

## **Аннотация рабочей программы дисциплины «Физическая культура»**

### **1. Цели освоения дисциплины.**

Цель дисциплины Физическая культура: формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки и будущей профессиональной деятельности.

2. Место дисциплины (модуля) «Физическая культура» в структуре ООП бакалавриата.

Базовая часть Блока 1 «Дисциплины (модули)».

### **3. Краткое содержание дисциплины (модуля).**

Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов; социально-биологические основы физической культуры; основы здорового образа и стиля жизни; оздоровительные системы и спорт (теория, методика, практика); профессионально-прикладная физическая подготовка студентов; спорт, индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений; основы методики самостоятельных занятий и самоконтроль за состоянием своего организма.

### **4. Осваиваемые компетенции: ОК-7,8.**