

Аннотация рабочей программы дисциплины «Физическая культура и спорт»

Цель дисциплины: формирование комплекса знаний, умений и навыков, направленных на использование разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины.

– сформировать у обучающихся способности использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

– сформировать у обучающихся устойчивую положительную мотивацию к учебным занятиям, участие в соревнованиях и научно-практических конференциях по физической культуре;

– развивать у обучающихся знания по теории, истории и методике физической культуры на основе инновационных технологий обучения;

– обучить учащихся практическим умениям и навыкам занятий различными видами спорта, современным двигательным и оздоровительным системам;

– сформировать у обучающихся готовность применять спортивные и оздоровительные технологии для достижения высокого уровня физического здоровья и поддержания его в процессе обучения в вузе и дальнейшей профессиональной деятельности;

– развивать у обучающихся индивидуально-психологические и социально-психологические качества и свойства личности, необходимые для успешной учебной и профессиональной деятельности.

Содержание дисциплины. В результате освоения дисциплины, обучающиеся изучат теоретический и практический материал по следующим темам: Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов; Основы здорового образа жизни студентов; Средства физической культуры в регулировании работоспособности; Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями; Спорт. Индивидуальный выбор спорта или систем физических упражнений; Физическая подготовка в профессиональной деятельности бакалавра; Развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости); Развитие основных физических качеств (гибкости, ловкости); Физическая подготовка в профессиональной деятельности бакалавра.

Объем дисциплины 2 з.е.

Форма промежуточного контроля – зачет.