

## **Аннотация рабочей программы дисциплины «Физическая культура и спорт»**

**Целью** освоения дисциплины «Физическая культура и спорт» является формирование комплекса знаний, умений и навыков, направленных на использование разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

### **Задачи дисциплины**

– сформировать у обучающихся способности использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

– сформировать у обучающихся устойчивую положительную мотивацию к учебным занятиям, участию в соревнованиях и научно-практических конференциях по физической культуре;

– развивать у обучающихся знания по теории, истории и методике физической культуры на основе инновационных технологий обучения;

– обучить учащихся практическим умениям и навыкам занятий различными видами спорта, современным двигательным и оздоровительным системам;

– сформировать у обучающихся готовность применять спортивные и оздоровительные технологии для достижения высокого уровня физического здоровья и поддержания его в процессе обучения в вузе и дальнейшей профессиональной деятельности;

– развивать у обучающихся индивидуально-психологические и социально-психологические качества и свойства личности, необходимые для успешной учебной и профессиональной деятельности.

В результате освоения дисциплины, обучающиеся изучат теоретический и практический материал по следующим темам: физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов; основы здорового образа жизни студентов; средства физической культуры в регулировании работоспособности; основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями; спорт, индивидуальный выбор спорта или систем физических упражнений; физическая подготовка в профессиональной деятельности бакалавра; развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости); физическая подготовка в профессиональной деятельности бакалавра.

Объем дисциплины 2 з.е.

Форма промежуточного контроля – зачет.