

Аннотация к рабочей программе дисциплины Б1.О.11 Физическая культура и спорт

Объем трудоемкости: 2 зачетные единицы

1 Цели и задачи изучения дисциплины.

1.1 Цель освоения дисциплины.

Целью освоения 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.

1.2 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.

1.3 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».

1.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы.

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

Код и наименование индикатора*достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	
УК-7.1.Понимает влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний.	- 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.
УК-7.2 Выполняет индивидуально подобранные комплексы оздоровительной или адаптационной физической культуры	Знает индивидуально подобранные комплексы оздоровительной или адаптационной физической культуры; Умеет выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной или адаптационной физической культуры; Владеет техникой индивидуально подобранных комплексов оздоровительной или адаптационной физической культуры

**Вид индекса индекатора соответствует учебному плану.*

Результаты обучения по дисциплине достигаются в рамках осуществления всех видов контактной и самостоятельной работы обучающихся в соответствии с утвержденным учебным планом. Индикаторы достижения компетенций считаются сформированными при достижении соответствующих им результатов обучения.

2. Структура и содержание дисциплины.

2.1 Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 2 зач.ед. (72 часа), их распределение по видам работ представлено в таблице
(для обучающихся О-ЗФО).

Виды работ	Всего часов	Форма обучения	
		Очно-заочная	
	О-ЗФО	семестр (часы)	
Контактная работа, в том числе:			
Аудиторные занятия (всего):	12	12	
Занятия лекционного типа	10	10	-
практические занятия	2	2	-
Иная контактная работа:			
Контроль самостоятельной работы (КСР)	2	2	-
Промежуточная аттестация (ИКР)	0,2	0,2	-
Самостоятельная работа, в том числе:	57,8	57,8	

Проработка учебного (теоретического) материала.		16	16	-
Анализ научно-методической литературы		14	14	-
Реферат.		17	17	-
Подготовка к текущему контролю		10,8	10,8	-
Контроль:				
Подготовка к зачёту				
Общая трудоемкость	час.	72	72	-
	в том числе контактная работа	14,2	14,2	
	зач. ед.	2	2	

Курсовые работы: не предусмотрено

Форма проведения аттестации по дисциплине: зачёт

Автор: Брусенцов С. Г.