

**Аннотация рабочей программы дисциплины
Б1.Б.27. Физическая культура.**

Цели освоения дисциплины	Цель дисциплины – формирования 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.
Место дисциплины в учебном плане и трудоемкость в зачетных единицах	Данная дисциплина относится к базовой части ООП. Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы .
Формируемые компетенции	ОК – 8.
Знания, умения и навыки, формируемые в результате освоения дисциплины	<p>В результате изучения дисциплины студент должен:</p> <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Научно - практические основы физической культуры и здорового образа жизни. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионального и личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Средствами и методами укрепления личного здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности.
Содержание дисциплины	<p>Физическая культура в профессиональной подготовке студентов и социокультурное развитие личности студента. Социально-биологические основы адаптации организма человека к физической и умственной деятельности, факторам среды обитания. Образ жизни и его отражение профессиональной деятельности. Общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе. Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль в процессе занятий. Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. Профессионально – прикладная физическая подготовка будущих бакалавров (ппфп).</p>

Виды учебной работы	Практические занятия
Характеристика образовательных технологий, информационных, программных и иных средств обучения, с указанием доли аудиторных занятий, проводимых в интерактивных формах	Учебно - тренировочные занятия Занятия физическими упражнениями гигиенической или тренировочной направленности Занятия настольным теннисом Аэробика
Формы текущего контроля успеваемости студентов	
Виды и формы промежуточной аттестации	Зачет