

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Гаранин Максим Алексеевич  
Должность: И.о. ректора  
Дата подписания: 20.05.2020 10:09:38  
Уникальный программный ключ:  
09f9c0855a13fb1cc9fc841ffc8251a28eca6ff4

## Аннотация рабочей программы дисциплины

направление подготовки 23.05.01 "Наземные транспортно-технологические средства"

направленность "Подъемно-транспортные, строительные, дорожные средства и оборудование"

**Дисциплина:** Б1.Б.05 Физическая культура и спорт

**Цель освоения дисциплины:** достижение общей физической подготовленности, формирование физической культуры личности, т.е. потребности и способности методически обоснованно и целенаправленно использовать средства физической культуры для обеспечения профессиональной психофизической надежности, что позволит выпускнику успешно работать в избранной сфере деятельности, а также обладать универсальными и специализированными компетенциями, необходимыми для самоутверждения, социальной мобильности и устойчивости на рынке труда.

**Задачи дисциплины:**

Оздоровительные - укрепление физического и психического здоровья, гармоническое развитие организма, коррекция телосложения, повышение умственной и физической работоспособности.

Образовательные - приобретение необходимых знаний научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни, овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической и психологической подготовки.

Воспитательные - формирование потребности в физическом самосовершенствовании и самовоспитании, воспитании волевых качеств, нравственного поведения, приобретения опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения социальных и профессиональных целей, содействие этическому воспитанию.

**Формируемая компетенция:**

ОК-8: способностью самостоятельно применять методы и средства познания, обучения и самоконтроля для приобретения новых знаний и умений, в том числе в новых областях, непосредственно не связанных со сферой деятельности, развития социальных и профессиональных компетенций.

**Планируемые результаты обучения**

**Знать:** особенности психофизического воздействия на организм условий, характера различных видов профессионального труда по избранной специальности, динамики профессионального утомления для целенаправленного использования средств физической культуры и спорта в целях профилактики и восстановления работоспособности.

**Уметь:** методически обоснованно применять физические упражнения и

другие средства для обеспечения профессиональной работоспособности и предупреждения профессиональных заболеваний и травматизма, профессионального творческого долголетия.

**Владеть:** методикой применения средств физической культуры и отдельных видов спорта для обеспечения психофизической надежности бакалавра и специалиста при выполнении профессиональных видов работ (ППФП); необходимыми психофизическими предпосылками для возможной внутри и меж профессиональной перемене труда в будущем.

**Содержание дисциплины:**

теоретический раздел, практический раздел (легкая атлетика, плавание, баскетбол, волейбол, тяжелая атлетика, настольный теннис, футбол), контрольный раздел.

**Виды учебной работы:** Прикладная физическая культура , методико–практические, лекции, занятия по приему нормативов физической подготовленности, самостоятельная работа студентов.

**Трудоемкость дисциплины:** 2 ЗЕТ.

**Используемые образовательные технологии:** практические занятия, лекции, использование информационно-коммуникационных технологий на базе «MOODLE».

**Формы текущего контроля успеваемости:** прием нормативов физической подготовленности, тестирование.

**Формы промежуточной аттестации:** зачет(3,4).