

## **Аннотация к рабочей программе дисциплины**

**Автор:** Загородняя О.В., ст. преподаватель

**Наименование дисциплины:** Б1.Б.23 Физическая культура и спорт

**Цель освоения дисциплины:**

- 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;

### **1. Требования к результатам освоения дисциплины:**

Индекс и содержание компетенции	Знания	Умения	Навыки и (или) опыт деятельности
способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)	Этап 1: - основные положения о физической культуре в общекультурной и профессиональной подготовке студентов, Этап 2: - об общедоступном и профессиональном спорте.	Этап 1: - воспитание и совершенствование психофизических способностей и качеств, Этап 2: - различные виды физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях.	Этап 1: - применять систему знаний практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, Этап 2: - практическими навыками и методами основы физической культуры и здорового образа жизни.

### **2. Содержание дисциплины:**

**Раздел 1** Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 1 Легкая атлетика.

Тема 2 Волейбол.

Тема 3 Баскетбол.

**Раздел 2** Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 4 Футбол

Тема 5 Гимнастика

Тема 6 Лыжная подготовка

**Раздел 3** Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 7 Лыжная подготовка

Тема 8 О.Ф.П.

Тема 9 гимнастика

Тема 10 футбол

**Раздел 4** Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 11 Баскетбол

Тема 12 Волейбол

Тема 13 Легкая атлетика

**Раздел 5** Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 14 Легкая атлетика

Тема 15 Волейбол

Тема 16 Баскетбол

**Раздел 6** Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 17 Футбол

Тема 18 Гимнастика

Тема 19 О.Ф.П.

**Раздел 7** Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 20 Лыжная подготовка

Тема 21 О.Ф.П.

Тема 22 гимнастика

Тема 23 футбол

**Раздел 8** Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 24 баскетбол

Тема 25 волейбол

Тема 26 легкая атлетика

**Раздел 9** Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 27 О.Ф.П.

Тема 28 волейбол

Тема 29 баскетбол

**Раздел 10** Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 30 волейбол

Тема 31 гимнастика

Тема 32 легкая атлетика

**Раздел 11** Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 33 лыжная подготовка

Тема 34 О.Ф.П.

Тема 35 Гимнастика

**Раздел 12** Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 36 баскетбол

Тема 37 волейбол

Тема 38 легкая атлетика

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