

АННОТАЦИЯ

Физическая культура и спорт

1. Цели освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины физического воспитания студентов 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.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП бакалавриата (магистратуры)

Дисциплина «Физическая культура и спорт» Б1.О.24 относится к обязательной части Б1.

Дисциплина (модуль) изучается на 1 курсе в 1 семестре.

| МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПВО | |
|--|---------|
| Индекс | Б1.0.24 |
| Требования к предварительной подготовке обучающегося: | |
| Для освоения дисциплины студент должен знать: о влиянии оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой; владеть приобретенными знаниями и умениями в практической деятельности и повседневной жизни; средства и методы повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья; подготовки к профессиональной деятельности и в службе в Вооруженных силах Российской Федерации; организации и проведения индивидуального, коллективного семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях; | |
| Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее: | |
| Для изучения данной учебной дисциплины необходимы следующие знания, умения, навыки, формируемые предшествующими дисциплинами: учебный курс логически связан с теоретическими основами истории физической культуры, биологии и безопасности жизнедеятельности. | |

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) Физическая культура и спорт.

Процесс изучения дисциплины «Физическая культура и спорт» направлен на формирование следующих компетенций обучающегося:

| Код компетенций | Содержание компетенции в соответствии с ФГОС ВО/ОПВО | Индикаторы достижения сформированности компетенций |
|-----------------|---|--|
| УК-6 | Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни | УК-6.1 Понимает необходимость осознанного управления своим временем и другими личностными ресурсами для выстраивания и реализации траектории саморазвития, личностных достижений, постоянного самообразования УК-6.2 Планирует траекторию саморазвития, определяет ресурсы, ограничения и приоритеты собственной деятельности, эффективно использует личностные ресурсы |
| УК-7 | Способен поддерживать должный уровень физической | УК.Б-7.1 Знает здоровье сберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма |

| | | |
|--|--|--|
| | <p>подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p> | <p>и условий реализации профессиональной деятельности УК.Б-7.2 Умеет планировать свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности УК.Б-7.3 Владеет навыками формирования норм здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях в профессиональной деятельности</p> |
|--|--|--|

4. Общая трудоемкость дисциплины 72 часов (2 зачетных единиц).

5. Разработчик: старший преподаватель Ортабаев. К.Дж.