

## АННОТАЦИЯ

дисциплины

### **Б1.Б.38 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ**

Направление подготовки 38.03.03 Управление персоналом

Общее количество часов – 72

Количество зачетных единиц – 2

**Цель освоения дисциплины «Физическая культура и спорт»** заключается в формировании 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:**

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

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

Дисциплина **Б1.Б.38 «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.	Индекс компет енции	Содержание компетенции	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть

	<b>ОК-8</b>	Способность ю использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и	– социальную роль физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности; – научно-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.	– применять способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; – 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.	– приобретенными знаниями и умениями, и навыками в сфере физической культуры в профессиональном труде и жизнедеятельности для повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья; – организацией и проведением индивидуального, коллективного и семейного отдыха, участия в массовых спортивных соревнованиях.
--	-------------	---	---	--	---

**Курсовые работы:** не предусмотрены

**Форма контроля:** зачет

### **Основная литература:**

1. Письменский И.А., Аллянов Ю.Н. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА. [Электронный ресурс]: Учебник для академического бакалавриата. – М.: Юрайт, 2018. - 493 с. – URL: <https://biblio-online.ru/viewer/1D5B5EFC-C902-4B41-A5F9-46E2A51BEE22/fizicheskaya-kultura#page/1>

2. Муллер А.Б., Дядичкина Н.С., Богащенко Ю.А. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА. [Электронный ресурс]: Учебник и практикум для прикладного бакалавриата. – М.: Юрайт, 2018. - 424 с. – URL: <https://biblio-online.ru/viewer/55A7A059-CBEC-44C9-AC81-63431889BBB7/fizicheskaya-kultura#page/1>

### **Дополнительная литература:**

1. Минникаева Н. В. Теория и организация адаптивной физической культуры [Электронный ресурс]: учебное пособие. Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2014. - 142 с. - URL: [http://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_view\\_red&book\\_id=278495](http://biblioclub.ru/index.php?page=book_view_red&book_id=278495)

2. Письменский, И.А. Физическая культура [Текст]: учебник для академического 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» и «Юрайт» и др.

Автор: Брусенцов С.Г.