

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Алейник Станислав Николаевич  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 08.04.2021 18:21:19  
Уникальный программный ключ:  
5258223550ea9fbeb23726a1609b644b73d8986ab6255891f288f913a1354fae

## АННОТАЦИЯ

рабочей программы дисциплины

**«Элективные курсы по физической культуре»**  
направление подготовки 21.03.02 «Землеустройство и кадастры»  
направленность (профиль) «Землеустройство»  
(квалификация выпускника - бакалавр)

### 1. Цель и задачи дисциплины

**Цель изучения дисциплины:** физкультурное образование в вузе является формированием физической культуры личности.

#### **Задачи дисциплины:**

- ✓ осознание студентами роли физической культуры в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- ✓ усвоение научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- ✓ формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание;
- ✓ овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизиологических способностей, качеств и свойств личности;
- ✓ приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

### 2. Место дисциплины в структуре ООП:

Учебная дисциплина относится к вариативной части дисциплин Б1.В.10 учебного плана, обеспечивающей подготовку бакалавра по направлению подготовки 21.03.02 «Землеустройство и кадастры» направленность (профиль) «Землеустройство».

### 3. Требования к результатам освоения дисциплины:

Выпускник должен обладать следующими компетенциями:

- ✓ способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8).

В результате изучения дисциплины студент должен:

### **Знать:**

- ✓ способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности.

### **Уметь:**

- ✓ выполнять индивидуальные комплексы упражнений оздоровительной и адаптивной физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнения атлетической гимнастики;
- ✓ выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации;
- ✓ преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения.

### **Владеть:**

- ✓ средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности.

## **4. Объём дисциплины и виды учебной работы**

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 328 часов. Форма контроля - зачет.

Автор: Самойлов Ю.П., доцент; Герей Л.В., ст. преподаватель.