АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.01 Элективные курсы по физической культуре и спорту

по направлению подготовки: 21.03.01 «Нефтегазовое дело»
по профилю «Эксплуатация и обслуживание технологических объектов нефтегазового производства»
Квалификация выпускника: БАКАЛАВР
Выпускающая кафедра: ТСК

Кафедра-разработчик рабочей программы: «Физического воспитания и спорта»

1. Цели освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» являются:
а) освоение методико-практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
б) овладение системой знании, умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья;
в) приобретение необходимого опыта в формировании потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом.

2. Содержание дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту»:

Легкая атлетика.
Гимнастика.
Спортивные игры.
Лыжная подготовка.
Общая физическая подготовка.

3. В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

1) Знать:
а) основные средства и методы физической культуры и спорта;
б) научно-биологические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни.
2) Уметь:
а) подбирать и применять методы и средства физической культуры и спорта для совершенствования основных физических качеств;
б) проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических качеств, поддерживать оптимальный уровень умственной и физической работоспособности.
3) Владеть:
а) методами и средствами физической культуры, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности;
б) средствами самостоятельного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья, способностью достижения необходимого уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной профессиональной и социальной деятельности.

Зав. каф. ТСК Зенитова Л.А.