|  |  |
| --- | --- |
| **АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ**  **УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ** | |
| **ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА** | |
| Уровень образования | бакалавриат |
| Направление подготовки | 45.03.01 Филология |
| Направленность (профиль) | Зарубежная (славянская) филология  Отечественная филология (русский язык и литература)  Русский язык и межкультурная коммуникация |
| Срок освоения образовательной программы по очной форме обучения | 4 года |
| Форма обучения | очная |

* + - 1. Учебная дисциплина «Физическая культура и спорт» изучается с первого по шестой семестры.
      2. Курсовой проект –не предусмотрен

## Форма промежуточной аттестации - зачет

## Место учебной дисциплины в структуре ОПОП

* + - 1. Учебная дисциплина «Общая физическая культура» относится к части программы, формируемой участниками образовательных отношений
      3. 1.2 Цели и планируемые результаты обучения по дисциплине:
      4. Целью изучения дисциплины «Общая физическая культура» является:
      5. -формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных методов и средств физической культуры для обеспечения полноценной профессиональной деятельности.
      6. Результатом обучения по дисциплине является овладение обучающимися знаниями, умениями, навыками и (или) опытом деятельности, характеризующими процесс формирования компетенций и обеспечивающими достижение планируемых результатов освоения 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 дляобеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | ИД-УК-7.1  Выбор здоровьесберегающх 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 – |  | **з.е.** | 328 | **час.** |