

**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):

| Индекс компет | Содержание компетенции | В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны |
|---------------|------------------------|-------------------------------------------------------------|
|---------------|------------------------|-------------------------------------------------------------|

| п.п. | енции       |                                                                                                                                                                                             | знать                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | уметь                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | владеть                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|------|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|      | <b>ОК-8</b> | Способность<br>ю<br>использоват<br>ь методы и<br>средства<br>физической<br>культуры<br>для<br>обеспечения<br>полноценно<br>й<br>социальной<br>и<br>профессиона<br>льной<br>деятельност<br>и | –<br>социальную<br>роль физической<br>культуры в<br>развитии<br>личности и<br>подготовке ее к<br>профессиональн<br>ой деятельности;<br>– научно-<br>биологические и<br>методико-<br>практические<br>основы<br>физической<br>культуры и<br>здорового образа<br>жизни;<br>– роль<br>общей и<br>профессиональн<br>о-прикладной<br>физической<br>подготовки,<br>определяющей<br>психофизическу<br>ю готовность<br>студента к<br>будущей<br>профессии;<br>–<br>возможности<br>использования<br>физкультурно-<br>спортивной<br>деятельности<br>для достижения<br>жизненных и<br>профессиональн<br>ых целей. | – применять<br>способы контроля и<br>оценки физического<br>развития и физической<br>подготовленности;<br>– применять<br>способы планирования<br>индивидуальных<br>занятий различной<br>целевой<br>направленности;<br>– выполнять<br>индивидуально<br>подобранные<br>комплексы<br>оздоровительной и<br>адаптивной (лечебной)<br>физической культуры;<br>– выполнять<br>простейшие приемы<br>самомассажа и<br>релаксации;<br>– преодолевать<br>искусственные и<br>естественные<br>препятствия с<br>использованием<br>разнообразных<br>способов<br>передвижения;<br>– выполнять<br>приемы защиты и<br>самообороны,<br>страховки и само<br>страховки;<br>– осуществлять<br>творческое<br>сотрудничество в<br>коллективных формах<br>занятий физической<br>культурой;<br>– соблюдать<br>технику безопасного<br>проведения<br>самостоятельных<br>занятий. | –<br>приобретенным<br>и знаниями и<br>умениями, и<br>навыками в<br>сфере<br>физической<br>культуры в<br>профессиональ<br>ном труде и<br>жизнедеятельн<br>ости для<br>повышения<br>работоспособн<br>ости,<br>сохранения и<br>укрепления<br>здоровья;<br>–<br>организацией и<br>проведением<br>индивидуально<br>го,<br>коллективного<br>и семейного<br>отдыха,<br>участия в<br>массовых<br>спортивных<br>соревнованиях. |

**Курсовые работы:** не предусмотрены

**Форма контроля:** зачет

### **Основная литература:**

1. Прокофьев А. И. Тестовые задания по теории и методике физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебное пособие / Елец: Елецкий государственный университет им. И. А. Бунина, 2014.- 129 с. - URL: [http://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_view\\_red&book\\_id=272253](http://biblioclub.ru/index.php?page=book_view_red&book_id=272253)
2. Гигиена физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебник. Редактор: Маргазин В.А., Семенова О.Н., Ачкасов Е.Е. Дополнительная информация: 2-е изд., доп. / Санкт-Петербург: СпецЛит, 2014.- 256 с. - URL: [http://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_view\\_red&book\\_id=253833](http://biblioclub.ru/index.php?page=book_view_red&book_id=253833)
3. Физическая культура и физическая подготовка [Электронный ресурс]: учебник. Редактор: Кикоть В.Я., Барчуков И.С. / Москва: Юнити-Дана, 2014.-432 с. - URL: [http://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_view\\_red&book\\_id=117573](http://biblioclub.ru/index.php?page=book_view_red&book_id=117573)

### **Дополнительная литература:**

1. Чертов Н. В. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебное пособие / Ростов: Издательство Южного федерального университета, 2014.- 118 с. - URL: [http://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_view\\_red&book\\_id=241131](http://biblioclub.ru/index.php?page=book_view_red&book_id=241131)
2. Кокоулина О. П. Основы теории и методики физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебно-практическое пособие / Москва: Евразийский открытый институт, 2014.- 144 с. - URL: [http://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_view\\_red&book\\_id=90952](http://biblioclub.ru/index.php?page=book_view_red&book_id=90952)
3. Минникаева Н. В. Теория и организация адаптивной физической культуры [Электронный ресурс]: учебное пособие Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2014.- 142 с. - URL: [http://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_view\\_red&book\\_id=278495](http://biblioclub.ru/index.php?page=book_view_red&book_id=278495)
4. Письменский, И.А. Физическая культура: учебник для академического бакалавриата / И.А. Письменский, Ю.Н.Аллянов .- М.: Издательство Юрайт, 2015.- 493с.

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.