

Аннотация к рабочей программе дисциплины

Автор: Дудкин Н.А., старший преподаватель

Наименование дисциплины: Б1.Б.15 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-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 обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Этап 1 –знать основные положения о физической культуре в общекультурные и профессиональные подготовки студентов, о социально – биологических основах физической культуры, об основах здорового образа и стиля жизни.	Этап 1 – уметь применять систему знаний практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, воспитание и совершенствование психофизических	Этап 1 – владеть практическими навыками основ физической культуры. Этап 2 – владеть практическими методами основ физической культуры.

	Этап 2 – знать об оздоровительных системах, о профессионально-прикладной физической подготовке студентов, об общедоступном и профессиональном спорте.	способностей и качеств. Этап 2- 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 Волейбол

Тема 3 Гимнастика

Раздел 2 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 4 Лыжная подготовка

Тема 5 Легкая атлетика

Тема 6 Баскетбол

Раздел 3 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 7 Лыжная подготовка

Тема 8 Футбол

Тема 9 О.Ф.П.

Раздел 4 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 10 Гимнастика

Тема 11 О.Ф.П.

3. Общая трудоёмкость дисциплины: 2 ЗЕ