

**АННОТАЦИЯ**  
**рабочей программы дисциплины (модуля)**

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

**1. Цели 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 ОП ВО бакалавриата**

**Б1.О.11** относится к вариативной части Б1.

**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;

О профессиональных заболеваниях и вредных привычек; правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности; способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; уметь выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнения атлетической гимнастики; выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации; 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**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций обучающегося:

| Код компетенций                  | Содержание компетенции в соответствии с ФГОС ВО/ ОП ВО | Индикаторы достижения компетенций | Декомпозиция компетенций (результаты обучения) в соответствии с установленными индикаторами |
|----------------------------------|--|-----------------------------------|---|
| <b>Универсальные компетенции</b> |  |                                   |   |

|                    |  |   |  |
|--------------------|--|---|--|
| <p><b>УК-7</b></p> | <p>Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p> | <p>УК-7.1. Выбирает здоровье сберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма<br/> УК-7.2. Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности<br/> УК-7.3. Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности</p> | <p><b>Знать:</b> виды физических упражнений; научно-практические основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни</p> <p><b>Уметь:</b> применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности; использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни</p> <p><b>Владеть:</b> средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования</p> |
| <p><b>ОК-8</b></p> | <p>Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p>    |   | <p><b>Знать:</b> знать научно-практические основы физической культуры, основы здорового образа жизни;</p> <p><b>Уметь:</b> самостоятельно выбирать и применять способы и средства для поддержания здоровья и работоспособности в социальной и профессиональной деятельности;</p> <p><b>Владеть:</b> информацией об интеграционных процессах наука-производство, наука-образование, междисциплинарных связях в учебном процессе.</p>  |

|                     |   |   |  |
|---------------------|---|---|--|
| <p><b>ОПК-3</b></p> | <p>способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке</p> | <p>ОПК-3.1 Осуществляет профессиональную физкультурно-спортивную деятельность в соответствии с ФГОС дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего и дополнительного образования.</p> <p>ОПК-3.2 Планирует и проводит учебные и тренировочные занятия по физической культуре с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.</p> <p>ОПК-3.3 Анализирует эффективность технологий двигательного и когнитивного обучения и физической подготовки.</p> <p>Организует и осуществляет контроль и оценку физкультурно-спортивных достижений обучающихся.</p> | <p><b>Знать:</b> Основы методической деятельности в сфере физической культуры и спорта.</p> <p><b>Уметь:</b> Организовать и проводит научно-исследовательскую и методическую работу по проблемам физического воспитания, оздоровительной физической культуры и спортивной тренировки;</p> <p><b>Владеть:</b> информацией об интеграционных процессах наука-производство, наука-образование, междисциплинарных связях в учебном процессе;</p> |
|---------------------|---|---|--|

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

5. Разработчик: *к.п.н., доц. Гогоберидзе З.М.*