

**АННОТАЦИЯ**  
**рабочей программы дисциплины**  
**Элективные курсы по физической культуре**  
**по направлению подготовки**  
**23.03.02 Наземные транспортно-технологические комплексы**  
**профиль подготовки**  
**Подъемно-транспортные, строительные, дорожные машины и оборудование**  
**Квалификация (степень) выпускника**  
**бакалавр**

**1. Цель дисциплины**

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.

**2. Требования к уровню освоения содержания дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

- стремиться к саморазвитию, повышению своей квалификации и мастерства(ОК-6);
- уметь критически оценивать свои достоинства и недостатки, наметить пути и выбрать средства развития достоинств и устранения недостатков (ОК-7);
- владеть средствами самостоятельного методически правильного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья, готовиться к достижению должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-16).

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

**знать:** научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни

**уметь:** использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни

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

**4. Общая трудоемкость дисциплины** составляет 400 часов, 2 зачетных единиц.

**5. Вид промежуточной аттестации:** зачет

**6. Основные разделы дисциплины:**

- 1 – фитнес-аэробика
- 2 – атлетическая гимнастика
- 3 – лыжная подготовка
- 4 – волейбол
- 5 – баскетбол
- 6 – настольный теннис
- 7 – футбол
- 8 – легкая атлетика

**7. Разработчики:** Колесникова О.А., доцент

Огородникова Н. Л., ст.преподаватель

/ Заведующий кафедрой

Председатель методической комиссии ГПФ

Окоф-

мсар-

Перцева Т.Г.

Ткаченко И.А.