

АННОТАЦИЯ

Физическая культура

Направление подготовки (специальность)

035701 «Перевод и переводоведение»

1. Цели и задачи дисциплины: формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической и подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

Задачи:

- понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее профессиональной деятельности;

- знание научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;

- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом.

2. Место дисциплины в структуре ООП ВПО: дисциплина из цикла общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин. Для освоения дисциплины студенты используют знания, сформированные в процессе изучения дисциплины «Безопасность жизнедеятельности».

2.1 Дисциплина базируется на следующих дисциплинах (модулях, практиках) ООП:

- 1. Безопасность жизнедеятельности (ОК-14, ПК-2, ПК-4, ПК-7).

2.2 Освоение данной дисциплины необходимо обучающемуся для успешного ' освоения следующих дисциплин (модулей), прохождения практик ООП по данному направлению подготовки:

- 1. Безопасность жизнедеятельности (ОК-14, ПК-2, ПК-4, ПК-7).

3. Требования к результатам освоения дисциплины:

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

Общекультурные: (ОК)

способностью самостоятельно применять методы физического воспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья, достижения должного уровня физической подготовленности в целях обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-15).

В результате изучения дисциплины студент должен:

Знать: Основы физической культуры и здорового образа жизни. Методы правильного физического воспитания и укрепления здоровья с помощью физических упражнений (ОК-15).

Уметь: Использовать методы физического воспитания для достижения должного уровня физической подготовки для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Понимать роль физической культуры в развитии человека и подготовке специалиста, развивать и совершенствовать психофизические способности и качества, использовать физкультурно-спортивную деятельность для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных и профессиональных целей (ОК-15).

Владеть: Системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья. Методиками самооценки работоспособности, усталости и применения средств физкультуры. Основами методики самомассажа (ОК-15).

4. Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы.

5. Составитель рабочей программы: к. п. н., доцент кафедры физического воспитания
Кожанов В. И.