

Аннотация рабочей программы дисциплины

Физическая культура и спорт

(наименование дисциплины (модуля))

Квалификация выпускника: бакалавр

Направление подготовки: 03.03.02 Физика

Профиль: «Кристаллофизика»

Форма обучения: очная

Год набора: 2016

Цели освоения дисциплины.

Формирование и развитие компетенции применения методов и средств физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности на основе системы ценностных ориентаций в сфере физической культуры, знаний и понимания социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности.

Место дисциплины в структуре ОПОП.

Дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к базовой части Блока 1 «Дисциплины (модули)» ОПОП по направлению подготовки 03.03.02 «Физика», обязательна для освоения в 1,2-м семестрах первого года обучения.

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 и профессиональной деятельности (ОК-8).

Краткая характеристика дисциплины.

Объем дисциплины (модуля) составляет 2 зачетных единицы, всего 72 часа, из которых- для очной формы обучения: 34 часа составляет контактная работа обучающегося с преподавателем (32 практические занятия, 2 часа – мероприятия промежуточной аттестации), 38 часов самостоятельная работа студента;

Содержание дисциплины «Физическая культура и спорт»:

Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов

Тема 2. Социально-биологические основы физической культуры.

Тема 3. Основы здорового образа жизни студента.

Тема 4. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности.

Средства физической культуры в регулировании работоспособности

Тема 5. Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания.

Тема 6. Подготовка и сдача норм ГТО

Тема 7. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями

Тема 8. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом

Тема 9. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студентов.

Формы промежуточного контроля.

Текущий контроль успеваемости проходит в рамках занятий практического типа. Промежуточный контроль осуществляется на зачете.