

Аннотация рабочей программы дисциплины

Физическая культура и спорт

(наименование дисциплины (модуля))

Квалификация выпускника: бакалавр

Направление подготовки: 03.03.02 Физика

Профиль: «Теоретическая физика»

Форма обучения: очная

Год набора: 2016

Цели освоения дисциплины.

Целями освоения дисциплины «Физическая культура и спорт» являются:

- повышение уровня знаний студентов в области теоретических основ физической культуры;
- формирование понимания основ здорового образа жизни, влияния физической культуры на повышение умственной и физической работоспособности;
- ориентация теоретического и практического материала на решение задач обучения студентов умениям физической самоподготовки, самосовершенствованию средствами физической культуры;
- создание мотивации и потребности в выборе здорового и продуктивного стиля жизни, приобретении личного опыта использования средств и методов физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, физического самосовершенствования.

Место дисциплины в структуре ОПОП.

Дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к базовой части Б1.Б блока Б1 «Дисциплины (модули)», является обязательной для освоения, преподается на первом году обучения, в первом и втором семестрах. Объем дисциплины «Физическая культура и спорт» составляет 2 зачетных единицы, всего 72 часа, из них 1 зачетная единица, всего 36 часов, приходится на первый семестр и 1 зачетная единица, всего 36 часов, на второй семестр.

В первом семестре 17 часов составляет контактная работа обучающегося с преподавателем (1 час – мероприятия промежуточной аттестации; 8 часов занятия лекционного типа, 8 часов занятия семинарского типа (практические занятия), в том числе 2 часа – мероприятия текущего контроля успеваемости), 19 часов составляет самостоятельная работа обучающегося в течение семестра.

Во втором семестре 17 часов составляет контактная работа обучающегося с преподавателем (1 час – мероприятия промежуточной аттестации; 16 часов занятия семинарского типа (практические занятия), в том числе 2 часа – мероприятия текущего контроля успеваемости), 19 часов составляет самостоятельная работа обучающегося в течение семестра.

Требования к результатам освоения дисциплины (компетенции).

В результате освоения дисциплины «Физическая культура и спорт» у студентов формируются и развиваются следующие компетенции:

общекультурные компетенции

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

Краткая характеристика дисциплины.

Основные разделы и темы дисциплины «Физическая культура и спорт»:

1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.
2. Социально-биологические основы физической культуры.
3. Основы здорового образа жизни студента.
4. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.
5. Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания.
6. Подготовка и сдача норм ГТО.
7. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.
8. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом.
9. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студентов.

Формы промежуточного контроля.

Формами промежуточного контроля по дисциплине «Физическая культура и спорт» являются:

- текущий контроль успеваемости обучающихся при выполнении практических заданий;
- форма промежуточной аттестации по дисциплине «Физическая культура и спорт» в первом семестре – зачет.
- форма промежуточной аттестации по дисциплине «Физическая культура и спорт» во втором семестре – зачет.