

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ:

Физическая культура и спорт

1. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «Физическая культура и спорт» (Б1.О.21) относится к Блоку 1 Дисциплины (модули) обязательной части учебного плана образовательной программы 40.05.01 Правовое обеспечение национальной безопасности, очная, очно-заочная и заочная форма обучения, изучается в 1-ом семестре.

Для освоения дисциплины «Физическая культура» используют знания, умения, способы деятельности и установки, сформированные в ходе изучения дисциплин «Речевые практики», «Гимнастика с методикой преподавания» и др. Освоение данной дисциплины является необходимой основой для изучения курсов: «Физкультурно-оздоровительные технологии», «Элективные курсы по физической культуре и спорту», «Профессиональная деятельность педагога по физической культуре», для прохождения педагогической практики и подготовки к итоговой государственной аттестации.

2. Цель освоения дисциплины (модуля)

Основная цель дисциплины: формирование мотивационно ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом для последующих жизненных и профессиональных достижений.

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)

Достижение цели освоения дисциплины (модуля) обеспечивается через формирование следующих компетенций (*с указанием шифра компетенции*):

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

4. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 2 зачетные единицы (72 часов).

5. Основные разделы дисциплины (модуля):

Раздел 1. Система физического воспитания. Компоненты физической культуры.

Раздел 2. Организационно-правовые основы физической культуры и спорта.

Раздел 3. Физкультура как фактор гармоничного развития организма.

Раздел 4. Физкультура и развитие морально-волевых качеств личности.

Раздел 5. Взаимосвязь между интенсивностью нагрузок и уровнем физической подготовленности.

Раздел 6. Гигиена самостоятельных занятий по физической культуре.

Самоконтроль, его цели, основные методы, показатели.

Раздел 7. Роль физической культуры и спорта в развитии личности.

Раздел 8. Формы и содержание самостоятельных занятий по физической культуре и спорту.

6. **Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации:** зачет (1 семестр).

Заведующий кафедрой



Ш.Ж. Хажмухамбетова