

Аннотация к рабочей программе дисциплины

«Б1.О. 07 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»

(код и наименование дисциплины)

Объем трудоемкости: 2 зачетные единицы (72 часа).

Цель дисциплины:

Формирование физической культуры студента как системного, интегративного качества личности, способности целенаправленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения здоровья, профилактики профессиональных заболеваний, психофизической подготовки к полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- формирование биологических, психолого-педагогических и практических основ физической культуры и спорта для сохранения здоровья, профилактики профессиональных заболеваний;
- 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, адаптивной физической культуры 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. В соответствии с рабочим учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе по очно-заочной форме обучения.

Требования к уровню освоения дисциплины

Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций:

Код и наименование индикатора* достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине (<i>знает, умеет, владеет (навыки и/или опыт деятельности)</i>)
УК- 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	
ИУК-7.1. Понимает влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний.	<u><i>Знает:</i></u> научно – практические основы физической культуры и спорта для укрепления здоровья, профилактики профессиональных заболеваний.
	<u><i>Умеет:</i></u> целенаправленно использовать знания в области оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний.
	<u><i>Владеет:</i></u> навыками организации и методике проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями различной целевой направленности.

Содержание дисциплины:

Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины.

Разделы (темы) дисциплины, изучаемые в 1 семестре (1 курс, очно-заочная форма обучения).

№	Наименование разделов (тем)	Количество часов				
		Всего	Аудиторная работа			Внеаудиторная работа
			Л	ПЗ	ЛР	СРС
	2	3	4	5	6	7
1.	Физическая культура и спорт в профессиональной подготовке студентов и социокультурное развитие личности.	4	2	-	-	2
2.	Социальные и биологические основы физической культуры.	8	2	-	-	6
3.	Основы здорового образа и стиля жизни студента.	6	2	-	-	4
4.	Общая физическая и спортивная подготовка студентов.	12	2	-	-	10
5.	Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями.	10	6	-	-	4
6	Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов.	14	2	-	-	12
7	Практическое занятие: Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями	2	-	2	-	-
8	Реферат	10				12
9	<i>ИТОГО по разделам дисциплины</i>	66	16	2		50
10	Контроль самостоятельной работы (КСР)	2				
11	Промежуточная аттестация (ИКР)	0,2				
12	Подготовка к текущему контролю	3,8				3,8
13	Общая трудоемкость по дисциплине	72	16	2		53,8

Курсовые работы: не предусмотрены

Форма проведения аттестации по дисциплине: зачет

Автор: М.И. Кабышева, к.п.н., доцент