

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Физическая культура и спорт

По направлению подготовки: 27.03.03 Системный анализ и управление»

По профилю: «Логистические системы и технологии»

Квалификация выпускника: Бакалавр

Выпускающая кафедра: Логистики и управления

Кафедра-разработчик рабочей программы: «Физическое воспитание и спорт»

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, спорта и туризма 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) особенности развития видов спорта, основы деятельности различных систем организма при мышечных нагрузках средствами физической культуры;
- в) способы укрепления здоровья и повышения физической подготовленности, правила личной гигиены, профилактики травматизма и оказания доврачебной помощи.
- 2) Уметь: а) технически правильно осуществлять двигательные действия различных видов спорта, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- б) соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физической культурой;
- в) пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием, специальными техническими средствами с целью повышения эффективности самостоятельных форм занятий физической культурой;
- г) контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, с целью достижения оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций;
- д) проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения, разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный

- уровень индивидуальной работоспособности
- 3) Владеть: а) системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья;
- б) владеть своими эмоциями, эффективно взаимодействовать с сокурсниками и преподавателями, владеть культурой общения;
- в) осуществлять самонаблюдение, самоконтроль за физическим развитием и физической подготовленностью, техникой выполнения двигательных действий;
- г) использование физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных и профессиональных целей.

Зав. кафедрой ЛиУ



А.И. Шинкевич