

Министерство культуры Российской Федерации  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«КРАСНОДАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ  
КУЛЬТУРЫ»**

Факультет социально-культурной деятельности и туризма  
Кафедра физической культуры и безопасности жизнедеятельности

УТВЕРЖДАЮ  
Декан ФСКДТ  К.М.Мартirosян  
«26» августа 2016 г.

**АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.Б.17 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ**

Направление подготовки 50.03.01 Искусства и гуманитарные науки  
Профиль подготовки «Психология и педагогика искусств»  
Квалификация (степень) выпускника - бакалавр  
Форма обучения - заочная

Составитель:

  
С.Г. Преподаватель  
С.Г. Преподаватель

**Краснодар  
2016**

## **1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ 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:**

- понимание социально значимости физической культуры и ее 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.

## **2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО**

В соответствии со структурой учебного плана по направлению подготовки 50.03.01 Искусство и гуманитарные науки, профиль подготовки – Психология и педагогика искусств, дисциплина «Физическая культура и спорт» входит в состав Базовой части Блока 1 (Б1.Б.17).

«Физическая культура и спорт» - обязательная обще профессиональная дисциплина, которая представляет собой совокупность ценностей и знаний, создаваемых и используемых обществом в целях физического и интеллектуального развития способностей человека, совершенствования его двигательной активности и формирования здорового образа жизни, социальной адаптации путем физического воспитания, физической подготовки и физического развития.

Цель физического воспитания достигается в решении взаимосвязанных оздоровительных, развивающих, образовательных и воспитательных задач.

Для успешного освоения дисциплины «Физическая культура и спорт» студент должен обладать знаниями и умениями, полученными при обучении по направлению подготовки, в частности, при изучении дисциплин «Педагогика», «Психология».

Знания и умения, полученные в ходе изучения дисциплины «Физическая культура и спорт», будут необходимы при изучении дисциплин: «Психология личности», «Социальная педагогика», «Теория обучения и воспитания», «Психосоматика», Психология здоровья».

### **3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ СОДЕРЖАНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

Требования к входным знаниям, умениям и компетенциям студента по физической культуре составлены на основе ФГОС ВО по соответствующим направлениям. В результате изучения дисциплины студент должен обладать следующей общекультурной компетенцией:

В результате изучения дисциплины студент должен обладать следующей общекультурной компетенцией:

#### **общекультурных (ОК):**

ОК-7 – способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

В результате изучения дисциплины студент должен:

#### **Знать:**

- социальную роль физической культуры в развитии личности и ее подготовки к профессиональной деятельности;
- социально-биологические основы адаптации организма человека к физической и умственной деятельности, факторам среды обитания;
- основы здорового образа жизни для социальной и профессиональной деятельности;
- психолого-физиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности, методы повышения работоспособности;
- методические основы общей физической и спортивной подготовки;
- методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями и методы самоконтроля;
- методические основы профессионально - прикладной физической подготовки (ППФП).

#### **Уметь:**

- выполнять и анализировать тесты по определению уровня физической подготовленности;
- применять способы самоконтроля и оценки физического развития;

- применять способы планирования самостоятельных занятий соответствующей целевой направленности;
- применять методы и средства физической культуры для повышения работоспособности;
- выполнять самостоятельно подобранные комплексы по общей физической подготовке,
- преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения.

**Владеть:**

- навыками планирования самостоятельных занятий;
- системой и методикой ведения активного образа жизни.

**Приобрести опыт деятельности** в составлении и проведении комплексов физических упражнений, утренней гимнастики, физкультурных минуток, физкультурных пауз, оздоровительной гимнастики.

#### **4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы (72 часа). Дисциплина реализуется в 1-4 семестрах. Форма промежуточной аттестации – зачет в 4 семестре.

