

Аннотация к рабочей программе дисциплины

Автор: Валентина И.С., доцент

Наименование дисциплины: Б1.Б.23 Физическая культура и спорт

1. Цель освоения дисциплины:

- воспитание потребности в физическом самосовершенствовании и самовоспитании, 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.

2. 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: - Основные положения о физической культуре в общекультурные и профессиональные подготовки студентов. Этап 2: - О социально – биологических основах физической культуры, об основах здорового образа и стиля жизни, об оздоровительных системах, о профессионально-прикладной физической подготовке студентов, об общедоступном и профессиональном спорте.	Этап 1: - Применять систему знаний практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья. Этап 2: - Воспитание и совершенствование психофизических способностей и качеств, различные виды физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях.	Этап 1: - Освоение специальной терминологии Этап 2: - Практическими навыками и методами основы физической культуры и здорового образа жизни.

3. Содержание дисциплины:

Раздел 1

Тема 1 легкая атлетика.

Тема 2 волейбол.

Тема 3 баскетбол.

Раздел 2

Тема 4 ОФП

Тема 5 гимнастика

Тема 6 футбол

Тема 7 лыжная подготовка

4. Общая трудоемкость дисциплины: 2 ЗЕ.