

**АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ дисциплины**  
**Б1.Б.18 Физическая культура и спорт**

по направлению подготовки: 22.03.01 «Материаловедение и технологии материалов»  
по профилю «Конструирование и производство изделий из композиционных материалов»

Квалификация выпускника:

БАКАЛАВР Выпускающая кафедра: ТИПиКМ

Кафедра-разработчик рабочей программы: «Физического воспитания и спорта»

**1. Цели освоения дисциплины**

Целями освоения дисциплины «Физическая культура и спорт» являются:

- а) формирование физической культуры личности и способности использования средств физической культуры для сохранения и укрепления здоровья;
- б) понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и ее подготовке к профессиональной деятельности, знание научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- в) обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни.

**2. Содержание дисциплины «Физическая культура и спорт»:**

Физическая культура, ее предмет и место в общечеловеческой культуре.  
Основные понятия физической культуры. Социальные функции физической культуры. Социально-биологические основы физической культуры. Физическая культура личности. Физическая культура в ВУЗах.  
Психофизические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности студентов.  
Основы здорового образа жизни. Врачебный и педагогический контроль.

**3. В результате освоения дисциплины обучающийся должен:**

**1) Знать:**

- а) роль физической культуры в развитии человека, основы физической культуры и здорового образа жизни;
- б) способы укрепления здоровья, повышения физической подготовленности и правила личной гигиены, профилактики травматизма и оказания доврачебной помощи.

**2) Уметь:**

- а) пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием с целью повышения эффективности самостоятельных занятий физической культурой;
- б) проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических качеств, коррекции осанки и телосложения, разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной работоспособности.

**3) Владеть:**

- а) системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья;
- б) использовать физкультурно-спортивную деятельность для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, достижения жизненных и профессиональных целей.

зав. каф. ТИПиКМ



Н.Е.Тимофеев