



**Аннотация рабочей программы  
по специальности 080507.65 «Физическая культура»  
Гуманитарные и социально-экономические дисциплины  
Федеральный компонент ГСЭ Ф. 09**

<b>Цель изучения 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 структуре образовательной программы</b>	Изучению дисциплины предшествуют: история, концепция современного естествознания, безопасность жизнедеятельности. Полученные знания закладывают представления о структуре физкультурно-спортивной деятельности, об основных закономерностях физического развития человека, механизмах физиологических процессов организма. Знание основ рекреационной физической культуры дает возможность бакалавру грамотно организовать учебный и трудовой процесс, поддерживать высокий уровень физических кондиций и работоспособность. Дисциплина изучается на 6 курсе.
<b>Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине</b>	
<b>Требования образовательного стандарта ГОС ВПО (дидактические единицы)</b>	<p>Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке специалиста. Ее социально-биологические основы. Физическая культура и спорт как социальные феномены общества. Законодательство Российской Федерации о физической культуре и спорте. Физическая культура личности.</p> <p>Основы здорового образа жизни. Особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности.</p> <p>Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений.</p> <p>Профессионально-прикладная физическая подготовка. Основы методики самостоятельных занятий и самоконтроль за состоянием своего организма.</p>
	<p><b>Знать:</b></p> <p>влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;</p> <p>способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;</p>

<p><b>Знания, умения и навыки, получаемые в результате освоения дисциплины</b></p>	<p>правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности.</p> <p><b>Уметь:</b></p> <p>выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и лечебной физической культуры, выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации; преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения; выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки; осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой.</p> <p><b>Владеть:</b></p> <p>знаниями основ физической культуры и здорового образа жизни; системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств, самоопределение в физической культуре;</p> <p>навыками техники двигательных действий программных видов физкультурно-спортивной деятельности и оценки результатов по итогам циклов технологии преподавания;</p> <p>методикой самостоятельных занятий физической культурой и спортом;</p> <p>методами самоконтроля за состоянием своего организма;</p>
<p><b>Виды учебной работы</b></p>	<p>Лекции, практические и индивидуальные занятия СРС. Виды самостоятельной работы по курсу: контрольные вопросы и задания, подготовка рефератов</p>
<p><b>Содержание дисциплины</b></p>	<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 в профессиональной деятельности. Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль в процессе занятий. Профессионально-прикладная физическая подготовка будущих специалистов. Общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе.</p>
<p><b>Используемые информационные, инструментальные и программные средства</b></p>	<p>Интернет-ресурсы, информационно-справочные и поисковые системы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Справочно-правовая система «КонсультантПлюс» - <a href="http://www.consultant.ru">http://www.consultant.ru</a>;</li> <li>• ЭБС «Университетская библиотека online»-<a href="http://www.biblioclub.ru">http://www.biblioclub.ru</a></li> <li>• Мультимедийный проектор</li> </ul>
<p><b>Формы текущего контроля успеваемости студентов</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• вопросы зачету,</li> <li>• рефераты.</li> </ul>
<p><b>Форма промежуточной аттестации</b></p>	<p>Зачёт.</p>

