

## **Аннотация**

*к рабочей программе учебной дисциплины Б1.Б.21 «Физическая культура и спорт»  
направления подготовки бакалавров 38.03.04 Государственное и муниципальное  
управление*

**Дисциплина учебного плана подготовки бакалавров по направлению 38.03.04  
Государственное и муниципальное управление, профиль «Государственное и  
муниципальное управление в социальной сфере».**

**Цель изучения дисциплины** - формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

**Задачами дисциплины являются:**

- понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- знание научно-биологических, педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

**Основные блоки и темы дисциплины:**

- Практический (основной), содействующий приобретению опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечивающих полноценную общую и профессионально-прикладную физическую подготовленность к будущей профессии и быту;
- Контрольный, определяющий объективный учет процесса и результатов учебной деятельности студентов.
- Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов;
- Социально-биологические основы физической культуры;
- Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья;
- Психо-физиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности.

Средства физической культуры в регулировании работоспособности;

- Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания;
- Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями;
- Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений.

Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений;

- Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений;
- Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом;
- Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов;
- Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра и магистра.

**Учебная дисциплина «Физическая культура и спорт» входит в перечень дисциплин базовой части ОПОП.**

В результате изучения дисциплины обучающийся должен обладать следующими общекультурными (ОК) компетенциями (или их элементами), предусмотренными ФГОС ВО:

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

В результате изучения дисциплины бакалавр должен:

**знать:** теоретические и методические основы организации физкультурно-спортивной деятельности различной направленности для достижения жизненных и профессиональных целей;

**уметь:** использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

владеть техникой выполнения контрольных упражнений и результативно выполнять их в соответствии с требованиями образовательного стандарта, навыками и средствами самостоятельного, методически правильного достижения должного уровня физической подготовленности.

Дисциплина «Физическая культура и спорт» изучается посредством лекционных занятий, самостоятельной работы и завершается зачётом.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 72 часа, 2 зачётные единицы.

Вид промежуточной аттестации: зачет.

Заведующий кафедрой  
физического воспитания, д.п.н., проф.

## Заведующий выпускающей кафедры



Свечкарёв В.Г.

Besroader M. A.