

АННОТАЦИЯ

к рабочей программе дисциплины
«Элективные дисциплины по физической культуре и спорту»

Направление подготовки 08.03.01 Строительство

Профиль Автомобильные дороги

Квалификация выпускника бакалавр

Нормативный период обучения 4 года / 4 года 11 месяцев

Форма обучения очная / заочная

Год начала подготовки 2018

Цель изучения дисциплины: формирование физической культуры личности, приобретение опыта творческого использования средств и методов физической культуры и спорта для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, создание устойчивой мотивации и потребности к здоровому образу жизни и физическому самосовершенствованию.

Задачи изучения дисциплины:

- формирование мотивационно - ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте;
- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
- создание творческого и методически - обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

Перечень формируемых компетенций:

УК-7 - Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Общая трудоемкость дисциплины: 328 часов

Форма итогового контроля по дисциплине: Зачет