

Индекс	Наименование и краткое содержание дисциплины	Объем, з. е.
Б1.О.06	<p>Физическая культура и спорт УК-7.1; УК-7.2; УК-7.3</p> <p>Целью изучения дисциплины является: формирование у студентов способности поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p> <p>Задачи освоения дисциплины: сохранение и укрепление здоровья студентов, содействие правильному формированию и всестороннему развитию организма, поддержание высокой работоспособности на протяжении всего периода обучения. Понимание социальной значимости физической культуры и ее 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. Приобретение студентами необходимых знаний по основам теории, методики и организации физического воспитания и спортивной тренировки. Создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений. Совершенствование спортивного мастерства студентов – спортсменов.</p> <p>В ходе изучения дисциплины рассматриваются такие вопросы, как: физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов; биологические основы физической культуры; физическая подготовка в системе физического воспитания; врачебный контроль и самоконтроль занимающихся физической культурой и спортом; основы здорового образа жизни; физическая культура в обеспечении здоровья; основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями; профессионально-прикладная физическая подготовка; общая и специальная физическая подготовка.</p>	2