

## Аннотация к рабочей программе дисциплины

**Автор:** В.Ю.Зианбетов, кандидат педагогических наук, доцент

**Наименование дисциплины:** Б 1. Б. 21 – 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
<b>ОК-8</b> способностью использовать методы и средства физической	Этап 1: знать основные положения о физической культуре в	Этап 1: уметь применять систему знаний практических умений и навыков,	Этап 1: владеть практическими навыками основ физической

культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	<p>общекультурной и профессиональной подготовки студентов, социально – биологических основах физической культуры, об основах здорового образа и стиля жизни.</p> <p>Этап 2: знать об оздоровительных системах, о профессионально-прикладной физической подготовке студентов, об общедоступном и профессиональном спорте.</p>	<p>обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, воспитание и совершенствование психофизических способностей и качеств.</p> <p>Этап 2: уметь применять различные виды физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях.</p>	культуры. Этап 2: владеть практическими методами основ физической культуры.
--	--	--	--

## 2. Содержание дисциплины:

### Раздел 1 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

- Тема 1-3 Лыжный спорт
- Тема 4 Волейбол
- Тема 5 Баскетбол
- Тема 6 Спортивные игры (футбол)
- Тема 7 Гимнастика
- Тема 8 Легкая атлетика

### Раздел 2 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

- Тема 9-10 Легкая атлетика
- Тема 11 О.ФП (общая физическая подготовка)
- Тема 12 Гимнастика
- Тема 13 Спортивные игры (футбол)
- Тема 14 Баскетбол
- Тема 15 Волейбол
- Тема 16-17 Легкая атлетика

**Раздел 3 Физкультурное образование с профессиональной направленностью**

Тема 18	Спортивные игры (футбол)
Тема 19-20	Гимнастика
Тема 21-22	О.Ф.П.
Тема 23	Баскетбол
Тема 24	Волейбол
Тема 25-26	Легкая атлетика

**Раздел 4 Физкультурное образование с профессиональной направленностью**

Тема 27	Баскетбол
Тема 28	Волейбол
Тема 29-30	Гимнастика
Тема 31	О.Ф.П.
Тема 32	Спортивные игры (футбол)
Тема 33-34	Легкая атлетика

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