

Аннотация
рабочей программы дисциплины
«Физическая культура»

квалификация выпускника - бакалавр

Направление подготовки – 37.03.01 "Психология"

Автор - Калгин В.В., к.м.н., доцент кафедры физической культуры и медицинской реабилитации

Учебный цикл	Б1. Дисциплины. Вариативная часть
Трудоемкость дисциплины	Лекции - 6 Практические занятия - 4 Самостоятельная работа – 58 Зачет -4 <i>Общая трудоемкость (часы, зачетные единицы) – 72 ч /2 ЗЕТ</i>
Курс, семестр	1,2 курс/ 2,3 семестр
Место дисциплины в структуре ООП (предшествующие дисциплины, последующие дисциплины)	Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС по направлению подготовки 37.03.01 Психология. Дисциплина «Физическая культура» относится к вариативной части программы бакалавриата
Формируемые компетенции	ОК-8
Цель дисциплины	Формирование у студентов отношения к физической культуре как к необходимому звену общекультурной ценности и общеоздоровительной тактики в профессиональной деятельности
Задачи дисциплины	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вырабатывать у студентов мотивационно-ценностные установки на качественное выполнение требований вузовской программы «Физической культуры и здоровья», применение средств и методов физической культуры как неотъемлемого компонента здорового образа жизни, фактора общекультурного развития. 2. Укреплять здоровье студентов, повышать и поддерживать на оптимальном уровне физическую и умственную работоспособность, спортивную тренированность, психомоторную способность. 3. Прививать знания и обучать практическим навыкам использования средств физической культуры для укрепления и восстановления здоровья. 4. Развивать и совершенствовать физические качества, поддерживая их на каждом уровне, на протяжении всех лет обучения в вузе. 5. Обучать различным двигательным навыкам умениями, сочетая их с профессионально-прикладной физической подготовкой. 6. Обучить методам оценки физического, функционального и энергетического состояния организма и методам коррекции средствами физической культуры.
Основные разделы дисциплины (модули)	<ul style="list-style-type: none"> • Теоретический раздел • Практический раздел • Контрольный раздел