

# **Аннотация рабочей программы дисциплины «Физическая культура и спорт»**

## **1 Цель и задачи освоения дисциплины**

Целью освоения дисциплины «Физическая культура и спорт» является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

Изучение дисциплины предполагает решение следующих задач:

1.Сформировать у студентов устойчивую положительную мотивацию к учебным занятиям, участию в соревнованиях и научно-практических конференциях по физической культуре.

2.Развивать у студентов знания по теории, истории и методике физической культуры на основе инновационных технологий обучения.

3.Обучить студентов практическим умениям и навыкам занятий различными видами спорта, современными двигательными и оздоровительными системами.

4.Сформировать у студентов готовность применять спортивные и оздоровительные технологии для достижения высокого уровня физического здоровья и поддержания его в процессе обучения в вузе, дальнейшей профессиональной деятельности.

5.Развивать у студентов индивидуально-психологические и социально-психологические качества и свойства личности, необходимые для успешной учебной и профессиональной деятельности.

## **2 Перечень планируемых результатов по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами образовательной программы**

**В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:**

ОК-8 — способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

## **3. Содержание дисциплины**

В результате освоения дисциплины обучающиеся изучат теоретический и практический материал по следующим темам: физическая культура в общекультурной профессиональной подготовке студентов, социально-биологические основы физической культуры, развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости), основы здорового образа жизни студента, психофизические основы учебного труда и интеллектуальной, основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями, спорт, индивидуальный выбор вида спорта или системы физических упражнений, физическая подготовка в профессиональной деятельности бакалавра.

## **4. Трудоемкость дисциплины и форма промежуточной аттестации**

Объем дисциплины 72 часа, 2 зачетные единицы. Дисциплина изучается на очной и заочной форме обучения на 1 курсе, в 1 семестре. По итогам изучаемого курса студенты сдают зачет.