

**Аннотация к рабочей программе дисциплины Б1.Б.15 «Физическая культура»
направление подготовки 42.03.02 Журналистика
(профиль «Печать»)**

Дисциплина Б1.Б.15 «Физическая культура» изучается в 6 семестре. Предусмотрены лекционные и семинарские занятия. Отчетность по результатам освоения дисциплины – зачет.

Цель освоения дисциплины – состоит в теоретической и практической профессиональной подготовке бакалавров, направленной на формирование системы знаний, умений в области использования средств физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, физической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности; на формирование мотивационно-ценностного отношения к занятиям физической культурой.

Место дисциплины в структуре образовательной программы. Дисциплина «Физическая культура» относится к дисциплинам базовой части Блока 1 Дисциплины (модули) (Б1.Б.15).

Содержание дисциплины «Физическая культура» опирается на знания, умения и навыки, сформированные в процессе обучения в общеобразовательной школе.

Содержание дисциплины «Физическая культура» выступает опорой для освоения содержания дисциплин, формирующих общепрофессиональные компетенции.

Планируемые результаты освоения образовательной программы			
Код компетенции	Наименование компетенции	Структурные элементы компетенции	Результаты обучения по дисциплине
ОК-9	способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	31(ОК-9): специальные правила и техники во избежание нанесения вреда здоровью, в том числе, во время занятий физической культурой и спортом	<i>знать:</i> - специальные умения, знания и навыки развития физических качеств;
		32(ОК-9): осознает ценность здоровья и необходимость ведения здорового образа жизни	
		У1(ОК-9): развивать функциональные возможности, укреплять и сохранять здоровье, используя техники формирования телосложения, повышения функциональных возможностей организма, развития физических способностей (силовых, скоростных, координационных, выносливости и гибкости)	<i>уметь:</i> - применять приемы и техники укрепления и сохранения здоровья; - применять техники формирования телосложения, повышения функциональных возможностей организма, развития физических способностей (силовых, скоростных, координационных, выносливости и гибкости);
		В1 (ОК-9): владеть специальными знаниями, умениями и навыками развития физических качеств, методами укрепления здоровья, закаливания организма, специальными правилами и техниками во избежание нанесения вреда здоровью, в том числе, во время занятий физической культурой и спортом	<i>владеть:</i> - владеть методикой использования техник формирования телосложения, повышение функциональных возможностей организма развитие физических способностей (силовых, скоростных, координационных, выносливости и гибкости)

Разделы дисциплины включают:

Раздел 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов

1. Физическая культура как учебная дисциплина

Раздел 2. Физическая культура в обеспечении здоровья студентов

2. Основы здорового образа жизни студента
3. Оздоровительные системы физических упражнений. Лечебная физическая культура

Раздел 3. Требования к организации занятий физической культурой и спортом

4. Оценка физического развития
5. Развитие двигательных качеств
6. Организация занятий физической культурой и спортом

Раздел 4. Основные аспекты профессионально-прикладной физической подготовки студентов

7. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единицы.

Составитель – ст.преподаватель Булдашева О.В.