

Аннотация к рабочей программе дисциплины

«Физическая культура и спорт»

Курс учебной дисциплины «Физическая культура и спорт» предназначен для обучения студентов направления 10.03.01 «Информационная безопасность», профиль «Комплексная защита объектов информатизации» и входит в состав базовых дисциплин учебного плана Б1.Б.05.

Общая трудоемкость освоения дисциплины составляет 72 часов (2 з.е.). Учебным планом предусмотрены лекционные занятия (2 час.), практические занятия (68 час.), самостоятельная работа студентов (2 час.), контроль качества обучения студентов по дисциплине (36 час.). Дисциплина реализуется на 1 курсе в 1 семестре. Форма контроля по дисциплине – зачет.

Содержание дисциплины охватывает следующий круг вопросов: определения физической культуры, спорта, работоспособности, различие между физкультурой и спортом, социально-биологические основы физической культуры, основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья, общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания.

Целью освоения дисциплины «Физическая культура и спорт» 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.

Задачами изучения дисциплины являются:

- понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- знание биологических, психолого-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.

В результате изучения данной дисциплины у обучающихся формируются следующие общекультурные компетенции (элементы компетенций).

Код и формулировка компетенции	Этапы формирования компетенции	
(ОК-16) способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Знает	методы педагогического контроля и контроля качества обучения, актуальные дидактические технологии, нормативно-правовые основы работы вожатого
	Умеет	применять на практике основные учения в области физической культуры, самостоятельно проводить учебные занятия по физической культуре с детьми дошкольного, школьного возраста, вести внеклассную спортивно массовую работу с обучающимися
	Владеет	навыками организации и проведения соревнований и спортивных праздников с элементами подвижных и спортивных игр

Для формирования вышеуказанных компетенций в рамках дисциплины «Физическая культура и спорт» применяются следующие методы обучения: чтение лекций, собеседование по итогам выполнения практических заданий. Используемые оценочные средства: собеседование (ОУ-1).