

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ «Физическая культура и спорт»

по основной профессиональной образовательной программе по
направлению подготовки
09.03.01 «Информатика и вычислительная техника» (уровень бакалавриата)

Направленность (профиль): Программно-техническое обеспечение автоматизированных систем.

Трудоемкость дисциплины – 2 з.е. (72 часа)

Форма промежуточной аттестации – Зачет.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен обладать следующими компетенциями:

- УК-7: способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Содержание дисциплины:

Дисциплина «Физическая культура и спорт» включает в себя следующие разделы:

- 1.«Физическая культура в общественной и профессиональной подготовке студента» 2 часа.
- 2.«Социально-биологические основы физической культуры» 2 часа.
- 3.«Основы здорового образа жизни физическая культура в обеспечении здоровья» 2 часа.
- 4.«Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности» 2 часа.
- 5.«Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания» 2 часа.
- 6.«Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями» 2 часа.
- 7.«Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений. Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений» 2 часа.
- 8.«Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом» 2 часа.

Форма обучения очная. Семестр 2.

Разработал:

Руководитель ОФКиС



А.М. Поляков