

## Аннотация рабочей программы дисциплины

### Б1.Б.39 Физическая культура

<b>Цели освоения дисциплины</b>	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.
<b>Место дисциплины в учебном плане и трудоемкость в зачетных единицах</b>	<p>Дисциплина «Физическая культура» относится к дисциплинам базовой части Блока 1 «Дисциплины (модули)» учебного плана.</p> <p>В соответствии с учебным планом период обучения по дисциплине – 1-й семестр.</p> <p>Дисциплина «Физическая культура» в силу занимаемого ей места в ФГОС ВО, ОПОП ВО и учебном плане по направлению подготовки 37.03.01 Психология предполагает взаимосвязь с другими изучаемыми дисциплинами.</p> <p>Дисциплина «Физическая культура» может являться предшествующей при изучении дисциплин «Концепция современного естествознания» и «Безопасность жизнедеятельности», элективных курсов по физической культуре.</p> <p>Общая трудоемкость дисциплины составляет– 2 з.е.</p>
<b>Формируемые компетенции</b>	ОК-8. ПК-13,14
<b>Знания, умения и навыки, формируемые в результате освоения дисциплины</b>	<p>В результате освоения дисциплины обучающийся должен:</p> <p><b>Иметь представление:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>– о значении физической культуры в жизни современного общества, ее теоретических основах и основополагающих принципах функционирования.</li><li>– о роли физической культуры в процессе физического воспитания студентов.</li><li>– о теоретических основах функционирования организма, его функциональных возможностях и их коррекции при помощи научно обоснованной двигательной активности.</li></ul> <p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>– влияний оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;</li><li>– способов контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;</li><li>– правил и способов планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности</li></ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>– выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры;</li><li>– преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения;</li><li>– выполнять приемы страховки и самостраховки;</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>– осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья;</li> <li>– навыками организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях;</li> <li>– навыками организации процесса активной творческой деятельности по формированию здорового образа жизни;</li> </ul> <p><b>Приобрести опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья;</li> <li>– организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях;</li> <li>– организации процесса активной творческой деятельности по формированию здорового образа жизни.</li> </ul>
<b>Содержание дисциплины</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Общая физическая подготовка (ОФП)</li> <li>2. Волейбол</li> <li>3. Баскетбол</li> <li>4. Футбол</li> <li>5. Легкая атлетика</li> <li>6. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)</li> </ol>
<b>Виды учебной работы</b>	<p>Занятия по дисциплине представлены практическими занятиями в спортивном зале и спортивных площадках.</p>
<b>Характеристика образовательных технологий, информационных, программных и иных средств обучения, с указанием доли аудиторных занятий, проводимых в интерактивных формах</b>	<p>При реализации аудиторных занятий дисциплины проводятся в форме практических занятий (спортивных мероприятий) в спортивном зале ЧОУ ВПО «Балтийский гуманитарный институт».</p>
<b>Формы текущего контроля успеваемости студентов</b>	<p>Текущий контроль по дисциплине «Физическая культура» проводится в форме сдачи нормативов в конце каждого семестра.</p>
<b>Виды и формы промежуточной аттестации</b>	<p>Промежуточная аттестация по дисциплине «Физическая культура» проводится в соответствии с учебным планом в 1-м семестре в виде зачета.</p>