

Аннотация к рабочей программе дисциплины

Автор Комиссаров И.В., преподаватель

Наименование дисциплины: Б.1.Б.23 Физическая культура и спорт

Целями освоения дисциплины:

-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.

-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.

-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-8) способностью использовать методы и средства физической культуры для	Этап 1 основные положения о физической культуре в общекультурной и профессиональной	Этап 1 применять систему знаний практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и	Этап 1 практическим и навыками основ физической культуры

<p>обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>подготовки студентов, социально биологических основах физической культуры, основах здорового образа и стиля жизни.</p> <p>Этап 2 об оздоровительных системах, профессионально-прикладной физической подготовке студентов, общедоступном и профессиональном спорте.</p>	<p>укрепление здоровья, воспитание и совершенствовани е психофизических способностей и качеств.</p> <p>Этап 2 применять различные виды физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях.</p>	<p>Этап 2 практическим и методами основ физической культуры.</p>
---	---	--	--

2. Содержание дисциплины:

Раздел 1. Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 1-3 Легкая атлетика

Тема 4 Волейбол

Тема 5 Баскетбол

Раздел 2. Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 6 Футбол

Тема 7 Гимнастика

Тема 8-9 Легкая атлетика

Раздел 3. Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 10-11 Лыжная подготовка

Тема 12 О.Ф.П.

Тема 13 Гимнастика

Тема 14 Футбол

Раздел 4 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 15 Баскетбол

Тема 16 Волейбол

Тема 17-18 Легкая атлетика

Объем дисциплины в семестре

Раздел 5. Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 19-21 Легкая атлетика

Тема 22 Волейбол

Тема 23 Баскетбол

Раздел 6. Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 24 Футбол

Тема 25 -26 Гимнастика

Тема 27 О.Ф.П.

Раздел 7. Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 28 -29 Лыжная подготовка

Тема 30 О.Ф.П.

Тема 31 Гимнастика

Тема 32 Футбол

Раздел 8. Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 33 Баскетбол

Тема 34 Волейбол

Тема 35 -36 Легкая атлетика

3. Общая трудоёмкость дисциплины: 2 ЗЕ.