

# АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

## **Б1.О.11 Физическая культура и спорт**

по направлению подготовки: 18.03.02 Энерго- и ресурсосберегающие процессы в химической технологии, нефтехимии и биотехнологии

по профилю: «Машины и аппараты химических производств»

Квалификация (степень) выпускника **БАКАЛАВР**

Выпускающая кафедра: Машин и аппаратов химических производств»

Кафедра-разработчик рабочей программы: цикл физического воспитания и спорта

### ***1. Цели освоения дисциплины***

- а) формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом
- б) 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;
- в) сохранение и укрепление здоровья студентов, содействие правильному формированию и всестороннему развитию организма, поддержание высокой работоспособности на протяжении всего периода обучения;
- г) приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии.

### ***2. Содержание дисциплины Физическая культура и спорт***

#### ***(для очной формы обучения)***

Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов

Социально-биологические основы физической культуры.

Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями.

#### ***(для очно-заочной, заочной формы обучения)***

Основы методики самостоятельных занятий физической культурой и спортом

### ***3. В результате освоения дисциплины обучающийся должен:***

#### ***1) Знать:***

- а) основные виды физических упражнений, б) роль и значение физической культуры в жизни человека, в) научно-практические основы физической культуры, в) профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни.

#### ***2) Уметь:***

- а) применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки, б) использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни.

#### ***3) Владеть:***

- а) навыками укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Зав. кафедрой



И.А. Сабанаев