

**АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ  
«СПОРТИВНОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ»**

по основной образовательной программе бакалавриата 13.03.03 Энергетическое машиностроение очная форма обучения

**1.Цель освоения дисциплины:** Целью освоения дисциплины «Спортивное совершенствование» является восстановление и формирование более высокого уровня потребности в основных ценностях физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, психической и физической самоподготовки в своей профессиональной и семейно-бытовой деятельности.

**2.Результаты обучения по дисциплине (приобретаемые компетенции):**

Выпускник должен обладать способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)

**3.Трудоёмкость дисциплины:** Дисциплина «Спортивное совершенствование» проводится в объёме 328 академических часов, указанные академические часы являются обязательными для освоения и в зачётные единицы не переводятся.

**4.Содержание дисциплины:**

Дисциплина «Спортивное совершенствование» включает следующие разделы:

-«Физическая культура и формирование жизненно важных умений и навыков»;

-«Формирование навыков здорового образа жизни средствами физической культуры»;

-«Физкультурно-спортивная деятельность – средство укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей»;

-«Физическая культура и здоровый образ жизни в обеспечении профессиональной деятельности и качества жизни».

**5. Форма промежуточной аттестации – зачёт**

Разработал:

Руководитель ОФКиС



Поляков А.М.