

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

| | |
|---------------------------------------|--|
| Дисциплина | <u>Б1.Б.16 «Физическая культура и спорт»</u> |
| Направление подготовки | <u>54.03.01 «Дизайн»</u> |
| Программа подготовки | <u>Графический дизайн</u> |
| Квалификация (степень) выпускника | <u>БАКАЛАВР</u> |
| Кафедра-разработчик рабочей программы | <u>«Физического воспитания и спорта»</u> |

1. Цели освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Физическая культура» являются:

- а) формирование физической культуры студента как компонента общей культуры будущего специалиста;
- б) приобретение знаний по теории и методике физической культуры и спорта, профилактике вредных привычек и профессиональных заболеваний;
- в) освоение практических умений и навыков самостоятельных занятий физической культурой;
- г) психофизическая подготовка к профессиональной деятельности.

2. Место дисциплины в структуре ООП ВПО

Дисциплина «Физическая культура» относится к составной части гуманитарного, социального и профессионального цикла ООП и формирует у бакалавров набор специальных знаний и компетенций, необходимых для решения образовательных, оздоровительных и воспитательных задач.

Для успешного освоения дисциплины «Физическая культура» бакалавр должен изучить основы предшествующих дисциплин:

- а) физиология;
- б) психология;
- в) теория и методика физического воспитания.

Дисциплина «Физическая культура» является предшествующей и необходима для усвоения последующих дисциплин:

- а) история;
- б) концепция современного естествознания;
- в) основы безопасности жизнедеятельности.

3. В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

1. **Знать:** а) место физической культуры в общекультурной и профессиональной подготовке специалиста; законодательство Российской Федерации в области физической культуры и спорта;

б) научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни;

в) методику профессионально-прикладной физической подготовки и самостоятельных занятий различной целевой направленности.

2. **Уметь:** а) творчески использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования и формирования здорового образа и стиля жизни;

б) составлять комплексы физических упражнений для самостоятельных занятий и вести дневник самоконтроля;

в) выполнять основные приемы самомассажа и релаксации, защиты и самообороны, страховки и само страховки.

3. **Владеть:** а) средствами и методами укрепления индивидуального здоровья и физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности;

б) практическими навыками здорового образа и стиля жизни;

в) методами оценки и контроля физического развития, физической и функциональной подготовленности.

Зав.кафедрой Дизайн



В.В.Хамматова