

## Аннотация дисциплины «Физическая культура».

Учебно-методический комплекс включает рабочую программу и учебно-методические материалы дисциплины «Физическая культура». Учебно-методический комплекс разработан в соответствии с требованиями ФГОС ВО, предъявляемыми при подготовке студента по направлению 02.03.01 «Математика и компьютерные науки». Учебная дисциплина «Физическая культура» является обязательной 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.