

## **Аннотация к рабочей программе дисциплины**

**Автор:** Дудкин Н.А., ст. преподаватель

**Наименование дисциплины:** Б1.Б.13 Физическая культура и спорт

### **Цель освоения дисциплины:**

- понимание роли физической культуры и развитии 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;
- знание научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценостного 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
ОК-8: способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	1 этап: знать основные положения о физической культуре в общекультурной и профессиональной подготовки студентов, о социально – биологических основах физической культуры, об основах здорового образа и стиля жизни. 2 этап:	1 этап: уметь применять систему знаний практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, воспитание и совершенствование психофизических способностей и	1 этап: владеть практическими навыками основ физической культуры. 2 этап: владеть практическими методами основ физической культуры.

	знать об оздоровительных системах, о профессионально-прикладной физической подготовке студентов, об общедоступном и профессиональном спорте.	качеств. 2 этап: уметь применять различные виды физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях.	
--	--	---	--

## **2. Содержание дисциплины:**

- Раздел 1 Физкультурное образование с профессиональной направленностью**
- Тема 1** Легкая атлетика
- Тема 2** Футбол
- Раздел 2 Физкультурное образование с профессиональной направленностью**
- Тема 3** Баскетбол
- Тема 4** Легкая атлетика
- Раздел 3 Физкультурное образование с профессиональной направленностью**
- Тема 5 -6 ОФП**
- Раздел 4 Физкультурное образование с профессиональной направленностью**
- Тема 7** Легкая атлетика
- Раздел 5 Физкультурное образование с профессиональной направленностью**
- Тема 8** Баскетбол
- Тема 9** Футбол
- Раздел 6 Физкультурное образование с профессиональной направленностью**
- Тема 10** Легкая атлетика
- Тема 11 ОФП**
- Раздел 7 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.**
- Тема 12 ОФП**
- Раздел 8 Физкультурное образование с профессиональной направленностью**
- Тема 13** Баскетбол

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