

## **24. Аннотация к рабочей программе дисциплины**

**Автор:** В.В. Хабаров, ст.преподаватель

**Наименование дисциплины:** Б 1. Б. 22 Физическая культура и спорт

**Цель освоения дисциплины:**

- понимание роли физической культуры и развития личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;

-воспитание потребности в физическом самосовершенствовании и самовоспитании;

-обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, повышение физической и умственной работоспособности;

-приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

- понимание роли физической культуры в развитие личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;

-знание научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни;

-формирование мотивационно-ценностного 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-1- владение компетенциями сохранения здоровья (знание и соблюдение норм здорового образа жизни; физической культуры)	Этап 1:основные положения о физической культуре в общекультурной и профессиональной подготовки студентов, о социально – биологических основах физической культуры, об основах здорового образа и стиля жизни, Этап 2:об оздоровительных системах, о профессионально-прикладной физической подготовке студентов, об общедоступном и профессиональном спорте.	Этап 1:применять систему знаний практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, воспитание и совершенствование психофизических способностей и качеств Этап 2: применять различные виды физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях.	Этап 1: практическими навыками и методами основы физической культуры Этап 2: здорового образа жизни.

### 2. Содержание дисциплины:

**Раздел 1 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.**

Тема 1-3 Легкая атлетика

Тема 4-5 Лыжная подготовка

**Раздел 2 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.**

Тема 6-7 Гимнастика

Тема 8-10 Легкая атлетика

**Раздел 3 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.**

Тема 11-12 Волейбол

**Раздел 4 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.**

Тема 13-15 Легкая атлетика

Тема 16-17 Баскетбол

**Раздел 5 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.**

Тема 18-19 Баскетбол

Тема 20-21 Волейбол

Тема 22-23 Легкая атлетика

Тема 24-25 Гимнастика

**Раздел 6 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.**

Тема 26-27 О.Ф.П.

Тема 28 -29 Волейбол

Тема 30 -31 Баскетбол

Тема 32-34 Легкая атлетика

**3.Общая трудоёмкость дисциплины: 2 ЗЕ**