

## **Аннотация рабочей программы учебной дисциплины Б1.Б.06 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ**

**Название кафедры** «Кафедра физической культуры»

### **1. Цель и задачи дисциплины**

*Цель* - 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 сотрудников и работников таможенных органов.

*Задачи* изучения дисциплины:

- понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- знание научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях 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;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно- спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

### **2. Место дисциплины в структуре учебного плана.**

Дисциплина Б1.Б.06 «Физическая культура и спорт» относится к базовой части основной профессиональной образовательной программы (далее – ОПОП) 38.03.02 Менеджмент и является базовой дисциплиной.

### **3. Требования к результатам освоения дисциплины**

Изучение дисциплины «Физическая культура» нацелено на формирование следующих *общекультурных компетенций*:

ОК-6 – способность к самоорганизации и самообразованию;

ОК-7 – способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

В результате изучения дисциплины студент должен:

*Знать*:

- основы методики проведения индивидуальных и групповых занятий физической культурой различной целевой направленности, долгосрочное

планирование занятий избранным видом спорта, требования по уровню физической и психофизической готовности к выполнению профессиональных обязанностей.

*Уметь:*

- использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой.

*Владеть:*

- навыками в проведении занятий по физической культуре для повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья, профилактики профессиональных заболеваний, подготовки к профессиональной деятельности, организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях.

**4.Общий объём дисциплины:** 2 з.е. (72 час.)

**5.Дополнительная информация:**

Занятия проводятся в спортивном комплексе университета, на стадионе «Машиностроитель», в бассейне «Универсант».

**6.Виды и формы промежуточной аттестации** Курс завершается приемом зачета.