|  |  |
| --- | --- |
| **АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ**  **УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ** | |
| **Физическая культура и спорт** | |
| Уровень образования | специалитет | | |
| Специальность | 53.05.01 Искусство концертного исполнительства | |  |
| Специализация | Концертные народные инструменты | | |
| Срок освоения образовательной программы по очной форме обучения | 5 лет | | |
| Форма обучения | очная | | |

* + - 1. Учебная дисциплина «Физическая культура и спорт» изучается во втором семестре.
      2. Курсовая работане предусмотрена.

## Форма промежуточной аттестации

|  |  |
| --- | --- |
| * + - 1. второй семестр | * + - 1. зачет |

## Место учебной дисциплины в структуре ОПОП

Учебная дисциплина \_«Физическая культура и спорт» относится к обязательной части программы.

## Цели и планируемые результаты обучения по дисциплине

Целями изучения дисциплины \_«Физическая культура и спорт» являются:

* + - 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;

* + - улучшение здоровья студентов, профилактика обострений заболеваний, повышение сопротивляемости организма;
    - специальные реабилитационные задачи: ликвидация остаточных явлений после перенесённых заболеваний, развитие компенсаторных функций, устранение функциональных отклонений;
    - воспитание осознанной необходимости в постоянных занятиях физическими упражнениями;
    - формирование у обучающихся компетенций, установленных образовательной программой в соответствии с ФГОС ВО по данной дисциплине;
    - развитие основных физических качеств (быстроты, силы, выносливости, гибкости, координационных способностей);
    - воспитание осознанной необходимости в постоянных занятиях физическими упражнениями.

Результатом обучения по учебной дисциплине является овладение обучающимися знаниями, умениями, навыками и опытом деятельности, характеризующими процесс формирования компетенций и обеспечивающими достижение планируемых результатов освоения учебной дисциплины.

## Формируемые компетенции и индикаторы достижения компетенций

| **Код и наименование компетенции** | **Код и наименование индикатора**  **достижения компетенции** |
| --- | --- |
| УК-7  Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | ИД-УК-7.1 – Выбор здоровьесберегающих технологий для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности |
| ИД-УК-7.2 – Планирование своего рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности |
| ИД-УК-7.3 – Соблюдение норм здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности |

## Общая трудоёмкость учебной дисциплины по учебному плану составляет:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| по очной форме обучения | **2** | **з.е.** | **72** | **час.** |