АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Физическая культура и спорт

по направлению подготовки: 15.03.02 «Технологические машины и оборудование»
по профилю «Машины и аппараты промышленной экологии»
Квалификация выпускника: БАКАЛАВР
Выпускающая кафедра: Оборудование химических заводов
Кафедра-разработчик рабочей программы: «Физического воспитания и спорта»

1. Цели освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Физическая культура и спорт» являются:

а) формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения здоровья и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

б) понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности, знание научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;

в) овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии, формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни.

2. Содержание дисциплины «Физическая культура и спорт»:

Социокультурное развитие студента в образовательном процессе по физической культуре.
Физическая культура в самоуправлении здоровьем.
Физическая культура в повышении работоспособности.
Физическая культура в двигательно-телесном совершенствовании.
Самопознание и саморазвитие студента в физической культуре.

3. В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

1) Знать:

а) роль физической культуры в развитии человека, основы физической культуры и здорового образа жизни;

б) основы деятельности различных систем организма при мышечных нагрузках средствами физической культуры;

в) способы укрепления здоровья и повышения физической подготовленности, правила личной гигиены, профилактике травматизма и оказание доврачебной помощи;

2) Уметь:

а) соблюдать правила безопасности и профилактике травматизма на занятиях физической культурой;

б) пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием, специальными техническими средствами с целью повышения эффективности самостоятельных форм занятий физической культурой;

в) контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный

3)Владеть:

а) системой теоретических знаний, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья;

б) способностью использовать методы и средства физической культуры и спорта в самостоятельных занятиях физическими упражнениями для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

в) навыками самонаблюдения, самоконтроля за физическим развитием и физической подготовленностью, техникой выполнения двигательных действий для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных и профессиональных целей.

Зав. кафедрой ОХЗ Р.А. Халитов