

Аннотация к рабочей программе дисциплины

Автор: И.В.Комиссаров, ст. преподаватель

Наименование дисциплины: Б1.Б.35 Физическая культура и спорт

Цель освоения дисциплины: понимание роли физической культуры в развитии личности и подготовке её к профессиональной деятельности; знание научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни; формирование мотивационно-ценного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях 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; обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии; приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

1. Требования к результатам освоения дисциплины

Индекс и содержание компетенции	Знания	Умения	Навыки и (или) опыт деятельности
ОК-8: способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	1 этап: знать основные положения о физической культуре в общекультурной и профессиональной подготовке студентов, о социально-биологических основах физической культуры, об основах здорового образа и стиля жизни; 2 этап: об оздоровительных системах, о профессионально-прикладной физической подготовке студентов, об общедоступном и профессиональном спорте.	1 этап: уметь применять систему знаний практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, воспитание и совершенствование психофизических способностей и качеств; 2 этап: применять различные виды физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях.	1 этап: владеть практическими навыками основ физической культуры; 2 этап: практическими методами основ физической культуры.

2. Содержание дисциплины:

Раздел 1. Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 1-2. Легкая атлетика

Тема 3. Волейбол

Раздел 2. Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 4. Гимнастика

Тема 5-6. Легкая атлетика

Раздел 3. Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 7-8. Баскетбол

Тема 9. Волейбол

Раздел 4. Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 10. Баскетбол

Тема 11-12. Легкая атлетика

3. Общая трудоёмкость дисциплины: 2 ЗЕ.