

# ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

## АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

**Направление подготовки** 20.03.01 Техносферная безопасность

**Направленность (профиль)** Техносферная безопасность (общий профиль)

**Квалификация** Бакалавр

	Форма обучения
	Очная
Курс	1,2
Семестр	1-4
Лекции, часы	-
Практические занятия, часы	68
Контактная работа по учебным занятиям, часы	272
Самостоятельная работа, часы	56
Зачёт, семестр	1-4
Всего часов / зачетных единиц	328

### 1 Цель учебной дисциплины

Целью учебной дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» является формирование специалистов, умеющих обоснованно и результативно применять существующие и осваивать новые средства физической культуры и спорта для сохранения, укрепления здоровья и подготовки к профессиональной деятельности.

### 2. Планируемые результаты изучения дисциплины

В результате освоения учебной дисциплины студент должен

#### **знать:**

- роль физической культуры и спорта в развитии человека и подготовке специалиста;
- основы государственной политики в области физической культуры и спорта;
- теоретико-методологические основы физической культуры и здорового образа жизни;
- основные достижения в области физической культуры и спорта;
- гигиенические и организационные основы занятий физической культуры и спортом.

#### **уметь:**

- использовать в жизни практические умения и навыки, обеспечивающие сохранения и укрепления здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств;
- использовать опыт физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей;
- применять правила безопасного поведения занятий физическими упражнениями и видами спорта.

#### **владеть:**

- знаниями о социальной роли и ценностях физической культуры и спорта в профессионально-личностном формировании будущего специалиста;
- знаниями научно-биологических, методических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- знаниями о мотивационно-ценностном отношении к физической культуре и спорту, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и видами спорта;

– средствами физической культуры и спорта для профилактики заболеваний, психического благополучия, развития и совершенствования качеств и свойств личности.

### 3. Требования к освоению учебной дисциплины

Освоение данной учебной дисциплины должно обеспечивать формирование следующих компетенций:

УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

### 4. Образовательные технологии

При изучении дисциплины используется модульно-рейтинговая система оценки знаний студентов. Проведения занятий проходят в традиционной форме.