

Аннотация к рабочей программе дисциплины

Автор: Дудкин Н.А., ст. преподаватель

Наименование дисциплины: Б 1.Б.22 Физическая культура

Цель освоения дисциплины:

- понимание роли физической культуры в развитии личности и подготовки 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-7) способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной	Этап 1 -знать основные положения о физической культуре в общекультурной и профессиональной подготовки студентов, о социально –	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.

деятельности.	биологических основах физической культуры, об основах здорового образа и стиля жизни. 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.

Раздел 2 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 3 Гимнастика

Тема 4 Легкая атлетика

Раздел 3 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 5-6 Лыжная подготовка

Раздел 4 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 7 Легкая атлетика

Тема 8 Баскетбол

Раздел 5 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 9-10 Лыжная подготовка

Тема 11 Футбол

Тема 12 О.Ф.П. (общая физическая подготовка)

Раздел 6 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 13-14 Гимнастика

Тема 15-16 О.Ф.П.

Раздел 7 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 17-18 Баскетбол

Тема 19-20 Волейбол

Раздел 8 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 21-22 Легкая атлетика

Тема 23-24 Гимнастика

Раздел 9 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 25-26 О.Ф.П.

Тема 27-28 Волейбол

Раздел 10 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 29-30 Баскетбол

Тема 31-32 Легкая атлетика

3. Общая трудоёмкость дисциплины: 2 ЗЕ.