использовать доступные формы физической культуры в повседневной жизни для сохранения и укрепления своего здоровья и здоровья своих близких, семьи и трудового коллектива для качественной жизни и эффективной профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- обеспечение понимания роли физической культуры в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- формирование у студентов мотивационно-ценностного отношения к здоровью, системы нравственных ценностей здорового образа жизни и активной жизненной позиции, исключаяющей саморазрушающее поведение;
- изучение современных здоровьесберегающих технологий и формирование навыков их применения в собственной жизнедеятельности;
- овладение системой специальных знаний, практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, формирование компенсаторных процессов, коррекцию имеющихся отклонений в состоянии здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, формирование профессионально значимых качеств и свойств личности;
- адаптация организма к воздействию умственных и физических нагрузок, а также расширение функциональных возможностей физиологических систем, повышение сопротивляемости защитных сил организма;
- получение знаний и практических навыков самоконтроля при наличии нагрузок различного характера, правилам личной гигиены, рационального режима труда и отдыха;
- получение навыков работы на аппаратно-программных средствах и диагностическом оборудовании, позволяющих определять индивидуальные психофизиологические особенности человеческого организма, позволяющие снижать утомляемость в процессе профессиональной деятельности и повышать качество ее результатов;
- изучение различных стратегий, а также социальных, медицинских, педагогических, психологических и информационных технологий первичной, вторичной, третичной профилактики нарушения здоровья человека;
- формирование и развитие мотивации к участию в волонтерском студенческом движении в области пропаганды здорового образа жизни, а также предупреждения отклоняющегося поведения.

Планируемые результаты обучения по дисциплине (показатели сформированности компетенций)

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Формируемые ЗУН	
ИД-1.УК-7 Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма	знания	Обучающийся должен знать: знать основы физической культуры и здорового образа жизни и понимать роль физической культуры в развитии человека и подготовке специалиста; – (Б1.О.15-3.1)
	умения	Обучающийся должен уметь: применять систему теоретических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств - (Б1.О.15-У.1)
	навыки	Обучающийся должен владеть: навыками: самостоятельных занятий и самоконтроля за состоянием своего организма для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных, жизненных и профессиональных целей (Б1.О.15-Н.1)
ИД-2.УК-7 Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности и	знания	Обучающийся должен знать: способы планирования своего рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности – (Б1.О.15-3.2)
	умения	Обучающийся должен уметь: планировать своё рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности - (Б1.О.15-У.2)
	навыки	Обучающийся должен владеть навыками: планирования своего рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности - (Б1.О.15-Н.2)
ИД-3.УК-7 Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности	знания	Обучающийся должен знать: установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, свои потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом; – (Б1.О.15-3.3)
	умения	Обучающийся должен уметь: применять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной или адаптивной физической культуры - (Б1.О.15-У.3)
	навыки	Обучающийся должен владеть навыками: самостоятельных занятий и самоконтроля при выполнении индивидуально подобранных комплексов оздоровительной или адаптивной физической культуры

		(Б1.О.15-Н.3)
--	--	---------------