Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Чижов Александр Петрович

ФИО: Чижов Александр петровы.
Должность: Директор филиала СибГУ в г. Лесосибирске
Рабочей программы дисциплины

Физическая культура и спорт Уникальный программный ключ: bdf6e99bfcc4944b52cae00e83cf259c6c85dda39624c76046466698betihue дисциплины)

Направление подготовки 39.03.02Социальная работа

Направленность (профиль) Социальная работа с различными категориями населения

Объем дисциплины составляет 2 зачетных (ые) единиц (ы), 72 часа (ов).

#### Цель и задачи изучения дисциплины

- 1.1. Цель изучения дисциплины
- -формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки И самоподготовки будущей профессиональной деятельности.
- 1.2. Задачи изучения дисциплины:
- понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- знание научно-биологических И практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях 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;
- обеспечение обшей профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;
- приобретение творческого опыта использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

### Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными в программе индикаторами достижения компетенций

Код	Содержание	Индикаторы	Планируемые результаты обучения по
компе-	компетенции	достижения	дисциплине, соотнесенные с установленными
тенции		компетенции	в программе индикаторами достижения
			компетенции

УК-7	Способен	<b>УК-7.1</b> . Понимает	Знать: основные принципы самовоспитания и
	поддерживать	роль и значение	Знать: виды физических упражнений; научно-
	должный	физической	практические основы физической культуры и
	уровень	культуры в жизни	здорового образа и стиля жизни
	физической	человека и	Уметь: применять на практике разнообразные
	подготовленност	общества.	средства физической культуры, спорта и
	и для	<b>УК-7.2</b> . Применяет	туризма для сохранения и укрепления
	обеспечения	разнообразные	здоровья, психофизической подготовки и
	полноценной	средства	самоподготовки к будущей жизни и
	социальной и	физической	профессиональной деятельности;
	профессиональн	культуры, спорта и	использовать творчески средства и методы
	ой деятельности	туризма для	физического воспитания для
		сохранения и	профессионально-личностного развития
		укрепления	физического самосовершенствования,
		здоровья и	формирования здорового образа и стиля
		психофизической	жизни
		подготовки.	Владеть: средствами и методами укрепления
		<b>УК-7.3</b> . Использует	индивидуального здоровья, физического
		средства и методы	самосовершенствования
		физического	
		воспитания для	
		профессионально-	
		личностного	
		развития,	
		физического	
		самосовершенствов	
		ания,	
		формирования	
		здорового образа и	
		стиля жизни.	

# Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Физическая культура и спорт» (E1.O.23) входит в обязательную часть блока E3 «Дисциплины (модули)».

### Краткое содержание дисциплины

Раздел 1. Легкая атлетика

Раздел 2. Баскетбол

Раздел 3. Лыжная подготовка

Раздел 4. Волейбол

Раздел 5. Мини-футбол

## Форма промежуточной аттестации

Зачет