

# **АННОТАЦИЯ**

к рабочей программе дисциплины

«Физическая культура и спорт»

**Направление подготовки** 09.03.02 Информационные системы и технологии

**Профиль** Информационные системы и технологии цифровизации

**Квалификация выпускника** бакалавр

**Нормативный период обучения** 4 г

**Форма обучения** очная

**Год начала подготовки** 2021

## **Цель изучения дисциплины:**

Формирование физической культуры личности, приобретение опыта творческого использования средств и методов физической культуры и спорта, создание устойчивой мотивации и потребности к здоровому образу жизни и физическому самосовершенствованию, обеспечение психофизической готовности к будущей профессиональной деятельности.

## **Задачи изучения дисциплины:**

- понимание социальной значимости физической культуры и спорта и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте.

**Перечень формируемых компетенций:**

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

**Общая трудоемкость дисциплины:** 2 зачетных единиц.

**Форма итогового контроля по дисциплине:** Зачет.