

Документ подписан простой электронной подписью  
 Информация о владельце: **Физическая культура и спорт**  
 ФИО: Макаренко Елена Николаевна  
 Должность: Ректор  
 Дата подписания: 26.08.2024 15:12:36  
 Уникальный программный ключ:  
 c098bc0c1041cb2a4cf926cf171d6715d99a6ae00adc8e27b55cbe1e2dbd7c78

Закреплена за кафедрой **ФВ, спорт и туризм**

Учебный план oz38.03.05\_1.plx

Форма обучения **очно-заочная**

**Распределение часов дисциплины по семестрам**

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	2 (1.2)		Итого	
	Неделя			
	16			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП
Лекции	4	4	4	4
Практические	4	4	4	4
Итого ауд.	8	8	8	8
Контактная работа	8	8	8	8
Сам. работа	60	60	60	60
Часы на контроль	4	4	4	4
Итого	72	72	72	72

**1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

1.1	Формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.
-----	--

**2. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

**УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности**

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен:**

<b>Знать:</b>
научно-теоретические основы формирования базовой, спортивной, оздоровительной, рекреационной, профессионально-прикладной физической культуры и понимать их интегрирующую роль в успешном осуществлении профессиональной деятельности (соотнесено с индикатором УК-7.1)
<b>Уметь:</b>
формировать мотивационно-ценностное отношение к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание, привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом (соотнесено с индикатором УК-7.2)
<b>Владеть:</b>
способностью к самоопределению, саморазвитию и самосовершенствованию в выборе средств и методов оздоровительных и спортивных технологий, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие и развитие в профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту (соотнесено с индикатором УК-7.3)