ФГОС ВО

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»
по основной образовательной программе академического бакалавриата 13.03.02 «Электроэнергетика и электротехника» (УП 2017-2018), профиль «Электроснабжение» заочная форма обучения

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 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

Руководитель ОФКиС Поляков А.М.