

**АННОТАЦИЯ**

рабочей программы дисциплины

**Б1.Б.2.0 Физическая культура и спорт**

шифр и наименование дисциплины по учебному плану

**Базовая**

статус дисциплины - базовая, вариативная, по выбору

**очная**

форма обучения - очная, заочная, очно-заочная

Составитель аннотации – Старыгин В.С., ст. преподаватель кафедры физкультуры  
ФИО разработчика, уч.степень, уч.звание, название кафедры

<b>Общая трудоемкость дисциплины (ЗЕТ / час.)</b>	2/72
<b>Цель изучения дисциплины</b>	Целями освоения дисциплины физическая культура являются формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психологической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.
<b>Содержание дисциплины (основные темы, разделы, модули)</b>	<i>Тема 1.</i> Понятия и виды физической культуры. Понятия и содержание физических упражнений. Нагрузка и методы управления физическими упражнениями <i>Тема 2.</i> Физическая культура в профессиональной подготовке студентов и социокультурное развитие личности студента <i>Тема 3.</i> Социально-биологические основы адаптации организма человека к физической и умственной деятельности, факторам среды обитания <i>Тема 4.</i> Образ жизни и его отражение в профессиональной деятельности <i>Тема 5.</i> Общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе <i>Тема 6.</i> Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль в процессе занятий <i>Тема 7.</i> Профессионально-прикладная физическая подготовка будущих специалистов (ппфп) <i>Тема 8.</i> Основы методики применения физических упражнений с лечебной целью и в системе физической реабилитации <i>Тема 9.</i> Методики самостоятельного освоения отдельных элементов профессионально-прикладной физической подготовки
<b>Формируемые компетенции</b>	ОК-8 Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
<b>Наименование дисциплин, необходимых для освоения данной дисциплины</b>	Прикладная физическая культура, физическое воспитание
<b>Знания, умения и навыки, получаемые в результате изучения дисциплины</b>	<i>знать:</i> Значение физической культуры в общекультурной и профессиональной подготовке студентов; Основы здорового образа жизни; Правила индивидуального выбора спорта; <i>уметь:</i> Использовать основные методы развития физических качеств; Самостоятельно составлять план тренировки и комплексы оздоровительных упражнений для совершенствования физических качеств. <i>владеть:</i> Разминочными и подготовительными упражнениями в различных видах спорта; Навыками самоконтроля при занятиях физической культурой
<b>Образовательные технологии</b>	При изучении «Физическая культура» занимающиеся студенты по видам спорта могут получать индивидуальные задания, а так же выступать на спортивных мероприятиях в институте, городе, крае. Студенты занимаются в спортивно-оздоровительном комплексе по выбранным видам спорта, а так же в свободное время дополнительно посещают занятия.
<b>Формы текущего контроля успеваемости (контрольная, работа, тест и т.п.)</b>	Защита индивидуального задания
<b>Форма промежуточной аттестации (экзамен, зачет)</b>	Зачет

