

# АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

## Б1.Б.24 Физическая культура и спорт

по направлению подготовки: 18.03.01 «Химическая технология»

по профилю «Технология электрохимических производств»

Квалификация выпускника: БАКАЛАВР

Выпускающая кафедра: ТЭП

Кафедра-разработчик рабочей программы: физического воспитания и спорта

### **1. Цели освоения дисциплины**

Целями освоения дисциплины **Физическая культура** являются:

- а) формирование физической культуры студента как компонента общей культуры будущего специалиста;
- б) приобретение знаний по теории и методике физической культуры и спорта, профилактике вредных привычек и профессиональных заболеваний;
- в) освоение практических умений и навыков самостоятельных занятий физической культурой;
- г) психофизическая подготовка к профессиональной деятельности.

### **2. Содержание дисциплины «Физическая культура и спорт»**

Физическая культура, ее предмет и место в общечеловеческой культуре. Основные понятия физической культуры. Социальные функции физической культуры. Социально-биологические основы физической культуры. Физическая культура личности. Физическая культура в ВУЗах. Психофизические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности студентов. Основы здорового образа жизни. Врачебный и педагогический контроль.

### **3. В результате освоения дисциплины обучающийся должен:**

- 1) **Знать:** а) место физической культуры в общекультурной и профессиональной подготовке специалиста; законодательство Российской Федерации в области физической культуры и спорта;
- б) научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни;
- в) методику профессионально-прикладной физической подготовки и самостоятельных занятий различной целевой направленности.
- 2) **Уметь:** а) творчески использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования и формирования здорового образа и стиля жизни;
- б) составлять комплексы физических упражнений для самостоятельных занятий и вести дневник самоконтроля;
- в) выполнять основные приемы самомассажа и релаксации, защиты и самообороны, страховки и самостраховки.
- 3) **Владеть:** а) средствами и методами укрепления индивидуального здоровья и физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности;
- б) практическими навыками здорового образа и стиля жизни;
- в) методами оценки и контроля физического развития, физической и функциональной подготовленности.

И.о. зав. кафедрой ТЭП



Ившин Я.В.