

## АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

### Б1.О.08 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

**Наименование образовательной программы:** Психология служебной деятельности

**Код и наименование специальности:** 37.05.02 «Психология служебной деятельности», специализация «Морально-психологическое обеспечение служебной деятельности».

**Форма обучения:** очная

**Планируемые результаты обучения:** умеет разрабатывать и индивидуально подбирать комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексов упражнений атлетической гимнастики;- формирования здорового образа и стиля жизни. Владеет навыками применения средств и методов укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности. разработки, составления, оформления управленческой документации, используемой в сфере физической культуры.

**Объем дисциплины:** и осваивается в 1 и 2 семестрах, трудоемкость всей дисциплины 72 часа (2 зачетные единицы). Изучение данной учебной дисциплины тесно связано с такими дисциплинами, как «Элективные курсы по физической культуре и спорту «Безопасность жизнедеятельности» На контактную работу с преподавателем выделено 4 лекционных часов, на самостоятельную работу 24 часа. Форма промежуточной аттестации в соответствии с учебным планом - зачет.

Дисциплина реализуется частично с применением дистанционных образовательных технологий (ДОТ).

По очной форме обучения количество академических часов, выделенных на контактную работу с преподавателем \_28 часа из них 4 часов лекционных занятий, в том числе \_4 часов осваивается в дистанционном формате, с использованием электронного курса, \_ 24 часа практических занятий

**Структура дисциплины:** Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов Тема 2. Основы здорового образа жизни студента Тема 3. Теория и методика физической культуры. Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания. Тема 4. Социально-биологические основы физической культуры. Тема 5. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. Самоконтроль в процессе занятий физическими упражнениями и спортом. Тема 6. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студентов. Общие положения, понятия, цель и задачи ППФП.

**Форма промежуточной аттестации:** зачет

#### Основная литература:

1. Муллер, А. Б. Физическая культура : учебник и практикум для вузов / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богаченко. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 424 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02483-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.ura.it.ru/bcode/510794>

2. Теоретические основы физической культуры : учебное пособие для вузов / А. А. Горелов, О. Г. Румба, В. Л. Кондаков, Е. Н. Копейкина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 194 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14341-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.ura.it.ru/bcode/519864>

3. Физическая культура : учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.] ; под редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 599 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12033-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.ura.it.ru/bcode/516434>