

Аннотация к рабочей программе дисциплины

Автор: И.В.Комиссаров

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

Цель освоения дисциплины:

- понимание роли физической культуры в развитии личности и подготовки 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 обеспече-	1 этап: знать основные положения о физической культуре в общекультурной и профессиональной	1 этап: уметь применять систему знаний практических умений и навыков, обеспечивающих сохране-	1 этап: владеть практическими навыками основ физической культуры;

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

2. Содержание дисциплины:

Раздел 1. Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 1-3. Легкая атлетика

Тема 4. Волейбол

Раздел 2 .Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 5. Гимнастика

Тема 6-7 .Легкая атлетика

Раздел 1. Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 1-2. Легкая атлетика

Тема 3-4. Волейбол

Тема 5. Гимнастика

Раздел 2. Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 6-7. Легкая атлетика

Тема 8-9. Баскетбол

Тема 10. Гимнастика

Раздел 3. Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 8-9. Баскетбол

Тема 10-11. Волейбол

Тема 12-14. Легкая атлетика

Тема 15-16. Гимнастика

Раздел 4. Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 17-18. О.Ф.П.

Тема 19-20. Волейбол

Тема 21-22. Баскетбол

Тема 23-24. Легкая атлетика

3. Общая трудоёмкость дисциплины: 2 ЗЕ