

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

Факультет социально гуманитарного образования

Кафедра физического воспитания и безопасности жизнедеятельности

УТВЕРЖДАЮ
Декан ФДИИГО Н.А. Гангур

_____ 2016 г.

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

Б1.Б.25 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

Направление подготовки 51.03.04 – Музеология и охрана объектов культурного и природного наследия

Профиль подготовки – Культурный туризм и экскурсионная деятельность

Квалификация (степень) выпускника - бакалавр

Форма обучения - очная, заочная

Составитель:
Шутько А.П., ст. преподаватель



(подпись)

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 социальной 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 51.03.04 «Музеология и охрана объектов культурного и природного наследия» и профилю подготовки «Культурный туризм и экскурсионная деятельность», «Физическая культура и спорт» входит в состав дисциплин базовой части профессионального цикла.

"Физическая культура и спорт" - сфера социальной деятельности, направленная на сохранение и укрепление здоровья, развитие психофизических способностей человека в процессе осознанной двигательной активности.

"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 (в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 4 декабря 2007 г. N 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»).

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

Для выполнения этих задач общее время учебно-тренировочных занятий по дисциплине «Физическая культура и спорт» и дополнительных самостоятельных занятий физическими упражнениями и спортом для каждого студента должно составлять не менее 5 часов в неделю.

Дисциплина ориентирована на повышение гуманистической составляющей при подготовке специалистов и базируется на знаниях, полученных при изучении социально-экономических, естественнонаучных и общепрофессиональных дисциплин.

Дисциплины, для которых данная дисциплина является предшествующей:
Психология, Педагогика, Археология, Этнология

3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ СОДЕРЖАНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Процесс изучения дисциплины «Физическая культура и спорт» направлен на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВПО по данному направлению подготовки (специальности):

а) общекультурных (ОК):

- способностью к самоорганизации и самообразованию (ОК-7);
- способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8);
- способностью использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций (ОК-9);

В результате изучения курса «Физическая культура и спорт» студенты должны

знать:

- основы здорового образа жизни;
- социально-биологические основы физической культуры;
- основы общей и профессионально-прикладной физической подготовки;
- основы методик самостоятельных занятий физическими упражнениями;
- основные методы использования средств физического воспитания для физического развития и укрепления здоровья.

уметь:

- проводить самооценку работоспособности и утомления;
- составлять индивидуальные программы физического самовоспитания и занятия с оздоровительной направленностью;
- проводить самомассаж и релаксацию;
- составлять и проводить простейшие самостоятельные занятия физическими упражнениями гигиенической или тренировочной направленности;
- обеспечить адекватный уровень физической подготовленности для полноценной профессиональной и социальной деятельности.

владеть:

- системой и методикой ведения активного образа жизни.

Приобрести опыт практической деятельности, направленной на:

- повышение работоспособности, сохранения и укрепления здоровья;
- подготовку к профессиональной деятельности и службе в ВС РФ;
- участие в спортивно-оздоровительных мероприятиях;
- организацию и проведение индивидуального и коллективного отдыха;
- активную творческую деятельность по формированию ЗОЖ.

4. ОБЪЕМ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единиц (72 часов). Дисциплина реализуется в 1-4 семестрах. Форма промежуточной аттестации – зачет в 1-4 семестрах.