

Аннотация к рабочей программе дисциплины

Автор Зиамбетов В.Ю., доцент.

Наименование дисциплины: Б1.Б.19 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-8 способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<p>Этап 1</p> <p>знать основные положения о физической культуре в общекультурной и профессиональной подготовки студентов, социально – биологических основах физической культуры, об основах здорового образа и стиля жизни.</p> <p>Этап 2</p> <p>знать об оздоровительных системах, о профессионально-</p>	<p>Этап 1</p> <p>уметь применять систему знаний практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, воспитание и совершенствовани е психофизических способностей и качеств.</p> <p>Этап 2</p> <p>уметь применять различные виды физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных</p>	<p>Этап 1 владеть практическими навыками основ физической культуры</p> <p>Этап 2 владеть практическими методами основ физической культуры.</p>

	прикладной физической подготовке студентов, об общедоступном и профессиональном спорте.	и рекреационных целях.	
--	---	------------------------	--

2. Содержание дисциплины:

Раздел 1 Легкая атлетика

Тема 1 Легкая атлетика

Тема 2 Волейбол

Тема 3 Баскетбол

Раздел 2 Общая физическая подготовка

Тема 4 Общая физическая подготовка

Раздел 3 Лыжная подготовка

Тема 5 Общая физическая подготовка

Тема 6 Гимнастика

Тема 7 Футбол

Раздел 4 Баскетбол

Тема 8 Баскетбол

3. Общая трудоёмкость дисциплины: 2 ЗЕ.