

## **Аннотация рабочей программы дисциплины**

### **Б1.Б.06 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ**

**Название кафедры** – кафедра физической культуры

#### **1. Цель и задачи дисциплины**

Целью дисциплины 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 жизни и профессиональной деятельности.

Задачи изучения дисциплины:

- понимание социальной значимости физической культуры и ее роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- знание научно-биологических, педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно - ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям 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 и спорте;
- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

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

Дисциплина Б1.Б.06. Физическая культура и спорт включена в базовую часть Блока 1 учебного плана подготовки бакалавра по направлению 38.03.01 Экономика, профиль «Бухгалтерский учет, анализ и аудит» является обязательной для освоения обучающимися вне зависимости от направления (профиля) программы бакалавриата.

Дисциплина «Физическая культура и спорт» изучается в 1,3 семестре по очной форме обучения, в 7 семестре по заочной форме обучения и имеет содержательно-методическую связь с курсом «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту».

Содержание дисциплины охватывает круг вопросов, связанных с изучением научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни. Студент должен владеть системой

практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств, уметь использовать приобретенные знания в практической деятельности и повседневной жизни для: повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья; подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооруженных силах Российской Федерации; организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях.

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

Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения ОПОП.

Для компетенции ОК-7 - способность к самоорганизации и самообразованию:

<b>В результате изучения дисциплины при освоении компетенции студент должен:</b>
<b>Знать:</b>
-средства и методы физической культуры, способствующие самоорганизации здорового образа жизни;
-научно-биологические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни для организации самообразования
<b>Уметь:</b>
-пользоваться простейшими методиками для самоконтроля за состоянием здоровья, уровнем физической подготовленности;
<b>Владеть:</b>
-системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств.

Для компетенции ОК-8 - способность использовать методы и инструменты физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

<b>В результате изучения дисциплины при освоении компетенции студент должен:</b>
<b>Знать:</b>
- роль и значение физической культуры в структуре своей профессиональной деятельности;
- основные средства и методы развития физических качеств и обучение технике жизненно-важных движений;
- общие положения профессионально-прикладной физической подготовки применительно к специфике своей профессии;
- методические основы физического воспитания, основы совершенствования физических качеств и свойств личности; основные требования к уровню его психофизической

подготовки к конкретной профессиональной деятельности; влияние условий и характера труда специалиста на выбор содержания производственной физической культуры, направленного на повышение производительности труда;

**Уметь:**

- самостоятельно подбирать и выполнять комплексы физических упражнений для развития физических качеств, необходимых для будущей профессиональной деятельности;

**Владеть:**

- способностью использовать приобретенные знания в практической деятельности и повседневной жизни для повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья;

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

**5. Дополнительная информация**

Материально-техническое обеспечение дисциплины: мультимедийный комплект (проектор, ноутбук, экран).

**6. Виды и формы промежуточной аттестации: зачет.**