

АННОТАЦИЯ
рабочей программы учебной дисциплины
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»
по направлению подготовки
46.03.01 История, профиль «Историческое краеведение»

1. Цели дисциплины:

Целью дисциплины является развитие физической подготовленности студентов; повышение функциональных особенностей организма; подготовка студентов к будущей профессиональной деятельности; привитие любви к физическим упражнениям; пропаганда здорового образа жизни; использование разнообразных средств физической культуры для сохранения и укрепления здоровья.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП:

Дисциплина «Физическая культура» входит в базовую часть первого блока (Б1.Б.21) по направлению подготовки бакалавров истории и является средством воспитания профессионально значимых физических и психических и нравственных качеств личности.

3. Требования к результатам освоения дисциплины:

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

- способности использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8).

В результате изучения дисциплины студент должен:

Знать:

- методы сохранения и укрепления физического здоровья и умения использовать их для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Уметь:

- уметь самостоятельно проводить тренировочные занятия по физической культуре.

Владеть:

- личным опытом использования физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей для достижения личных жизненных и профессиональных целей

4. Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы.