

## Аннотация рабочей программы 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 и спорта, для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

#### **Задачи:**

- понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовки к будущей 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 подготовки, определяющей психофизической готовности студента к будущей профессии;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для формирования социально-профессиональной компетентности.

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

Дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к базовой части ФГОС ВО Б1.Б по направлению подготовки бакалавров по специальности 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), Профили подготовки «Биология и Химия», преподается в 1, 2 и 3 семестрам. Для освоения данной дисциплины студенты используют знания, умения, навыки, сформированные в ходе изучения дисциплин: «Возрастная анатомия, физиология и гигиена», «Физиология человека и животных», а также дисциплины «Безопасность жизнедеятельности».

### 3. Требования к результатам освоения дисциплины:

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

- ОК-8 - готовностью поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность.

#### **Знать:**

- методические основы физического воспитания
- основы самосовершенствования физических качеств и свойств личности
- влияние условий и характера труда специалиста на выбор содержания производственной физической культуры, направленного на повышение производительности труда
- основные требования к уровню психофизической подготовки в конкретной профессиональной деятельности

#### **Уметь:**

- самостоятельно поддерживать и развивать основные физические качества в процессе занятий физическими упражнениями
- реализовать установки на здоровый образ жизни, физическое совершенствование и самовоспитание потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом
- осуществлять подбор необходимых прикладных физических упражнений для адаптации организма к различным условиям труда и специфическим воздействиям внешней среды

#### **Владеть:**

-системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности

-навыками общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии

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

**5. Дополнительная информация:** педагогический процесс учебной дисциплины

«Физическая культура и спорт» предусматривает практическую и контрольную направленность воздействия с целью формирования у студентов системы научно-практических знаний, умений и навыков по физической культуре.

**6. Виды и формы промежуточной аттестации:** зачет в 3 семестре.