

## **Аннотация к рабочей программе дисциплины**

**Автор:** Шункаров Э.Б., преподаватель

**Наименование дисциплины:** Б1.Б.25 Физическая культура и спорт

**Цель освоения дисциплины:** целями освоения дисциплины физическая культура и спорт являются:

- 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-ценостного 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	Этап 1: знать основные положения физической культуры общекультурной и профессиональной подготовки студентов,	Этап 1: уметь применять систему знаний практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, воспитание и совершенствование	Этап 1: владеть практическими навыками основ физической культуры. Этап 2: владеть практическими методами основ

<p>профессиональной деятельности.</p>	<p>социально биологических основах физической культуры, об основах здорового образа и стиля жизни. Этап 2: знать об оздоровительных системах, о профессионально-прикладной физической подготовке студентов, об общедоступном и профессиональном спорте.</p>	<p>–</p> <p>психофизических способностей и качеств.</p> <p>Этап 2: уметь применять различные виды физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях.</p>	<p>физической культуры.</p>
---------------------------------------	---	---	-----------------------------

## **2. Содержание дисциплины:**

### **Раздел 1. Общая физическая подготовка**

Тема 1 Общая физическая подготовка

Тема 2 Гимнастика

Тема 3 Футбол

### **Раздел 2. Баскетбол**

Тема 4 Баскетбол

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