

## Аннотация рабочей программы дисциплины

### «\_Б1.О.03\_Физическая культура и спорт\_» (

код и наименование дисциплины)

Объем трудоемкости: 72 (2 з. )

#### Цели и задачи изучения дисциплины (модуля)

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 (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «\_Физическая культура\_» относится к обязательной части Блока 1 "Дисциплины (модули)" учебного плана. В соответствии с рабочим учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации – зачет.

Данная дисциплина необходима дисциплины «Элективные курсы 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*<br>достижения компетенции  | Результаты обучения по дисциплине ( <i>знает, умеет, владеет (навыки и/или опыт деятельности)</i> )   |
|---|---|
| <b>УК- 7.</b> 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.              | <b>Знает:</b> научно-практические основы физической культуры и спорта для укрепления собственного здоровья, профилактику профессиональных заболеваний.                          |
|   | <b>Умеет:</b><br>Целенаправленно использовать знания в области оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний. |
|   | <b>Владеет:</b><br>Навыками организации и методикой проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями различной целевой направленности.                               |

**Содержание дисциплины:**

Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины

| Виды работ   | Всего часов | Форма обучения   |
|--|-------------|------------------|
|  |             | очная            |
|  |             | 1 семестр (часы) |
| <b>Контактная работа, в том числе:</b>   | 20,2        | 20,2             |
| <b>Аудиторные занятия (всего):</b>   |             |                  |
| занятия лекционного типа   | 16          | 16               |
| практические занятия   | 2           | 2                |
| семинарские занятия  | -           | -                |
| <b>Иная контактная работа:</b>   |             |                  |
| Контроль самостоятельной работы (КСР)  | 2           | 2                |
| Промежуточная аттестация (ИКР)   | 0,2         | 0,2              |
| <b>Самостоятельная работа, в том числе:</b>  | 51,8        | 51,8             |
| <i>Курсовая работа/проект (КР/КП) (подготовка)</i>   | -           | -                |
| <i>Контрольная работа</i>  | -           | -                |
| <i>Расчётно-графическая работа (РГР) (подготовка)</i>  | -           | -                |
| <i>Реферат/эссе (подготовка)</i>   | 10          | 10               |
| <i>Самостоятельное изучение разделов, самоподготовка (проработка и повторение лекционного материала и материала учебников и учебных пособий, подготовка к лабораторным и практическим занятиям, коллоквиумам и т.д.)</i> | 38          | 38               |
| Подготовка к текущему контролю   | 3,8         | 3,8              |
| <b>Контроль:</b>   |             |                  |
| Подготовка к экзамену  | -           | -                |
| <b>Общая трудоемкость</b>  | 72          | 72               |
| час.   |             |                  |
| в том числе контактная работа  | 20,2        | 20,2             |
| зач. ед  | 2           | 2                |

**Курсовые работы:** (*предусмотрены / не предусмотрены*)**Форма проведения аттестации по дисциплине:** (*зачет/экзамен*)

Авторы: доцент Дорошенко В.В.