

АННОТАЦИЯ
рабочей программы дисциплины

«Б.1.О.11 Физическая культура и спорт»

(код и наименование дисциплины) ЗФО

Направление подготовки/специальность

42.03.02. Журналистика

(код и наименование направления подготовки/специальности)

Объем трудоемкости:

2 зачётные единицы

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 основной части Блока 1 «Дисциплины (модули)» учебного плана.

Требования к уровню освоения дисциплины

Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций: *УК-7*. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Основные разделы дисциплины:

Физическая культура и спорт в профессиональной подготовке студентов и социокультурное развитие личности; основы здорового образа жизни и методы сохранения здоровья средствами физической культуры.

Курсовые работы: *не предусмотрены.*

Форма проведения аттестации по дисциплине: *зачёт.*

Авторы: Алферова И.А., к.п.н., доцент; Харьковская Е.В., ст. преподаватель.