

**Аннотация к рабочей программе
дисциплины «Физическая культура и спорт (элективная дисциплина)»
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:

- 1) знание научно- практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- 2) овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья;
- 3) приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей

Дисциплина «Физическая культура и спорт (элективная дисциплина)» относится блоку -

Краткое содержание дисциплины:

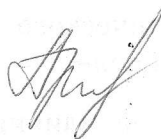
- физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. Ее социально- биологические основы. Физическая культура и спорт как социальные феномены общества. Законодательство Российской Федерации о физической культуре и спорте. Физическая культура личности.
- основы здорового образа жизни студента. Особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности.

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