АННОТАЦИЯ

Дисциплины

«Физическая культура и спорт»

Направление подготовки – 08.03.01 «Строительство»

Квалификация (степень) выпускника – бакалавр

Профили – «Автомобильные дороги», «Водоснабжение и водоотведение», «Промышленное и гражданское строительство».

**1. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы**

Дисциплина «Физическая культура и спорт» (Б1.О.5) к обязательной части блока 1 «Дисциплины (модули)».

**2. Цель дисциплины**

Целью изучения дисциплины является подготовка обучающегося к деятельности в области строительства и жилищно-коммунального хозяйства.

Для достижения поставленной цели решаются следующие задачи:

* освоение практической направленности данного курса;
* приобретение знаний, умений и навыков для применения их в сфере профессиональной деятельности и позволяющих поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине**

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций: УК-7.

**4. Содержание и структура дисциплины**

Основные понятия в области физической культуры и спорта.

Научные основы физической культуры.

Здоровье человека: здоровый образ жизни и его составляющие.

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Общая физическая подготовка, ее цели и задачи.

Специальная физическая подготовка, ее цели и задачи.

Общая психофизиологическая характеристика интеллектуальной деятельности и учебного труда студента.

Физическая культура в профессиональной деятельности, её назначение и средства.

**5. Объем дисциплины и виды учебной работы**

Объем дисциплины – 2 зачетные единицы (72 часа), в том числе:

*для очной формы обучения*

лекции – 16 часов;

практические занятия – 32 часа;

самостоятельная работа – 15 часов;

контроль – 9 час.

Форма контроля знаний – зачет.

*для заочной формы обучения*

лекции – 12 часов;

самостоятельная работа – 56 часов;

контроль - 4 час.

Форма контроля знаний – зачет.