

**Аннотация к рабочей программе дисциплины
Направление подготовки (специальность) 27.03.04 Управление в технических системах**

Автор: Тимофеева Т.В.

Наименование дисциплины: Б1.О.17 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

Цель освоения дисциплины:

- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях 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, определяющих готовность студента к будущей профессии;

- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

1. Требования к результатам освоения дисциплины:

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	УК-3.1 Знает основные приемы и нормы социального взаимодействия; принципы лидерства и формирования команды; технологии межличностной и групповой коммуникации в деловом взаимодействии	<i>Знать:</i> о социально – биологических основах физической культуры, об основах здорового образа и стиля жизни. <i>Уметь:</i> воспитание и совершенствование психофизических способностей и качеств, различных видов физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях.
	УК-3.2 Умеет устанавливать и поддерживать контакты, обеспечивающие успешную работу в коллективе; применять основные методы и нормы социального взаимодействия для реализации своей роли и взаимодействия внутри команды	<i>Владеть:</i> методикой самостоятельных занятий физической культурой и спортом, методами самоконтроля за состоянием своего организма.
	УК-3.3 Владеет навыками социального взаимодействия и командной работы, распределения и реализации оптимальной роли в команде	
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и	УК-7.1 Знает виды физических упражнений; роль и значение физической культуры в жизни человека и общества; научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и	<i>Знать:</i> основные положения о физической культуре в общекультурной и профессиональной подготовке, <i>Уметь:</i> применять систему знаний

профессиональной деятельности	стиля жизни	практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, <i>Владеть:</i> практическими основами физической культуры и спорта,
	УК-7.2 Умеет применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки; использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни	
	УК-7.3 Владеет навыками укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	

2. Содержание дисциплины:

- Тема 1. Легкая атлетика
- Тема 2. ОФП
- Тема 3. Волейбол
- Тема 4. Баскетбол
- Тема 5. Мини-футбол
- Тема 6. Гимнастика
- Тема 7. Лыжный спорт

3. Общая трудоемкость дисциплины: 72 академических часов