

АННОТАЦИЯ

дисциплины «Физическая культура и спорт»

Объем трудоемкости: 2 зачетные единицы (72 часа, из них – 24,2 часа аудиторной работы: лекционных – 18 ч., 0,2 ч. – иная контактная работа, 6 ч. - 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 Блок Б1.Б.18 «Базовая часть» учебного плана подготовки бакалавров.

«Физическая культура и спорт» представляет собой самостоятельную дисциплину, выступающую составной частью основной образовательной программы по направлению подготовки 01.03.02 Прикладная математика и информатика по направлению «Системное программирование и компьютерные технологии: Математическое и программное обеспечение вычислительных машин».

Требования к уровню освоения дисциплины

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

№ п.п	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся 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 и спорта 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:				
<i>Курсовая работа</i>				
<i>Проработка учебного (теоретического) материала</i>		34	18	16
<i>Выполнение индивидуальных заданий (подготовка сообщений, презентаций)</i>				
<i>Реферат</i>		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. 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; Тоже [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454238>.

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>.
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#.