

## Аннотация к рабочей программе дисциплины

**Наименование дисциплины:** Б.1.Б.21 Физическая культура

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

### **Цель освоения дисциплины:**

- понимание роли физической культуры в 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.
- понимание роли физической культуры в развитие личности и подготовке 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
OK-7: способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Этап 1: знать основные положения о физической культуре в общественной и профессиональной подготовки студентов, о социально-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.	Этап 1: уметь применять систему знаний практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, воспитание и совершенствование психофизических способностей и качеств. Этап 2: уметь применять различные виды физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях.	Этап 1: владеть практическими навыками основ физической культуры. Этап 2: владеть практическими методами основ физической культуры.

**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 Легкая атлетика

**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.

**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.**