

АННОТАЦИЯ  
рабочей программы учебной дисциплины  
**«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**  
по направлению подготовки 37.03.01 Психология,  
профиль подготовки: социальная психология

**1. Цели освоения дисциплины**

**Целью дисциплины** «Физическая культура» является подготовка студентов в предметной области физической культуры, освоение которой позволяет выпускникам достигнуть определенного успеха в профессиональной деятельности, усваивать материал специальных дисциплин, ориентированных на выбранные ими предметные области.

**Основными задачами дисциплины** «Физическая культура» являются:

- знакомство с основными понятиями физической культуры;
- знание медико-биологических основ организма человека;
- знание основ реабилитации, соблюдения здорового образа жизни.

В результате изучения дисциплины «Физическая культура» слушатели должны:

- овладеть системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья;
- знать принципы, методы обучения и воспитания физической культуре;
- владеть методикой формирования и развития двигательных навыков, физических и специальных качеств.

**2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы высшего образования**

Дисциплина входит в базовую часть учебного плана направления подготовки 37.03.01 Психология, профиль подготовки: социальная психология (квалификация выпускника «бакалавр»).

Специальные требования к входным знаниям, умениям и компетенциям студента не предусматриваются.

**3. Компетенции выпускника, формируемые в результате освоения дисциплины**

В процессе изучения дисциплины у студентов формируются следующие компетенции:

**Общекультурные компетенции:**

- способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8).

**Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

В результате освоения дисциплины выпускник должен демонстрировать следующие конечные результаты обучения:

**Знать:**

- роль и место физической культуры в развитии человека и подготовке специалиста;
- основы физической культуры и здорового образа жизни;
- социально – биологические основы физической культуры;
- психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности;
- основы здорового образа жизни;

**Уметь:**

- реализовывать систему навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических качеств личности;
- использовать опыт физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных и профессиональных целей.

**Владеть:**

- навыками здорового образа жизни;
- методикой формирования и развития двигательных навыков, физических и специальных качеств;
- владеть системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья.

**4. Трудоемкость дисциплины.** Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 часа.

**5. Контроль успеваемости.** Аттестация студентов проводится в форме зачета.

И.о. начальника учебно-методического управления



О.В.Бушуева