

## Аннотация рабочей программы дисциплины

## Б1.О.01.06 «Физическая культура и спорт»

|  |  |
|--|--|
| Код и направление подготовки (специальность) | 08.03.01 Строительство                   |
| Направленность (профиль)                     | Промышленное и гражданское строительство |
| Квалификация                                 | бакалавр                                 |
| Форма обучения                               | очная                                    |
| Год начала подготовки                        | 2020                                     |
| Выпускающая кафедра                          | Строительство                            |
| Кафедра-разработчик                          | Строительство                            |
| Объем дисциплины, ч. / з.е.                  | 72 / 2                                   |
| Форма контроля (промежуточная аттестация)    | зачет, зачет                             |

| Семестр | Час. / з.е. | Лек. зан., час. | Лаб. зан., час. | Практич. зан., час. | КСР | СРС | Форма контроля |
|---------|-------------|-----------------|-----------------|---------------------|-----|-----|----------------|
| 1       | 36 / 1      | 4               | 0               | 32                  | 0   | 0   | зачет          |
| 2       | 36 / 1      | 4               | 0               | 32                  | 0   | 0   | зачет          |
| Итого   | 72 / 2      | 8               | 0               | 64                  | 0   | 0   | зачет, зачет   |

|  |   |
|--|---|
| <b>Универсальные компетенции:</b>        |   |
| УК-7                                     | Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности  |
| УК-7.1                                   | Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности |
| УК-7.2                                   | Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности  |
| УК-7.3                                   | Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности   |
| <b>Общепрофессиональные компетенции:</b> |   |
| не предусмотрены учебным планом          |   |
| <b>Профессиональные компетенции:</b>     |   |
| не предусмотрены учебным планом          |   |

Содержание дисциплины охватывает: научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни; средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни; средства и методы укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценности физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности.

Преподавание дисциплины предусматривает следующие формы организации учебного процесса: лекции и практические занятия.

Программой дисциплины предусмотрены следующие виды контроля: контрольные нормативы и промежуточный контроль в форме зачетов.