

## Аннотация

учебной дисциплины « Б.1.В.22 Элективные дисциплины по физической культуре и спорту»

шифр, наименование дисциплины

направления подготовки бакалавров 21.03.01 Нефтегазовое дело

шифр направление подготовки

Дисциплина учебного плана подготовки бакалавра по направлению 21.03.01 "Бурение нефтяных и газовых скважин"

шифр направление подготовки, профиль

**Цели изучения курса:** формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

**Задачи курса:** 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 привычки 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.

**Основные блоки и темы дисциплины (дидактические единицы):** - практический (основной), содействующий приобретению опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечивающих полноценную общую и профессионально-прикладную физическую подготовленность к будущей профессии и быту;

- контрольный, определяющий объективный учет процесса и результатов учебной деятельности студентов.

**Учебная дисциплина «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту»** входит перечень курсов вариативной части цикла ОП.

**В результате изучения дисциплины бакалавр должен обладать следующими компетенциями:** УК-7: способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

**знать:** нормы здорового образа жизни и требования к уровню физической подготовленности, обеспечивающему полноценную социальную и профессиональную деятельность.

**уметь:** использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личностных, жизненных целей.

**владеть:** средствами и методами укрепления индивидуального здоровья и физического самосовершенствования

Дисциплина «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту»  
изучается посредством практических занятий, выполнением тестов и завершается  
зачётом

---

**Общая трудоемкость дисциплины** составляет 340 часов,

**Вид промежуточной аттестации** зачет

Разработчик

  
(подпись)

Гучель И.Н.  
Ф.И.О.

Зав. выпускающей кафедрой

  
(подпись)

Меретуков М.А.  
Ф.И.О.