

Документ подписан простой электронной подписью
 Информация о владельце:
 ФИО: Ефанов Алексей Валерьевич
 Должность: Директор Невиномысского технологического института (филиал) СКФУ
 Дата подписания: 11.10.2022 12:17:08
 Уникальный программный ключ:
 49214306dd433e7a1b0f8632f645f9d53c99e3d0

(Электронный документ)
Аннотация дисциплины

| | |
|---|--|
| Наименование дисциплины | Физическая культура и спорт |
| Содержание | Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов направления 18.03.01 Химическая технология синтетических биологически активных веществ и косметических средств. Физическая культура и ее социально-биологические основы. Физическая культура и спорт как социальные феномены общества. Законодательство Российской Федерации о физической культуре и спорте. Физическая культура личности. Основы здорового образа жизни студента. Особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности. Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов. Методы и средства физической культуры для возможности управлять своим временем Основы методики самостоятельных занятий для рационального использования своего времени. Методы оценки уровня физической подготовленности. Понятие «Здоровье», его содержание и критерии. Самоконтроль за состоянием своего организма, моделирование траектории саморазвития. Баскетбол. |
| Результаты освоения дисциплины (модуля) | осознает: личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности; основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом особенностей профессиональной деятельности; определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности; использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом особенностей профессиональной деятельности полностью овладел: методами определения личного уровня сформированности показателей физического развития и физической подготовленности; методами использования основ физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом особенностей профессиональной деятельности; |
| Трудоемкость, з.е. | 2 з.е. |
| Форма отчетности | Зачет |
| Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины | |
| Основная литература | -Быченков, С. В. Физическая культура [Электронный ресурс] : учебник для студентов высших учебных заведений / С. В. Быченков, О. В. Везеницын. — Электрон. текстовые данные. — Саратов : Вузовское образование, 2016. — 270 с. — 2227-8397. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/49867.html |

| | |
|---------------------------|--|
| | <p>-Алёшин, В. В. Физическая подготовка студента [Электронный ресурс] : учебное пособие / В. В. Алёшин, С. Ю. Татарова, В. Б. Татаров. — Электрон. текстовые данные. — М. : Научный консультант, 2018. — 98 с. — 978-5-6040844-8-9. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/80802.html</p> <p>-Туманян Г.С. Здоровый образ жизни и физическое совершенствование : Учеб. пособие. — М. : Академия, 2014.</p> |
| Дополнительная литература | <p>-Передельский, А. А. Физическая культура и спорт в отражении философских и социологических наук. Социология спорта [Электронный ресурс] : учебник / А. А. Передельский. — Электрон. текстовые данные. — М. : Издательство «Спорт», 2016. — 416 с. — 978-5-906839-04-6. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/55570.html</p> <p>-Физиологические технологии повышения работоспособности в физической культуре и спорте [Электронный ресурс] : учебное пособие / сост. И. Н. Калинина, С. Ю. Калинин. — Электрон. текстовые данные. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. — 110 с. — 2227-8397. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/64984.html</p> |