

АННОТАЦИЯ

**Дисциплины «Физическая культура и спорт» Б.Б.36
по направлению подготовки 42.03.02 Журналистика
(Информационная работа в государственных и коммерческих структурах)**

Форма обучения - заочная

Объем трудоемкости: 2 зачетные единицы (72 часа, из них – 10,2 контактных часов: лекционных - 10ч., 0,2ч. – иная контактная работа, 58 ч – самостоятельная работа, контроль – 3,8ч.). Форма аттестации – зачет.

Цель дисциплины

Формирование физической культуры студента как системного, интегративного качества личности, способности целенаправленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения здоровья, психофизической подготовки к полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины

- формирование биологических, психолого-педагогических и практических основ физической культуры и спорта для сохранения здоровья;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков для сохранения здоровья, психофизической готовности к социальной и профессиональной деятельности;
- формирование умения научного, творческого и методически правильного использования средств физической культуры и спорта в профессиональной деятельности и повседневной жизни.

Место дисциплины в структуре ООП ВО

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

Требования к уровню освоения дисциплины

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих общекультурных компетенций: ОК-9- способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

№ п.п	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть
1.	ОК -9	Способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	научно – практические основы физической культуры 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 социально-культурной, профессиональной деятельности.

Основные разделы дисциплины

Распределение видов учебной работы и их трудоемкость

Разделы дисциплины, изучаемые на первом курсе

№ разд.	Наименование разделов (темы)	Количество часов				
		Всего	Аудиторная работа			Внеаудиторная работа
			Л	ПЗ	ЛР	СРС
1	2	3	4	5	6	7
1.	Физическая культура и спорт в профессиональной подготовке студентов и социокультурное развитие личности.	9	1	-	-	8
2.	Социальные и биологические основы физической культуры.	10	2	-	-	8
3.	Основы здорового образа и стиля жизни студента.	9	1	-	-	8
4.	Общая физическая и спортивная подготовка студентов.	10	2	-	-	8
5.	Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями.	10	2	-	-	8
6.	Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов.	10	2	-	-	8
7	Реферат	10				10
8	Всего:	68	10			58
9	ИКР	0,2				
10	Контроль	3,8				
	<i>Итого по дисциплине:</i>	72	10	-	-	58

Примечание: Л – лекции, СРС – самостоятельная работа студента. ПЗ- практические занятия не предусмотрены, ЛР- лабораторные занятия – не предусмотрены.

Курсовые работы: не предусмотрены

Форма проведения аттестации по дисциплине «Физическая культура и спорт»: зачет (первый курс).

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. 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>.
https://biblioclub.ru/index.php?page=book_view_red&book_id=429625.

3. 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#.

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

Составители: Доцент Алферова И.А., ст. преподаватель Харьковская Е.В.