

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Абазян Артак Горикович
Должность: Заведующий кафедрой туризма и физической культуры
Дата подписания: 02.07.2021 13:38:36
Уникальный программный ключ:
7fbf4a479f8599c708daba086bb08864e312b2a7

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

Факультет социально-культурной деятельности и туризма

Кафедра физического воспитания и безопасности жизнедеятельности

Утверждаю
Декан факультета
Мартиросьян К.М.

26.08. 2016 г.

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

Б1.Б.17 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Направление подготовки – **51.03.01 Культурология**
Квалификация (степень) выпускника – **бакалавр**
Форма обучения – **очная, заочная**

Составитель:
Шутько А.П., старший 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 51.03.01 Культурология, учебный курс «Физическая культура» входит в состав дисциплин базовой части профессионального цикла.

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

"Физическая культура" - 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 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.

3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ СОДЕРЖАНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

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

а) общекультурных (ОК):

- способности использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8).

В результате освоения дисциплины «Физическая культура и спорт» обучающиеся должны:

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 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 «Физическая культура» составляет 2 зачетные единицы (72 часа). Дисциплина реализуется в 4 семестре. Форма промежуточной аттестации – зачёт в 4 семестре.