

Аннотация
К рабочей программе дисциплины
«Физическая культура»
Направление подготовки бакалавров
08.03.01 «Строительство»

Цель дисциплины

Формирование мировоззрения и культуры личности, обладающей гражданской позицией нравственными качествами, чувством собственной ответственности, самостоятельностью в принятии решения, инициативой, толерантностью, способностью успешной социализации в обществе, способностью использовать разнообразные формы физической культуры и спорта в повседневной жизни для сохранения и укрепления своего здоровья и здоровья своих близких, семьи и трудового коллектива для качественной жизни эффективной профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины

-понимание социальной значимости физической культуры и ее роли в развитии личности и подготовки к профессиональной деятельности;

-знания биологических, психолого-педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;

-формирование мотивационно целостного отношения к физической культуре установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом

Компетенции, формируемы в результате освоения дисциплин

ОК-8 – способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Разделы дисциплины:

Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов, социально-биологические основы физической культуры, влияние физической культуры, здорового образа жизни на обеспечение здоровья и работоспособности, оздоровительные системы и спорт, совершенствование профессионально значимых двигательных умений и навыков.