

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебная дисциплина Б.1.В.33. Физическая культура (элективная дисциплина)

(шифр и наименование учебной дисциплины)

Направление подготовки 13.03.03 "Энергетическое машиностроение"

(код и наименование направления подготовки)

Профиль "Холодильные машины и установки"

(наименование профиля)

Планируемые результаты обучения по учебной дисциплине:

знать:

- основы здорового образа жизни; основы организации и методики наиболее эффективных видов и форм рациональной двигательной деятельности и умения использовать их на практике в своей физической активности;

- основы методики оздоровления и физического совершенствования традиционными и нетрадиционными способами и методами физической культуры;

- основы профессионально-прикладной физической подготовки и умение применять их на практике;

- основы физического воспитания различных слоёв населения;

- главные ценности физической культуры и спорта.

уметь:

- использовать в своей практической деятельности приобретённые знания основных теоретических положений по физическому воспитанию; -

- развивать общие физические качества с помощью разновидностей упражнений легкой атлетики (бег, прыжки, метания, и др.);

- выполнять тактико-технические приёмы по выбранному виду спорта и иметь навыки судейства (баскетбол, волейбол, футбол, настольный теннис, аэробика, шахматы);

- выполнять базовые комплексы оздоровительного фитнеса и основные акробатические и гимнастические элементы, которые относятся к разновидностям гимнастики;

- планировать физическую нагрузку и осуществлять самоконтроль физического состояния при выполнении силовых упражнений и упражнений с отягощениями;

- использовать комплексы физических упражнений для повышения эффективности труда с учетом особенностей прикладной профессиональной специализированной деятельности.

обладать компетенциями: ОК-8

Основные смысловые модули и темы учебной дисциплины:

1 Легкая атлетика

2. Совершенствование мастерства в избранном виде спорта

Виды учебных занятий по дисциплине

Практические – 432 часа

Форма промежуточной аттестации: зачет.

Разработчик

Федоров Андрей Павлович, к.п.н.

(ФИО, ученая степень, ученое звание научно-педагогического работника)



(подпись)

Заведующий кафедрой

Федоров Андрей Павлович, к.п.н.

(ФИО, ученая степень, ученое звание заведующего кафедрой)



(подпись)