

## **АННОТАЦИЯ**

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

**Направление подготовки** 08.03.01 Строительство

**Профиль** Теплогазоснабжение и вентиляция

**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