

АННОТАЦИЯ

рабочей программы учебной дисциплины Б1.О.05 «Физическая культура и спорт»

Направление подготовки 04.03.01 «Химия (уровень бакалавриата)»

1.	Целями освоения дисциплины «Физическая культура и спорт» являются: <ul style="list-style-type: none">- овладение системой научно-практических и специальных знаний, необходимых для понимания природных и социальных процессов функционирования физической культуры общества и личности, умение их адаптивного, творческого использования для личностного, профессионального развития и самосовершенствования;- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;- организации здорового стиля жизни при выполнении учебной, профессиональной и социокультурной деятельности;- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности;- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту.		
2.	Место дисциплины в структуре ОПОП ВО бакалавриата Дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к обязательной части Блока 1 основной профессиональной образовательной программы бакалавриата по направлению подготовки 04.03.01. «Химия (уровень бакалавриата)». Изучается в 1-ом – 4-ом семестрах.		
3.	Результаты освоения дисциплины «Физическая культура и спорт»		
	Код и наименование компетенций	Индикаторы	Дескрипторы
	<i>Универсальные компетенции (УК) и индикаторы их достижения</i>		
	УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	УК–7.1. Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности;	Знать: основы физической культуры и здорового образа жизни и их роль в развитии человека; методы физического воспитания и самовоспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья. Уметь: использовать навыки физкультурно-спортивной деятельности для укрепления здоровья и достижения жизненных и профессиональных ценностей. Владеть: системой практических навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств.
		УК-7.2. Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности;	
		УК – 7.3. Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и	

		в профессиональной деятельности.				
	УК-10 Способен формировать нетерпимое отношение к коррупционному поведению	УК-10.1. Анализирует правовые последствия коррупционной деятельности, в том числе собственных действий или бездействий	Уметь: - самостоятельно оценивать информацию о коррупционных проявлениях. - работать с информацией в области противодействия коррупции с целью формирования негативного отношения к коррупционным проявлениям в обществе. Знать: средства противодействия коррупции, стандарты антикоррупционного поведения, включая профессиональную этику. Владеть: формами взаимодействия с гражданами, структурами гражданского общества и органами государственной власти в типовых ситуациях			
		УК-10.2. Выбирает правомерные формы взаимодействия с гражданами, структурами гражданского общества и органами государственной власти в типовых ситуациях				
4. Структура и содержание дисциплины 4.1. Структура дисциплины						
Вид учебной работы		Всего часов	1 семестр	2 семестр	3 семестр	4 семестр
Общая трудоемкость дисциплины		72				
Аудиторные занятия		72	-	-	--	-
Лекции		72	18	18	18	18
Практические занятия		-	-	-	-	-
Самостоятельная работа студентов		-	-	-	-	-
4.2. Содержание дисциплины Физическая культура в профессиональной подготовке студентов и социокультурное развитие личности студента. Простейшие методики самооценки работоспособности, усталости, утомления и применения средств физической культуры для их направленной коррекции. Социально-биологические основы адаптации организма человека к физической и умственной деятельности, факторам среды обитания. Функциональные изменения в организме при физических нагрузках. Образ жизни и его отражение в профессиональной деятельности. Методы самоконтроля состояния здоровья и физического развития. Общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе. Методика индивидуального подхода и применения средств для направленного развития отдельных физических качеств. Средства и методы мышечной релаксации в спорте. Самоконтроль, его основные методы, показатели. Использование отдельных методов контроля при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом. Профессионально-прикладная физическая подготовка будущих специалистов. Методика самостоятельного освоения отдельных элементов профессионально-прикладной физической подготовки. Методика проведения производственной гимнастики с учетом заданных условий и характера труда.						
5. Образовательные технологии						
При подготовке специалистов-химиков используются следующие основные формы проведения учебных занятий: - интерактивные лекции; - лекции пресс-конференции; - тренинги и семинары про развитию профессиональных навыков; - групповые, научные дискуссии, дебаты						
6. Используемые ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Internet; информационные						

	технологии, программные средства и информационно-справочные системы
	Информационное обеспечение базы данных, информационно-справочные и поисковые системы http://fizrast.ru/sitemap.html http://www.don-agro.ru http://xn-80abucjiibhv9a.xn-plai/ http://www.agroxxi.ru/ (РГБ) http://elibrary.rsl.ru Научная электронная библиотека http://elibrary.ru/default.asp Российская национальная библиотека http://primo.nlr.ru http://nbmgu.ru Электронная библиотека Российской государственной библиотеки.
7.	Формы текущего контроля
	тестовый контроль, контрольные работы, практические задания
8.	Форма промежуточного контроля
	зачет

Разработчик: к.ф.н., доцент межфакультетской кафедры физвоспитания Озиева Л.С.