

## АННОТАЦИЯ

дисциплины

### Б1.Б.38 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

Направление подготовки 38.03.03 Управление персоналом

Общее количество часов – 72

Количество зачетных единиц – 2

**Цель освоения дисциплины «Физическая культура и спорт»** заключается в формировании физической культуры обучающегося как системного и интегративного качества личности, неотъемлемого компонента общей культуры будущего бакалавра, способного реализовывать ее в учебной, социально-профессиональной деятельности и в семье.

#### **Задачи дисциплины:**

- включить обучающихся в реальную физкультурно-спортивную практику по творческому освоению ценностей физической культуры, ее активного использования во всестороннем развитии личности;
- содействовать разностороннему развитию организма, сохранению и укреплению здоровья, повышению их уровня общей физической подготовленности, развитию профессионально важных физических качеств и психомоторных способностей будущих специалистов;
- овладеть системноупорядоченным комплексом знаний, охватывающих философскую, социальную, естественнонаучную и психолого-педагогическую тематику, тесно связанную с теоретическими, методическими и организационными основами физической культуры;
- сформировать потребности в физическом самосовершенствовании и поддержании высокого уровня здоровья через сознательное использование всех организационно-методических форм занятий физкультурно-спортивной деятельностью;
- сформировать навыки самостоятельной организации досуга с использованием средств физической культуры и спорта;
- овладеть основами семейного физического воспитания, бытовой физической культурой.

#### **Место дисциплины в структуре образовательной программы.**

Дисциплина **Б1.Б.38 «Физическая культура и спорт»** относится к базовой части Блока 1 «Дисциплины (модули)» учебного плана.

#### **Результаты обучения (знания, умения, опыт, компетенции).**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций (согласно ФГОС):

.п.	Индекс компет енции	Содержание компетенции	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть

	<b>ОК-8</b>	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и	– социальную роль физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности; – научно-биологические и методико-практические основы физической культуры и здорового образа жизни; – роль общей и профессионально-прикладной физической подготовки, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии; – возможности использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.	– применять способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; – применять способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности; – выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры; – выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации; – преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения; – выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и само страховки; – осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой; – соблюдать технику безопасного проведения самостоятельных занятий.	– приобретенными знаниями и умениями, и навыками в сфере физической культуры в профессиональном труде и жизнедеятельности для повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья; – организацией и проведением индивидуального, коллективного и семейного отдыха, участия в массовых спортивных соревнованиях.
--	-------------	---	---	--	---

**Курсовые работы:** не предусмотрены

**Форма контроля:** зачет

### **Основная литература:**

1. Стриханов, М. Н. Физическая культура и спорт в вузах [Электронный ресурс]: учебное пособие / М. Н. Стриханов, В. И. Савинков. — 2-е изд. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 153 с. — URL: <https://biblio-online.ru/viewer/1B3DA446-6A1E-44FA-8116-798C79A9C5BA#page/12>.

2. Ямалетдинова, Г. А. Педагогика физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебное пособие для бакалавриата / Г. А. Ямалетдинова. — М.: Издательство Юрайт, 2017. — 244 с. — URL: <https://biblio-online.ru/viewer/7962A2E2-E6D4-498D-9F02-7AF53290A4BC#page/1>

### **Дополнительная литература:**

1. Письменский, И.А. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебник для бакалавриата / И.А. Письменский, Ю.Н.Аллянов .- М.: Издательство Юрайт, 2017.- 493с. - URL: <https://biblio-online.ru/viewer/1D5B5EFC-C902-4B41-A5F9-46E2A51BEE22/fizicheskaya-kultura#page/1>

Для освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья имеются издания в электронном виде в электронно-библиотечных системах «Лань» и «Юрайт» и др.

Автор: Гуренкова О.В.