

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»

по основной образовательной программе бакалавриата 23.03.03
«Эксплуатация транспортно-технологических машин и комплексов»

1.Цель освоения дисциплины: Целью освоения дисциплины «Физическая культура и спорт» 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 «Физическая культура и спорт» проводится в объёме 72 академических часов (2 зачётные единицы).

4.Содержание дисциплины:

Дисциплина «Физическая культура и спорт» включает следующие разделы:

-«Физическая культура в общественной и профессиональной подготовке студента»;

-«Социально-биологические основы физической культуры»;

-«Основы здорового образа жизни физическая культура в обеспечении здоровья»;

-«Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности»;

-«Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания»;

-«Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями»;

-«Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений. Особенности занятий избранным видам спорта или системой физических упражнений»;

-«Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом».

5. Форма промежуточной аттестации – зачёт

Разработал:

Руководитель ОФКиС



Поляков А.М.