

**Аннотация к рабочей программе
дисциплины «Физическая культура и спорт»
По направлению подготовки 08.03.01 «Строительство»**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы.

Форма контроля: зачет

Предполагаемые семестры: для заочного отделения – 1,2,3,4; для очного - 1,2,3,4,5,6

Цели и задачи дисциплины: Целью физического воспитания студентов является формирование личности:

А) понимание роли физической культуры в развитии личности и подготовке её к профессиональной деятельности;

Б) знание научно- практических основ физической культуры и здорового образа жизни;

В) овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья;

Г) приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей;

Основная цель курса - развитие и совершенствование психофизических качеств у студентов.

Дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к гуманитарному циклу дисциплин **Б1.Б.21**

Краткое содержание дисциплины:

Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.

Основы здорового образа жизни студента.

Физическая культура в сфере досуговой деятельности.

Личное отношение к здоровью как условие формирования здорового образа жизни.

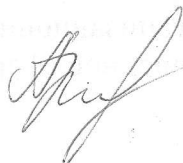
Методические принципы физического воспитания. Методы физического воспитания.

В результате изучения дисциплины бакалавр должен обладать следующими компетенциями:

способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8);

способностью использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций (ОК-9).

Зав. каф. ФСЛ



А.Ю. Арясова