|  |
| --- |
| **АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ****УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ** |
| **Физическая культура и спорт** |
| Уровень образования  | бакалавриат |
| Направление подготовки | 54.03.01 | Дизайн |
| Направленность (профиль) | Графический дизайн |
| Срок освоения образовательной программы по очной форме обучения | 5 лет |
| Форма обучения | очно-заочная |

* + - 1. Учебная дисциплина *«*Физическая культура и спорт» изучается в четвертом семестре.
			2. Курсовая работа не предусмотрена.

## Форма промежуточной аттестации

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|

|  |  |
| --- | --- |
| четвертый семестр | - зачет |

 |  |

## Место учебной дисциплины в структуре ОПОП

* + - 1. Учебная дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к обязательной частипрограммы., изучается в четвертом семестре. Изучениедисциплины опирается на результаты освоения образовательной программы СОО и СПО.

## Цели и планируемые результаты обучения по дисциплине

* + - 1. Целями изучения дисциплины «Физическая культура и спорт» являются:
		- формирование физической культуры будущего специалиста;
		- приобретение теоретических знаний, умений, навыков в области физической культуры и здорового образа жизни;
		- овладение методами оценки физического состояния и самоконтроля в процессе занятий физическими упражнениями;
		- изучение теоретических основ профессионально-прикладной физической культуры и здорового образа жизни;
		- обучение подбору методов и средств для самостоятельных занятий физической культурой и самоконтроля;
		- формирование у студентов осознанной необходимости в постоянных занятиях физическими упражнениями;
		- приобретение знаний методов и средств развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости);
		- формирование у обучающихся компетенций, установленных образовательной программой в соответствии с ФГОС ВО по данной дисциплине.
			1. Результатом обучения по учебной дисциплине является овладение обучающимися знаниями, умениями, навыками и опытом деятельности, характеризующими процесс формирования компетенции 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-7.1Выбор здоровьесберегающх технологий для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности. |
| ИД-УК-7.2Планирование своего рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности. |
| ИД-УК-7.3Соблюдение норм здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности. |

## Общая трудоёмкость учебной дисциплины (модуля) по учебному плану составляет:

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