

Физическая культура

1 Цель дисциплины:

Целью 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.

Задачи дисциплины:

- понимание социальной значимости физической культуры и её 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 ООП:

Дисциплина «физическая культура» относится к базовой части обязательных дисциплин (Б1.Б.22.).

Для освоения дисциплины «физическая культура» обучающиеся используют знания, умения, навыки, способы деятельности и установки, сформированные на предыдущей ступени образования и в ходе изучения дисциплины «Физическая культура».

Освоение дисциплины «физическая культура» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин «Безопасность жизнедеятельности», «Основы здорового образа жизни».

Междисциплинарные связи разделов и (или) тем дисциплины с обеспечиваемыми (последующими) дисциплинами

№ п/п	Наименование обеспечиваемых (последующих) дисциплин	Наименование разделов (темы) данной дисциплины, необходимых для изучения обеспечиваемых (последующих) дисциплин					
		Физическая культура в профессиональной подготовке студентов и социокультурное развитие личности студента	Социально-биологические основы адаптации организма человека к физической и умственной деятельности, факторам среды обитания	Образ жизни и его отражение в профессиональной деятельности	Общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе	Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль в процессе занятий	Профессионально-прикладная физическая подготовка будущих специалистов (ППФ)
1.	Безопасность жизнедеятельности	+	+		+	+	+
2.	Основы здорового образа жизни	+	+	+	+	+	+

3 Требования к результатам освоения дисциплины:

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

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

В результате освоения содержания дисциплины студент должен:

Знать:

- практические основы прикладной физической культуры и здорового образа жизни

Уметь:

- использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни, применять на практике основные умения базовых и новых физкультурно-спортивных видов (гимнастика).

Владеть:

- средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями прикладной физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности, навыками двигательных умений базовых и новых физкультурно-спортивных видов (гимнастика).

4 Общая трудоемкость дисциплины составляет _____ зачетные единицы.