

Аннотация

*к рабочей программе учебной дисциплины **Б1.Б.22 «Физическая культура и спорт»** направления подготовки бакалавров **21.03.01 Нефтегазовое дело***

Дисциплина учебного плана подготовки бакалавров по направлению 21.03.01 Нефтегазовое дело, профиль «Бурение нефтяных и газовых скважин».

Цель изучения дисциплины - 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.

Задачами дисциплины являются:

- 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;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

Основные блоки и темы дисциплины:

- 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.
 - Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов;
 - Социально-биологические основы физической культуры;
 - Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья;
 - Психо-физиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности.
- Средства физической культуры в регулировании работоспособности;
- Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания;
 - Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями;
 - Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений.
- Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений;
- Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений;
 - Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом;
 - Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов;
 - Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра и магистра.

Учебная дисциплина «Физическая культура и спорт» входит в перечень дисциплин базовой части ОП.

В результате освоения дисциплины студент должен способностью к самоорганизации и самообразованию (ОК-7), использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8).

В результате изучения дисциплины бакалавр должен:

знать: цели, методы и средства укрепления здоровья путем физического воспитания;

уметь: использовать физическую культуру и спорт для поддержания здоровья и работоспособности человека;

владеть: навыками поддержания хорошей психо-физической формы.

Дисциплина «Физическая культура и спорт» изучается посредством лекционных занятий, самостоятельной работы и завершается зачётом.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 72 часа, 2 зачётные единицы.

Вид промежуточной аттестации: зачет.

Заведующий кафедрой
физического воспитания, д.п.н., проф.

Заведующий выпускающей кафедры



Свечкарёв В.Г.

Меретуков М.А.