Физическая культура и спорт

1. Цель дисциплины

Целью физического воспитания студентов является 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.

2. Место дисциплины в структуре ООП

Дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к базовой части обязательных дисциплин (Б1.Б.19.) Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 43.03.02 «Туризм».

Для освоения дисциплины «Физическая культура и спорт» обучающиеся используют знания, умения, навыки, способы деятельности и установки, сформированные на предыдущей ступени образования и в ходе изучения дисциплины «Физическая культура».

Освоение дисциплины «Физическая культура и спорт» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин «Безопасность жизнедеятельности».

3. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

- способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; пропаганды активного долголетия, здорового образа жизни и профилактики заболеваний (ОК-7)

В результате освоения содержания дисциплины студент должен:

Знать: практические основы прикладной 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, применять на практике основные умения базовых и новых физкультурно-спортивных видов (гимнастика).

Владеть: средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями прикладной физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности, навыками двигательных умений базовых и новых физкультурно-спортивных видов (гимнастика).

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 ч..