

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Смирнов Сергей Николаевич  
Должность: врио ректора  
Дата подписания: 18.10.2023 10:10:16  
Уникальный программный ключ:  
69e375c64f7e975d4e8830e7b4fcc2ad1bf35f08

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет»



Рабочая программа дисциплины (с аннотацией)  
**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ**

Направление подготовки  
02.03.02 Фундаментальная информатика и информационные технологии

Профиль подготовки  
«Информатика и компьютерные науки»

Для студентов 1, 2 курса  
очная форма

Составители: И. А. Титкова  
Т.И. Гужова

## **I. Аннотация**

### **1. Цель и задачи дисциплины**

*Целью* освоения дисциплины является формирование теоретических знаний о роли физической культуры, а также изучение методов, направленных на использование разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

*Задачами* освоения дисциплины являются:

- понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- знание теоретических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

### **2. Место дисциплины в структуре ООП**

Дисциплина входит в обязательную часть учебного плана. Учебный материал по дисциплине «физическая культура» позволяет создать представление о её роли в обеспечении здоровья, раскрыть средства и методы физической культуры для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Для изучения дисциплины необходимы знания и умения, полученные студентами в среднем общеобразовательном учебном заведении.

Освоение дисциплины «Физическая культура и спорт» является основой для последующего изучения дисциплин «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» и «Безопасность жизнедеятельности», прохождения практик, выполнения выпускной квалификационной работы.

### **3. Объем дисциплины:**

2 зачетных единиц, 72 академических часов, **в том числе:**

**контактная аудиторная работа:** лекции 30 часов, в т.ч. практическая подготовка 0 часов; практические занятия 30 часов, в т.ч. практическая подготовка 0 часов;

**контактная внеаудиторная работа:** контроль самостоятельной работы \_\_\_\_\_, в том числе курсовая работа \_\_\_\_\_;

**самостоятельная работа:** 0 часов, в том числе контроль 12.

#### 4. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Планируемые результаты освоения образовательной программы (формируемые компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
<p><b>УК-7</b> способность поддерживать уровень физической подготовки для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;</p>	<p><b>УК-7.1.</b> Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности.</p>
	<p><b>УК-7.2.</b> Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности.</p>
	<p><b>УК-7.3.</b> Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности.</p>
<p><b>УК-8</b> Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций</p>	<p><b>УК-8.2</b> Идентифицирует опасные и вредные факторы в рамках осуществляемой деятельности.</p> <p><b>УК-8.3.</b> Выявляет проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте; предлагает мероприятия по предотвращению чрезвычайных ситуаций.</p>

#### 5. Форма промежуточной аттестации и семестр прохождения

Формой промежуточной аттестации является зачет в третьем семестре.

#### 6. Язык преподавания русский.