

## **Аннотация к рабочей программе дисциплины «Физическая культура и спорт»**

Дисциплина «Физическая культура и спорт» предназначена для студентов 1 курса направления подготовки: 38.03.03 Управление персоналом, профиль подготовки «Аудит и контроллинг персонала».

Дисциплина «Физическая культура и спорт» входит в базовую часть блока «Дисциплины (модули)» и является обязательной для изучения.

Общая трудоемкость освоения дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 часа. Учебным планом предусмотрены лекционные занятия (2 часа), практические занятия (68 часов), самостоятельная работа (2 часа). Дисциплина реализуется на 1 курсе в 1 семестре

Дисциплина «Физическая культура и спорт» последовательно связана с дисциплиной «Безопасность жизнедеятельности».

Содержание дисциплины «Физическая культура и спорт» охватывает следующий круг вопросов: общие элементы теории физической культуры и спорта. Основные понятия. Содержание основных форм физической культуры и спорта. Методические основы развития двигательных качеств, координационных способностей, формирование систем организма. Сущность спорта и его роль в жизнедеятельности общества, основные понятия теории спорта. Характеристика системы подготовки спортсмена, основы спортивной тренировки.

**Целью** изучения дисциплины 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 профессиональной деятельности.

### **Задачи дисциплины:**

- укрепление здоровья студентов средствами физической культуры, формирование потребностей поддержания высокого уровня физической и умственной работоспособности и самоорганизации здорового образа жизни;

- повышение уровня физической подготовленности студентов для успешной учебы и более глубокого усвоения профессиональных знаний, умений и навыков;

- создание условий для полной реализации студентами своих творческих способностей в успешном освоении профессиональных знаний, умений и навыков, нравственного, эстетического и духовного развития студентов в ходе учебного процесса, организованного на основе современных общенаучных и специальных технологий в области теории, методики и практики физической культуры и спорта.

Для успешного изучения дисциплины «Физическая культура и спорт» у студентов должны быть сформированы следующие предварительные компетенции:

- умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;

- способность владения современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний.

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

<b>Код и формулировка компетенции</b>	<b>Этапы формирования компетенции</b>	
ОК-14 способностью к самоорганизации и самообразованию	Знает	О способности к самоорганизации и самообразованию
	Умеет	Применять способность к самоорганизации и самообразованию
	Владеет	способностью к самоорганизации и самообразованию
ОК-15 способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной	Знает	Как применять способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
	Умеет	Применять способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения

социальной и профессиональной деятельности		полноценной социальной и профессиональной деятельности
	Владеет	способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Для формирования вышеуказанной компетенции в рамках дисциплины «Физическая культура» применяются лекционные и практические занятия