

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:

5258223550ea9fbeb73776a1609b644b73d8986ab6255891f288f917a1751fae

## АННОТАЦИЯ

рабочей программы дисциплины

**«Физическая культура и спорт»**

направление подготовки 21.03.02 «Землеустройство и кадастры»

направленность (профиль) «Землеустройство»

(квалификация выпускника - бакалавр)

### 1. Цель и задачи дисциплины

**Цель изучения дисциплины:** является 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 жизни и профессиональной деятельности.

#### **Задачи дисциплины:**

- ✓ понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- ✓ знание научно-биологических, педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- ✓ формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям 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 и спорте;
- ✓ приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
- ✓ создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

### 2. Место дисциплины в структуре ООП

Учебная дисциплина относится к базовой части дисциплин Б1.Б.04 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 работать в команде, толерантно воспринимая социальные и культурные различия (ОК-6);
- ✓ способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8).

В результате освоения дисциплины обучающийся 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 72 часа (2 зачётные единицы). Форма контроля - зачет.

Автор: Самойлов Ю.П., доцент.