

Индекс	Наименование и краткое содержание дисциплины (модулей) и практик	Объем, з.е.
Б1.О.23	<p><b>Физическая культура и спорт</b> УК-6; УК-7</p> <p>Целями дисциплины являются формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных методов и средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности. Рассматриваются особенности функционирования человеческого организма и отдельных его систем под влиянием занятий физической культурой.</p> <p>Изучаются средства и методы физической культуры для овладения практическими умениями и навыками, обеспечивающие сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности.</p> <p>Формируются мотивационно-ценностные отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом.</p> <p>Физическая культура направлена на приобретение необходимых знаний по основам теории, методики и организации физического воспитания и спортивной тренировки, на создание основы для творческого использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.</p>	2