

## АННОТАЦИЯ рабочей программы дисциплины

### Б.1.О.09 «Физическая культура и спорт»

(код и наименование дисциплины)

#### Направление подготовки/специальность

02.03.01 Математика и компьютерные науки (Алгебра, теория чисел и дискретный анализ)

(код и наименование направления подготовки/специальности)

#### Объем трудоемкости:

2 зачётных 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 обязательной части Блока 1 «Дисциплины (модули)» учебного плана.

#### Требования к уровню освоения дисциплины

Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций: Ок-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; социальные и биологические основы физической культуры; основы здорового образа и стиля жизни студента; общая физическая и спортивная подготовка студентов; методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями; профессионально-прикладная физическая подготовка студентов. Практическое занятие: методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями;

**Курсовые работы:** не предусмотрены.

**Форма проведения аттестации по дисциплине:** зачёт.

Авторы: Цыганкова Н.Ю., доцент, Розинцева С.Ю., преподаватель.