

## Аннотация к рабочей программе дисциплины

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

**Наименование дисциплины:** Б.1.Б.37 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;
- 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-9 - способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Этап 1: основные положения о физической культуре в общекультурной и профессиональной подготовке студентов, о социально – биологических основах физической культуры, об основах здорового образа и стиля жизни; Этап 2: об оздоровительных системах, о	Этап 1: применять систему знаний практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, воспитание и совершенствование психофизических способностей и качеств; Этап 2: различные виды физической культуры и спорта в оздоровительных, профес-	Этап 1: владеть практическими навыками и методами основы физической культуры; Этап 2: владеть практическими методами основ физической культуры.

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

## **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 Легкая атлетика.

**Раздел 3** Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 7-8 Лыжная подготовка.

Тема 9 О.Ф.П.

Тема 10 Гимнастика.

Тема 11 Футбол.

**Раздел 4** Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 12 Баскетбол.

Тема 13 Волейбол.

Тема 14 Легкая атлетика.

**Раздел 5** Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 15 Легкая атлетика.

Тема 16 Волейбол.

Тема 17 Баскетбол.

**Раздел 6** Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 18 Футбол.

Тема 19 Гимнастика.

Тема 20 Гимнастика.

Тема 21 О.Ф.П.

**Раздел 7** Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 22 Гимнастика.

Тема 23 Футбол.

Тема24 О.Ф.П.

Тема 25 Лыжная подготовка.

Тема 26 Лыжная подготовка.

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