

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Физическая культура и спорт

по направлению подготовки: 18.03.01 «Химическая технология»

по профилю «Химическая технология синтетических биологически активных веществ, химико-фармацевтических препаратов и косметических средств»

Квалификация выпускника: БАКАЛАВР

Выпускающая кафедра: ТКС

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

1. Цели освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Физическая культура и спорт» 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 в общекультурной и профессиональной подготовке студентов

Социально-биологические основы физической культуры

Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура и обеспечение здоровья

Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания

Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями

Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности.

Средства физической культуры в регулировании работоспособности

Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений

Физическая культура в 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 само страховки.

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.каф. ТКС



Князев А.А.