

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Белгородский Валерий Савельевич  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 25.06.2024 17:01:29  
Уникальный программный ключ:  
8df276ee93e17c18e7bee9c7cad2d0ed9ab82473

## АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### Физическая культура и спорт

|   |   |
|---|---|
| Уровень образования   | бакалавриат   |
| Направление подготовки  | 45.03.01 Филология                                  |
| Направленность (профиль)  | Зарубежная филология (язык иврит и английский язык) |
| Срок освоения образовательной программы по очной форме обучения | 4 года  |
| Форма обучения  | очная   |

Учебная дисциплина «Физическая культура и спорт» изучается во втором семестре.  
Курсовая работа – не предусмотрена.

#### 1.1. Форма промежуточной аттестации

зачет

#### 1.2. Место учебной дисциплины в структуре ОПОП

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

#### 1.3. Цели и планируемые результаты обучения по дисциплине

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 средствами и методами физической культуры для самостоятельных занятий, сохранения и укрепления здоровья;
- овладение методами оценки физического состояния и самоконтроля в процессе занятий физическими упражнениями;
- формирование у обучающихся компетенции, установленной образовательной программой в соответствии с ФГОС ВО по данной дисциплине.

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<br>Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | ИД-УК-7.1<br>Выбор здоровьесберегающих технологий для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности |
|   | ИД-УК-7.2<br>Планирование своего рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности                                  |

| Код и наименование компетенции | Код и наименование индикатора достижения компетенции  |
|--------------------------------|---|
|                                | ИД-УК – 7.3<br>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 | <b>з.е.</b> | 64 | <b>час.</b> |
|---------------------------|---|-------------|----|-------------|