

## **Аннотация рабочей программы дисциплины**

**Направление подготовки:** 02.03.02 «Фундаментальная информатика и информационные технологии»

**Тип образовательной программы:** академический бакалавриат

**Направленность (профиль):** Информационная сфера

**Квалификация (степень) выпускника:** бакалавр

**Форма обучения:** очная

### **1. Наименование дисциплины**

Элективные курсы по физической культуре для групп студентов с общей физической подготовкой

### **2. Цели и задачи дисциплины (модуля):**

Цель курса – формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

Задачи:

- понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- знание биологических, психолого-педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте;
- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

### **3. Требования к результатам освоения дисциплины (модуля):**

Выпускник программы бакалавриата должен обладать следующими общекультурными компетенциями (ОК): ОК-8.

В результате изучения дисциплины студент должен:

**Знать:** научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни.

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

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

#### 4. Объем дисциплины (модуля) и виды учебной работы

| Вид учебной работы                                     | Всего часов / зачетных единиц | Семестры |    |       |       |       |       |       |
|--|-------------------------------|----------|----|-------|-------|-------|-------|-------|
|  |                               | I        | II | III   | IV    | V     | VI    | VII   |
| <b>Аудиторные занятия (всего)</b>                      | 328                           |          |    |       |       |       |       |       |
| В том числе:   | -                             | -        |    | -     |       | -     |       | -     |
| Практические занятия (ПЗ)                              |                               | 44       | 60 | 60    | 72    | 30    | 36    | 26    |
| Вид промежуточной аттестации ( <i>зачет, экзамен</i> ) |                               |          |    | зачет | зачет | зачет | зачет | зачет |
| <b>Контактная работа (всего)</b>                       |                               |          |    |       |       |       |       |       |
| Общая трудоемкость часов                               | 328                           |          |    |       |       |       |       |       |
| зачетные единицы                                       |                               |          |    |       |       |       |       |       |

#### 5. Краткая характеристика содержания учебной дисциплины

Учебный материал направлен на повышение уровня функциональных и двигательных способностей, формирование необходимых качеств и свойств личности, овладение методами и средствами деятельности в сфере физической культуры и спорта, приобретение личного опыта, обеспечивающего возможность самостоятельно, целенаправленно и творчески использовать средства физической культуры и спорта.

Для обеспечения общей физической подготовки используются разнообразные физические упражнения из гимнастики, легкой атлетики, лыжного спорта, акробатики, различные виды игр.

#### 6. Форма промежуточной аттестации:

зачет в 3, 4, 5, 6, 7 семестрах

#### 7. Разработчик аннотации

Старший преподаватель Физкультурно-оздоровительного центра ИГУ Т.И. Бонько