

## АННОТАЦИЯ

дисциплины

### Б1.Б.32 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

Направление подготовки 38.03.04 Государственное и муниципальное управление

Общее количество часов 72

Количество зачётных единиц 2

**Целью освоения дисциплины «Физическая культура и спорт»** является формирование 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:**

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

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

Дисциплина **Б1.Б.32 «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.п	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или ее части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть
1	ОК-8	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и	– социальную роль физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности; – научно-	– применять способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;	– приобретенными знаниями и умениями и навыками в сфере физической культуры в профессиональном труде и

		<p>профессиональной деятельности</p>	<p>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.</p>	<p>– 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..</p>	<p>жизнедеятельности для повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья;  – организацией и проведением индивидуального, коллективного и семейного отдыха, участия в массовых спортивных соревнованиях.</p>
--	--	--------------------------------------	--	--	---

**Курсовые работы:** не предусмотрены

**Вид аттестации:** 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/book/1B3DA446-6A1E-44FA-8116-798C79A9C5BA>
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/book/7962A2E2-E6D4-498D-9F02-7AF53290A4BC>

**Дополнительная литература:**

1. Письменский, И. А. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебник для бакалавриата / И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов. — М.: Издательство Юрайт, 2017. — 493 с. — URL: <https://biblio-online.ru/book/1D5B5EFC-C902-4B41-A5F9-46E2A51BEE22>
2. Бегидова, Т. П. Основы адаптивной физической культуры [Электронный ресурс]: учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 188 с. — URL: <https://biblio-online.ru/book/2B7A64A5-0F1A-4365-8987-4E59F8984293>
3. Письменский, И.А. Физическая культура [Текст]: учебник для 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», «Юрайт» и др.

Автор: Брусенцов С.Г.