

## АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

### Б1.В. ДВ Элективные курсы по физической культуре и спорту

по направлению подготовки: 18.03.01 «Химическая технология»  
по профилю «Химическая технология природных энергоносителей и углеродных материалов»

Квалификация выпускника: БАКАЛАВР

Выпускающая кафедра: ХТПНГ

Кафедра-разработчик рабочей программы: кафедра физического воспитания и спорта

#### **1. Цели освоения дисциплины**

Целями освоения дисциплины **Элективные курсы по физической культуре и спорту** являются:

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

#### **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.

Зав.кафедрой ХТПНГ



Башкирцева Н.Ю.