

## АННОТАЦИЯ

**Дисциплины «Физическая культура и спорт» Б.1.Б.36  
по направлению подготовки 42.03.02 Журналистика ЗФО  
(Информационная работа в государственных и коммерческих структурах)**

**Объем трудоемкости:** 2 зачетные единицы (72 часа, из них – 10,2 контактных часа: лекционных - 10ч., 0,2 ч. – 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	
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>	<b>72</b>	<b>10</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>58</b>

Примечание: Л – лекции, СРС – самостоятельная работа студента.

**Курсовые работы:** не предусмотрены

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

### Основная литература

1. Здоровье и физическая культура студента [Электронный ресурс]: учебное пособие / В.А. Бароненко, Л.А. Рапопорт. - 2-е изд., перераб. - М.: Альфа-М: НИЦ ИНФРА-М, 2013. - 336 с.: ил; 60x90 1/16. (переплет) ISBN 978-5-98281-157-8. Режим доступа: <http://znanium.com/bookread2.php?book=417975>.
2. Минникаева, Н.В. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебное пособие / Н.В. Минникаева ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Кемеровский государственный университет». - Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. - 142 с.: ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-8353-1669-4; То же

[Электронный ресурс]. -

URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278495> (04.12.2018).

3. Муллер, А. Б. Физическая культура студента [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко, А. Ю. Близневский. - Красноярск: Сибирский федеральный университет, 2011. - 172 с. - ISBN 978-5-7638-2126-0. - Режим доступа: <http://znanium.com/bookread2.php?book=443255>

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

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