

АННОТАЦИЯ

дисциплины «Физическая культура и спорт»

Объем трудоемкости: 2 зачетные единицы (72 часа, из них – 18,2 часа аудиторной работы: лекционных 16 ч., 2ч. – практических, 0,2 – иная контактная работа, 53,8 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 Б1. Б.31 учебного плана.

Требования к уровню освоения дисциплины.

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

| № п/п | Индекс компет енции | 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 самосовершенствован ия, формирования здорового образа и стилия жизни. | знаниями и умениями в области физической культуры и спорта для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности. |

Основные разделы дисциплины.

| Вид учебной работы | Всего часов | Семестры(часы) | | |
|--|--------------------------------------|----------------|------------|------------|
| | | 1 | 2 | |
| Контактная работа, в том числе: | | | | |
| Аудиторные занятия (всего): | 18,2 | 16 | 2,2 | |
| Занятия лекционного типа | 16 | 16 | – | |
| Лабораторные занятия | – | – | – | |
| Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия) | 2 | – | 2 | |
| Иная контактная работа: | | | | |
| Контроль самостоятельной работы (КСР) | – | – | – | |
| Промежуточная аттестация (ИКР) | 0,2 | – | 0,2 | |
| Самостоятельная работа, в том числе: | | | | |
| <i>Курсовая работа</i> | – | – | – | |
| <i>Проработка учебного (теоретического) материала</i> | 40 | 20 | 20 | |
| <i>Выполнение индивидуальных заданий (подготовка сообщений, презентаций)</i> | – | – | – | |
| <i>Реферат</i> | 10 | – | 10 | |
| Подготовка к текущему контролю | 3,8 | – | 3,8 | |
| Контроль: | | | | |
| Подготовка к экзамену | – | – | – | |
| Общая трудоемкость | час. | 72 | 36 | 36 |
| | в том числе контактная работа | 18,2 | 16 | 2,2 |
| | 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; То же [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#
4. Кузнецов, И.А. Прикладная физическая культура для студентов специальных медицинских групп: учебное пособие / И.А. Кузнецов, А.Э. Буров, И.В. Качанов. - Москва; Берлин : Директ-Медиа, 2019. - 179 с.: ил, табл. - Библиогр.: с. 143-145 - ISBN 978-5-4475-2783-9; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=494862> (09.05.2019).
http://biblioclub.ru/index.php?page=book_view_red&book_id=494862

5. Письменский И. А. Физическая культура: Учебник для бакалавриата и специалитета / И.А. Письменский, Ю.В. Альянов. – М: Издательство: Юрайт, 2019.- 493с. Серия (бакалавр и специалист). ISBN 978-5-534-09116-8. Научная школа: Финансовый университет при Правительстве РФ (г. Москва). Год: 2019 / Гриф УМО ВО. То же [Электронный ресурс]. URL: <https://www.biblio-online.ru/viewer/fizicheskaya-kultura-431427#page/1%207>.

Авторы: доцент, к.п.н., доцент Ногаец О.А., доцент, к.п.н., доцент Болтовский А.Ю.