

## Аннотация дисциплины (модуля)

### Физическая культура и спорт

(наименование дисциплины (модуля))

Направление подготовки (специальность): 40.05.01 Правовое обеспечение национальной безопасности

(код, наименование без кавычек)

ОПОП: Уголовно-правовая

(наименование)

Форма освоения ОПОП: очная, очно-заочная, заочная

(очная, очно-заочная, заочная)

Общая трудоемкость: 2 (з.е.)

Всего учебных часов: 72 (ак. час.)

Формы промежуточной аттестации	СЕМЕСТР		
	очная	очно-заочная	заочная
Зачет	1	1	1

Москва

## 1. Цель и задачи освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины	формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психологической подготовки и самоподготовки к будущей деятельности (профессиональной, социальной и т. д.).
Задачи дисциплины	<ul style="list-style-type: none"><li>- понимание социальной значимости физической культуры и спорта и их роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;</li><li>- знание биологических, психолого-педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;</li><li>- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре и спорту, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;</li><li>- 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.</li></ul>

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Блок 1 «Дисциплины (модули)»	
Дисциплины и практики, знания и умения по которым необходимы как "входные" при изучении данной дисциплины	Дисциплина базируется на знаниях, полученных в процессе получения среднего общего образования (среднего профессионального образования)
Дисциплины, практики, ГИА, для которых изучение данной дисциплины необходимо как предшествующее	Государственная итоговая аттестация

## 3. Структура и содержание дисциплины

### Тематический план дисциплины

№	Название темы
1.	Физическая культура в профессиональной подготовке студентов и социокультурное развитие личности студента
2.	Социально-биологические основы адаптации организма человека к физической и умственной деятельности, факторам среды обитания
3.	Образ жизни при регулярных спортивных тренировках
4.	Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями
5.	Профессионально-прикладная физическая подготовка будущих специалистов
6.	Современное олимпийское движение
7.	Самоконтроль в процессе самостоятельных занятий
8.	Спортивная подготовка студентов в системе физического воспитания студентов
9.	Отражение в профессиональной деятельности образа жизни
10.	Общая физическая подготовка студентов в образовательном процессе

## 4. Ресурсное обеспечение дисциплины



1	2	3	4	5	6	7	8	9
5.1 Основная литература								
5.1.1	Алексеев С.В.	Спортивное право. Трудовые отношения в спорте	ЮНИТИ-ДАНА	2014	учебник	-	<a href="http://www.iprbookshop.ru/20999.html">http://www.iprbookshop.ru/20999.html</a>	по логину и паролю
5.1.2	Воробьев А.В. Михеева Т.В.	Социология физической культуры и спорта	Сибирский государственный университет физической культуры и спорта	2002	учебное пособие	-	<a href="http://www.iprbookshop.ru/64960.html">http://www.iprbookshop.ru/64960.html</a>	по логину и паролю
5.1.3	Корягина Ю.В. Тристан В.Г.	Практикум по физиологическим основам физической культуры и спорта	Сибирский государственный университет физической культуры и спорта	2001	учебное пособие	-	<a href="http://www.iprbookshop.ru/64978.html">http://www.iprbookshop.ru/64978.html</a>	по логину и паролю
5.2 Дополнительная литература								
5.2.1	сост. Стародымова Ю.И. Посашкова О.Ю.	Оздоровительная аэробика в высших учебных заведениях	Самарский государственный технический университет, ЭБС АСВ	2014	учебно-методическое пособие	-	<a href="http://www.iprbookshop.ru/61433.html">http://www.iprbookshop.ru/61433.html</a>	по логину и паролю
5.2.2	Валкина Н.В. Григорьева Н.С. Башкайкина С.Н.	Теория и методика проведения тестов для определения уровня физической подготовленности студентов, занимающихся физической культурой и спортом	Ульяновский государственный педагогический университет имени И.Н. Ульянова	2015	учебно-методическое пособие	-	<a href="http://www.iprbookshop.ru/59186.html">http://www.iprbookshop.ru/59186.html</a>	по логину и паролю