АННОТАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

**Наименование дисциплины**: Физическая культура и спорт

**Наименование ОПОП ВО**:

05.03.06 Экология и природопользование

09.03.03 Прикладная информатика

11.03.02 Инфокоммуникационные технологии и системы связи

19.03.04 Технология продукции и организация общественного питания

23.03.01 Технология транспортных процессов

23.03.03 Эксплуатация транспортно-технологических машин и комплексов

37.03.01 Психология

38.03.01 Экономика

38.03.02 Менеджмент

38.03.03 Управление персоналом

38.03.04 Государственное и муниципальное управление

38.03.05 Бизнес-информатика

38.03.07 Товароведение

39.03.03 Организация работы с молодежью

40.03.01 Юриспруденция

41.03.01 Зарубежное регионоведение

41.03.05 Международные отношения

42.03.01 Реклама и связи с общественностью

42.03.04 Телевидение

43.03.03 Гостиничное дело

51.03.01 Культурология

54.03.01 Дизайн

**Цели и задачи дисциплины**

Целью освоения дисциплины Физическая культура и спорт 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 дисциплины:

- понимание социальной значимости физической культуры и спорта и их 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 и спорту, 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.

**Результаты освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

– Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности:

* (ОК-8)

05.03.06 Б-ЭП

09.03.03 Б-ПИ

11.03.02 Б-ИК

19.03.04 Б-ТП

23.03.01 Б-ТТ

23.03.03 БП-ЭМ

37.03.01 Б-ПС

38.03.01 Б-ЭУ

38.03.02 Б-МН

38-03-03 Б-УП

38.03.04 Б-ГУ

38.03.05 Б-БИ

38-03-07 Б-ТВ

39.03.03 Б-ОР

40.03.01 Б-ЮП

42.03.01 Б-РК

42.03.04 Б-ТЛ

43.03.03 Б-ГД

51.03.01 Б-КЛ

54.03.01 Б-ДЗ

* ОК 10

41.03.05 Международные отношения

* ОК 12

41.03.01 Зарубежное регионоведение

**Основные тематические разделы дисциплины**

1) Физическая культура спорт в общекультурной и профессиональной подготовке студентов;

2) Социально-биологические основы физической культуры студентов;

3) Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья

4) Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности

5) Основы спортивной тренировки − физические качества (сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость).

6) Общая и специальная подготовка в системе физического воспитания студентов;

7) Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений;

8) Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями;

9) Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом;

10) Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов;

11) Физическая культура и профессиональной деятельности бакалавра

**Трудоемкость дисциплины (модуля) и виды учебной работы**

Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу с обучающимися (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу по всем формам обучения, приведен в таблице.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Название ОПОП | Форма обуче-ния | Индекс | Семестр  курс | Трудоем-кость | Объем контактной работы (час) | | | | | | СРС | Форма аттестации |
| (З.Е.) | Всего | Аудиторная | | | Внеаудитор-ная | |
| лек | прак | лаб | ПА | КСР |
| Б-ЭП  05.03.06 | ОФО | Б.1.Б.1.10 | 1 | 2 | 17 | 17 | - | - | - | - | 55 | зачет |
| Б.1.Б.08 | 7 | 2 | 17 | 17 | - | - | - | - | 55 | зачет |
| Б-ПИ  09.03.03 | ОФО | Б.1.Б.1.07 | 1 | 2 | 17 | 17 | - | - | - | - | 55 | зачет |
| Б.1.Б.1.07 | 7 | 2 | 17 | 17 | - | - | - | - | 55 | зачет |
| Б-ИК  11.03.02 | ОФО | Б.1.Б.1.07 | 1 | 2 | 17 | 17 | - | - | - | - | 55 | зачет |
| Б.1.Б.1.07 | 7 | 2 | 17 | 17 | - | - | - | - | 55 | зачет |
| Б-ТП  19.03.04 | ЗФО | Б.1.Б.1.11 | 1 | 2 | 8 | 4 | - | = | 4 | - | 64 | зачет |
| Б.1.Б.1.11 | 2 | 2 | 8 | 4 | - | = | 4 | - | 64 | зачет |
| Б.1.Б.1.11 | 4 | 2 | 8 | 4 | - | = | 4 | - | 64 | зачет |
| Б-ТТ  23.03.01 | ОФО | Б.1.Б.1.11 | 2 | 2 | 17 | 17 | - | - | 4 | - | 51 | зачет |
| Б.1.Б.1.11 | 7 | 2 | 17 | 17 | - | - | 4 | - | 51 | зачет |
| Б-ЭМ  23.03.03 | ОФО | Б.1.Б.1.11 | 2 | 2 | 17 | 17 | - | - | 4 | - | 51 | зачет |
| Б.1.Б.1.11 | 7 | 2 | 17 | 17 | - | - | 4 | - | 51 | зачет |
| ЗФО | Б.1.Б.1.11 | 1 | 2 | 4 | 4 | - | - | - | - | 68 | зачет |
| Б.1.Б.1.11 | 2 | 2 | 4 | 4 | - | - | - | - | 68 | зачет |
| Б-ПС  37.03.01 | ОФО | Б.1.Б.1.15 | 2 | 2 | 17 | 17 | - | - | - | - | 55 | зачет |
| Б.1.Б.1.15 | 7 | 2 | 17 | 17 | - | - | - | - | 55 | зачет |
| ЗФО | Б.1.Б.1.15 | 1 | 2 | 4 | 4 | - | - | - | - | 68 | зачет |
| Б.1.Б.1.15 | 2 | 2 | 4 | 4 | - | - | - | - | 68 | зачет |
| Б-ЭУ  38.03.01 | ОФО | Б.1.Б.1.07 | 1 | 2 | 17 | 17 | - | - | - | - | 51 | зачет |
| Б.1.Б.01 | 7 | 2 | 17 | 17 | - | - | - | - | 51 | зачет |
| Б.1.Б.1.07 | 7 | 2 | 17 | 17 | - | - | - | - | 51 | зачет |
| ЗФО | Б.1.Б.1.07 | 1 | 2 | 4 | 4 | - | - | - | - | 68 | зачет |
| Б-МН  38.03.02 | ОФО | Б.1.Б.1.11 | 2 | 2 | 17 | 17 | - | - | - | - | 55 | зачет |
| Б.1.Б.1.11 | 7 | 2 | 13 | 9 | - | - | 4 | - | 59 | зачет |
| ЗФО | Б.1.Б.1.11 | 1 | 2 | 4 | 4 | - | - | - | - | 68 | зачет |
| Б.1.Б.1.11 | 2 | 2 | 4 | 4 | - | - | - | - | 68 | зачет |
| ОЗФО | Б.1.Б.10 | 2 | 2 | 4 | 4 | - | - | - | - | 68 | зачет |
| Б-УП  38.03.03 | ОФО | Б.1.Б.1.12 | 1 | 2 | 17 | 17 | - | - | - | - | 55 | зачет |
| Б.1.Б.1.12 | 7 | 2 | 17 | 17 | - | - | - | - | 55 | зачет |
| ЗФО | Б.1.Б.1.12 | 1 | 2 | 8 | - | - | - | - | - | 72 | зачет |
| Б.1.Б.11 | 4 | 2 | 4 | 4 | - | - | - | - | 68 | зачет |
| Б-ГУ  38.03.04 | ОФО | Б.1.Б.1.14 | 1 | 2 | 17 | 17 | - | - | - | - | 55 | зачет |
| Б.1.Б.11 | 7 | 2 | 17 | 17 | - | - | - | - | 55 | зачет |
| ЗФО | Б.1.Б.1.14 | 1 | 2 | 8 | 4 | - | - | 4 | - | 64 | зачет |
| Б.1.Б.08 | 3 | 2 | 8 | - | - | - | - | - | 68 | зачет |
| Б.1.Б.08 | 4 | 2 | 8 | 4 | - | - | - | - | 64 | зачет |
| Б-БИ  38.03.05 | ОФО | Б.1.Б.1.07 | 1 | 2 | 17 | 17 | - | - | - | - | 55 | зачет |
| Б.1.Б.1.07 | 7 | 2 | 17 | 17 | - | - | - | - | 55 | зачет |
| Б-ТВ  38.03.07 | ОФО | Б.1.Б.1.11 | 2 | 2 | 17 | 17 | - | - | - | - | 55 | зачет |
| Б.1.Б.12 | 7 | 2 | 17 | 17 | - | - | - | - | 55 | зачет |
| ЗФО | Б.1.Б.08 | 2 | 2 | 4 | 4 | - | - | - | - | 68 | зачет |
| Б-ОР  39.03.03 | ОФО | Б.1.Б.1.14 | 7 | 2 | 17 | 17 | - | - | - | - | 55 | зачет |
| ЗФО | Б.1.Б.1.14 | 1 | 2 | 8 | 4 | - | - | 4 | - | 64 | зачет |
| Б-ЮП 40.03.01 | ОФО | Б.1.Б.1.09 | 1 | 2 | 17 | 17 | - | - | - | - | 55 | зачет |
| Б.1.Б.1.09 | 4 | 2 | 17 | 17 | - | - | - | - | 55 | зачет |
| ОЗФО | Б.1.Б.1.09 | 1 | 2 | 4 | 4 | - | - | - | - | 68 | зачет |
| Б.1.Б.1.09 | 1 | 2 | 0 | 0 | - | - | - | - | 72 | зачет |
| Б-ЗР  41.03.01 | ОФО | Б.1.Б.1.11 | 2 | 2 | 17 | 17 | - | - | - | - | 55 | зачет |
| Б.1.Б.1.11 | 7 | 2 | 17 | 17 | - | - | - | - | 55 | зачет |
| Б-МО  41.03.05 | ОФО | Б.1.Б.1.13 | 2 | 2 | 17 | 17 | - | - | - | - | 55 | зачет |
| Б.1.Б.1.14 | 7 | 2 | 17 | 17 | - | - | - | - | 55 | зачет |
| Б-РК  42.03.01 | ОФО | Б.1.Б.1.16 | 2 | 2 | 17 | 17 | - | - | - | - | 55 | зачет |
| Б.1.Б.1.16 | 7 | 2 | 17 | 17 | - | - | - | - | 55 | зачет |
| ЗФО | Б.1.Б.1.16 | 1 | 2 | 8 | 4 | - | - | - | - | 68 | зачет |
| Б-ТЛ  42.03.04 | ОФО | Б.1.Б.1.09 | 2 | 2 | 17 | 17 | - | - | 4 | - | 51 | зачет |
| Б.1.Б.1.08 | 7 | 2 | 17 | 17 | - | - | - | - | 55 | зачет |
| Б-ГД  43.03.03 | ОФО | Б.1.Б.1.21 | 7 | 2 | 17 | 17 | - | - | - | - | 55 | зачет |
| Б-КЛ  51.03.01 | ОФО | Б.1.Б.08 | 7 | 2 | 17 | 17 | - | - | - | - | 55 | зачет |
| Б-ДЗ  54.03.01 | ОФО | Б.1.Б.1.12 | 2 | 2 | 17 | 17 | - | - | - | - | 55 | зачет |
| Б.1.Б.1.12 | 7 | 2 | 17 | 17 | - | - | - | - | 55 | зачет |
| ОЗФО | Б.1.Б.1.12 | 1 | 2 | 4 | 4 | - | - | - | - | 68 | зачет |