АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Физическая культура и спорт

по направлению подготовки: 01.03.05 «Статистика»
по профилю «Бизнес-статистика и прогнозирование»
Квалификация выпускника: БАКАЛАВР
Выпускающая кафедра: БСЭ

Кафедра-разработчик рабочей программы: «Физического воспитания и спорта»

1. Цели освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Физическая культура и спорт» являются:
а) формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения здоровья и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.
б) понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности, знание научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
в) овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии, формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни.

2. Содержание дисциплины «*Физическая культура и спорт*»:

Социокультурное развитие студента в образовательном процессе по физической культуре.
Физическая культура в самоуправлении здоровьем.
Физическая культура в повышении работоспособности.
Физическая культура в двигательно-телесном совершенствовании.
Самопознание и саморазвитие студента в физической культуре.

3. В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

1) Знать:
а) роль физической культуры в развитии человека, основы физической культуры и здорового образа жизни;
б) основы деятельности различных систем организма при мышечных нагрузках средствами физической культуры;
в) способы укрепления здоровья и повышения физической подготовленности, правила личной гигиены, профилактике травматизма и оказание доврачебной помощи;
2) Уметь:
а) соблюдать правила безопасности и профилактике травматизма на занятиях физической культурой;
б) пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием, специальными техническими средствами с целью повышения эффективности самостоятельных форм занятий физической культурой;
в) контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный
3)Владеть:
а) системой теоретических знаний, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья;
б) способностью использовать методы и средства физической культуры и спорта в самостоятельных занятиях физическими упражнениями для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
в) навыками самонаблюдения, самоконтроля за физическим развитием и физической подготовленностью, техникой выполнения двигательных действий для повышения своих

функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных и профессиональных целей.

Зав.каф. БСЭ  Аксянова А.В.