

## **АННОТАЦИЯ**

дисциплины «Физическая культура и спорт» 09.03.03 Прикладная информатика по профилю «Прикладная математика в экономике», ОФО. Программа подготовки академическая.

**Объем трудоемкости:** 2 зачетные единицы (72 часа, из них – 24,2 часа аудиторной работы: лекционных – 18 ч., 0,2 ч. – иная контактная работа, 6- контроль самостоятельной работы, 47,8 ч – самостоятельная работа).

### **Цель дисциплины**

Формирование физической культуры студента как системного и интегративного качества личности и способности целенаправленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

### **Задачи дисциплины**

- формирование биологических, психолого-педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание, привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- владение 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 и спорте;
- формирование умения научного, творческого и методически обоснованного использования средств физической культуры, спорта и туризма в профессиональной деятельности и повседневной жизни.

### **Место дисциплины в структуре ООП ВО**

Дисциплина «Физическая культура и спорт» входит в Б.1.Б.24. учебного плана.

### **Требования к уровню освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-8.

| №<br>п/п | Индекс<br>компет<br>енции | Содержание<br>компетенции<br>или её части                                                                                               | В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся<br>должны                     |                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                              |
|----------|---------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|          |                           |                                                                                                                                         | знать                                                                              | уметь                                                                                                                                                                                     | владеть                                                                                                                      |
| 1.       | ОК -8                     | Способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. | научно – практические основы физической культуры, спорта и здорового образа жизни. | рационально использовать знания в области физической культуры для профессионально – личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни. | знаниями и умениями в области физической культуры и спорта для успешной социальнокультурной и профессиональной деятельности. |

### Основные разделы дисциплины

| Вид учебной работы                                                    |                               | Всего часов | Семестры (часы) |     |
|-----------------------------------------------------------------------|-------------------------------|-------------|-----------------|-----|
|                                                                       |                               |             | 1               | 2   |
| Контактная работа, в том числе:                                       |                               | 24,2        | 18              | 6,2 |
| Аудиторные занятия (всего):                                           |                               |             |                 |     |
| Занятия лекционного типа                                              |                               | 18          | 16              | 2   |
| Лабораторные занятия                                                  |                               |             |                 |     |
| Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)            |                               |             |                 |     |
| Иная контактная работа:                                               |                               |             |                 |     |
| Контроль самостоятельной работы (КСР)                                 |                               | 6           | 2               | 4   |
| Промежуточная аттестация (ИКР)                                        |                               | 0,2         |                 | 0,2 |
| Самостоятельная работа, в том числе:                                  |                               |             |                 |     |
| Курсовая работа                                                       |                               |             |                 |     |
| Проработка учебного (теоретического) материала                        |                               | 34          | 18              | 16  |
| Выполнение индивидуальных заданий (подготовка сообщений, презентаций) |                               |             |                 |     |
| Реферат                                                               |                               | 10          |                 | 10  |
| Подготовка к текущему контролю                                        |                               | 3,8         |                 | 3,8 |
| Контроль:                                                             |                               |             |                 |     |
| Подготовка к зачету                                                   |                               |             |                 |     |
| Общая трудоемкость                                                    | час.                          | 72          | 36              | 36  |
|                                                                       | в том числе контактная работа | 24,2        | 18              | 6,2 |
|                                                                       | зач. ед                       | 2           | 1               | 1   |

**Курсовые работы:** не предусмотрены

**Форма проведения аттестации по дисциплине «Физическая культура и спорт»:**  
зачет. **Основная литература:**

1. Бегидова, Т. П. Основы адаптивной физической культуры: учебное пособие для вузов [Электронный ресурс] / Т. П. Бегидова. 2-е изд., испр. и доп. М.: Издательство Юрайт, 2017. 188 с. (Серия: Университеты России). ISBN 978-5-534-04932-9. Режим доступа: <https://biblio-online.ru/viewer/2B7A64A5-0F1A-4365-8987-4E59F8984293#page/1>.
2. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник / С.П. Евсеев. – М.: Спорт, 2016. - 616 с.: ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-906839-42-8; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454238>.
3. Иванков, Ч. Технология физического воспитания в высших учебных заведениях: учебное пособие для студентов вузов / Ч. Иванков, С.А. Литвинов. – М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2015. - 304 с.: ил. - ISBN 978-5-691-02197-8; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429625>.
4. Третьякова Н. В., Андрюхина Т. В., Кетриш Е. В. Теория и методика оздоровительной физической культуры: учебное пособие; М.: Спорт, 2016; 281с. [http://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_view\\_red&book\\_id=461372#](http://biblioclub.ru/index.php?page=book_view_red&book_id=461372#)

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

Авторы: преподаватель Зорин Е.Н.