

Аннотация к рабочей программе дисциплины
«Б1.О.08 Физическая культура и спорт»
(код и наименование дисциплины)

Объем трудоемкости: 2 зачетные единицы

Цель дисциплины: Формирование физической культуры студента как системного, интегративного качества личности и способности целенаправленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- формирование биологических, психолого-педагогических и методико-практических знаний физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре и спорту, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание, привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- овладение 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 и спорта в профессиональной деятельности и повседневной жизни.

Место дисциплины в структуре образовательной программы

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 очной и очно-заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: зачет. Дисциплина «Физическая культура и спорт» является предшествующей для практического освоения «Элективных дисциплин по физической культуре и спорту».

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
ИУК-7.1. Понимает влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний.	УК-7Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. - Знает научно - практические основы физической культуры, спорта и здорового образа жизни необходимые для эффективной организации своей повседневной и профессиональной деятельности. - Умеет рационально использовать знания в области физической культуры и спорта для профессионально – личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни. Владеет навыками на основе глубокого конкретного знания оздоровительных технологий и готов их использовать в повседневной жизни для укрепления своего собственного здоровья, профилактики профессиональных заболеваний.

Содержание дисциплины:

Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины.
Темы дисциплины, изучаемые в 1 семестре 1 курса (очная форма обучения)

№	Наименование разделов	Количество часов				
		Всего	Аудиторная работа			Внеаудиторная работа
			Лек	ПР	Лаб	
1	2	3	4	5	6	7
13.	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов	8	2			6
14.	Социально-биологические основы физической культуры.	8	2			6
15.	Основы здорового образа жизни студента. Роль физической культуры в обеспечении здоровья.	8	2			6
16.	Лечебная физическая культура как средство профилактики и реабилитации при различных заболеваниях.	8	2			6
17.	Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания.	8	2			6
18.	Спорт. Классификация видов спорта. Особенности занятий индивидуальным видом спорта или системой физических упражнений.	8	2			6
19.	Спортивные и подвижные игры	10	2	2		6
20.	Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями.	7	1			6
21.	Массовые физкультурно-спортивные мероприятия. Правила поведения студентов-болельщиков на соревнованиях.	6,8	1			5,8
	ИТОГО по разделам дисциплины		16	2		53,8
	Контроль самостоятельной работы (КСР)	-				
	Промежуточная аттестация (ИКР)	0,2				
	Общая трудоемкость по дисциплине	72				

Темы дисциплины, изучаемые в 1 семестре 1 курса (очно-заочная форма обучения)

№	Наименование тем	Количество часов				
		Всего	Аудиторная работа			Внеаудиторная работа
			Лек	ПП	Лаб	СРС
1.	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.	10	2			8
2.	Социально-биологические основы физической культуры.	8	2			6
3.	Основы здорового образа жизни студента. Роль физической культуры в обеспечении здоровья.	8	2			6
4.	Лечебная физическая культура как средство профилактики и реабилитации при различных заболеваниях.	8	2			6
5.	Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания.	8	2			6
6.	Спорт. Классификация видов спорта. Особенности занятий индивидуальным видом спорта или системой физических упражнений.	6				6
7.	Спортивные и подвижные игры	6		2		4
8.	Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями.	7				7
9.	Массовые физкультурно-спортивные мероприятия. Правила поведения студентов-болельщиков на соревнованиях.	6,8				6,8
	ИТОГО по темам дисциплины		10	2		55,8
	Контроль самостоятельной работы (КСР)	4				
	Промежуточная аттестация (ИКР)	0,2	-	-	-	-
	Общая трудоемкость по дисциплине	72	-	-	-	

Курсовые работы: не предусмотрены

Форма проведения аттестации по дисциплине: зачет

Автор Брусенцов С.Г.