

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Куижева Саида Казбековна  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 12.04.2023 10:06:02  
Уникальный программный ключ:  
71183e1134ef9cfa69b206d480271b3c1a975e6f

### Аннотация

### к рабочей программе учебной дисциплины Б1.В.16 «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» подготовки бакалавров 20.03.01 «Техносферная безопасность»

**Цель дисциплины:** формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

#### Задачи дисциплины:

- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- 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;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

**В результате изучения дисциплины специалист должен обладать следующими компетенциями:** УК-7.1; УК-7.2.

В результате изучения дисциплины студент должен:

**Знать:** научно-практические основы физической культуры, спорта, здорового образа жизни ;

**Уметь:** творчески использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни;

**Владеть:** системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств (с выполнением установленных нормативов по общей физической подготовке, специальной физической подготовке, профессионально-прикладной физической подготовке, а также норм комплекса ГТО); приобрести личный опыт использования физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных и профессиональных целей.

**Общая трудоемкость дисциплины составляет 340 часов.**

**Виды промежуточной аттестации:** зачет

Разработчик

Е.В. Двойникова

Зав. выпускающей кафедрой

Ю.И. Сухоруких

