

## Аннотация дисциплины

Наименование дисциплины	<b>ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА</b>
Содержание	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. Физическая культура и ее социально-биологические основы. Физическая культура 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. Основы методики самостоятельных занятий. Самоконтроль за состоянием своего организма.
Реализуемые компетенции	ОК-7 способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Результаты освоения дисциплины (модуля)	<p>В результате освоения дисциплины студент должен <b>знать</b>:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы физической культуры и здорового образа жизни;</li> <li>- способы контроля и оценки физического развития;</li> <li>- методы и средства физической культуры для возможности поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и пропаганды активного долголетия.</li> </ul> <p>В результате освоения дисциплины студент должен <b>уметь</b>:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать методы и средства физической культуры для организации и проведения, индивидуальных и коллективных физкультурно-оздоровительных занятий с целью обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и пропаганды активного долголетия</li> </ul> <p>В результате освоения дисциплины студент должен <b>владеть</b>:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- средствами и методами укрепления индивидуального здоровья и физического самосовершенствования;</li> <li>- ценностями физической культуры личности для успешной социальной и профессиональной деятельности для возможности поддерживать должный уровень физической подготовленности и пропаганды здорового образа жизни.</li> </ul>
Трудоемкость, з.е.	2
Форма отчетности	Зачет (1-2 семестр)
<b>Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины</b>	
Основная литература	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Туманян Г.С. Здоровый образ жизни и физическое совершенствование: Учебное пособие.-М.: Академия, 2006. - 336 с.</li> <li>- Быченков, С. В. Физическая культура [Электронный ресурс] : учебник для студентов высших учебных заведений / С. В. Быченков, О. В. Везеницын. — Электрон. текстовые</li> </ul>

	<p>данные. — Саратов : Вузовское образование, 2016. — 270 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <a href="http://www.iprbookshop.ru/49867.html">http://www.iprbookshop.ru/49867.html</a></p> <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, 2017. — 98 с. — 978-5-6040844-8-9. — Режим доступа: <a href="http://www.iprbookshop.ru/80802.html">http://www.iprbookshop.ru/80802.html</a></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: <a href="http://www.iprbookshop.ru/55570.html">http://www.iprbookshop.ru/55570.html</a></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: <a href="http://www.iprbookshop.ru/64984.html">http://www.iprbookshop.ru/64984.html</a></p>