

**АННОТАЦИЯ**  
**к рабочей программе дисциплины**  
**«Физическая культура и спорт (элективная дисциплина)»**

**Направление подготовки 08.03.01 «Строительство»**

**Профиль «Теплогасоснабжение и вентиляция»**

**Квалификация бакалавр**

**Форма обучения: очная/заочная**

**Срок освоения образовательной программы: 4 года/5 лет**

**Год начала подготовки: 2017**

**Цель дисциплины** является формирование физической культуры личности, приобретение опыта творческого использования средств и методов физической культуры и спорта, создание устойчивой мотивации и потребности к здоровому образу жизни и физическому самосовершенствованию, обеспечение психофизической готовности к будущей профессиональной деятельности.

**Задачи освоения дисциплины**

- понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- знание научно-биологических, педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- 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 основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

**Перечень формируемых компетенций:**

- способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8).

**Общая трудоёмкость дисциплины - 328 часов**

**Форма контроля: зачёт 1-6**