АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.Б.22 Физическая культура и спорт

по направлению подготовки: 18.03.02 «Энерго- и ресурсосберегающие процессы в химической технологии, нефтехимии и биотехнологии»
по профилю «Рациональное использование материальных и энергетических ресурсов»
Квалификация выпускника: БАКАЛАВР
Выпускающая кафедра: ХК

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 использования средств физической культуры для сохранения и укрепления здоровья;
б) понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и ее подготовке к профессиональной деятельности, знание научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
в) обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни.

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.
Врачебный и педагогический контроль.
Основы здорового образа жизни.

3. В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

1) Знать:
а) роль физической культуры в развитии человека, основы физической культуры и здорового образа жизни;
б) способы укрепления здоровья, повышения физической подготовленности и правила личной гигиены, профилактики травматизма и оказания доврачебной помощи.
2) Уметь:
а) пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием с целью повышения эффективности самостоятельных занятий физической культурой;
б) проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических качеств, коррекции осанки и телосложения, разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной работоспособности.
3) Владеть:
а) системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья;
б) использовать физкультурно-спортивную деятельность для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, достижения жизненных и профессиональных целей.

Зав. кафедрой ХК _____ А.Г. Кутузов