

### **Б1.Б.5 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

В результате освоения дисциплины выпускник должен обладать следующими компетенциями:

ОК-8: Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Пороговый уровень – обязательный для всех студентов-выпускников вуза по завершении освоения ОПОП;

Продвинутый – превышение минимальных характеристик сформированности компетенции для выпускника вуза;

Превосходный – максимально возможная выраженность компетенции, важен как качественный ориентир для самосовершенствования.

В соответствии с требованиями ФГОС ВО дисциплина «физическая культура» представлена обязательной учебной дисциплиной базовой части Блока 1.

Целью физической культуры студентов вузов является формирование физической культуры личности и обеспечение психофизической готовности к будущей профессиональной деятельности.

В результате изучения дисциплины студент должен:

- понимать роль физической культуры в развитии человека;
- знать основы физической культуры и здорового образа жизни;
- владеть системой знаний, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья;
- владеть методами развития и совершенствования психофизических способностей и качеств;
- уметь использовать различные методы физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных и профессиональных целей.