

**Аннотация рабочей программы учебной дисциплины  
«Физическая культура и спорт»  
основной профессиональной образовательной программы  
по направлению подготовки: 21.03.01 Нефтегазовое дело**

**1. Цель изучения дисциплины** - формирование у обучающихся психофизической готовности к успешной профессиональной деятельности средствами физической культуры.

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

Дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к обязательной части Блока 1 учебного плана по направлению подготовки 21.03.01 Нефтегазовое дело. Приобретенные навыки могут быть применены при изучении дисциплины «Прикладная физическая культура», «Общая физическая подготовка», «Адаптивная физическая культура».

**3. Результаты освоения дисциплины: формируемые компетенции и индикаторы их достижения**

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции (ИДК)	Код и наименование результата обучения по дисциплине
1	2	3
<b>УК-7</b> Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<b>УК-7.1.</b> Оценка влияния образа жизни на здоровье и физическую подготовку человека	<b>З.1:</b> знать основы физической культуры и спорта, в формировании здорового образа жизни
		<b>У.1:</b> уметь использовать средства и методы физического воспитания для здорового образа жизни
		<b>В.1:</b> владеть современными средствами и методами физкультурно-оздоровительной направленности
	<b>УК-7.2.</b> оценка уровня развития личных физических качеств, показателей собственного здоровья	<b>З.2:</b> знать способы контроля и оценки индивидуального физического развития и физической подготовленности
		<b>У.2:</b> уметь оценить уровень развития физических качеств, согласно возрастных нормативов, и уметь индивидуально дозировать физическую нагрузку
		<b>В.2:</b> владеть техникой выполнения контрольно-тестовых заданий по физической подготовленности и контроля за самочувствием
	<b>УК-7.3.</b> Выбор методов и средств физической культуры и спорта для собственного физического развития, коррекции здоровья и восстановления работоспособности	<b>З.3:</b> знать средства и методы физической культуры и спорта, для формирования собственного здоровья, поддержания физической формы и восстановления работоспособности
		<b>У.3:</b> уметь осуществлять подбор форм двигательной активности и индивидуальных физических упражнений для адаптации организма к физическим нагрузкам и индивидуальным условиям труда, повышении ресурсов здоровья и устойчивости к неблагоприятным факторам внешней среды
		<b>В.3:</b> владеть техникой подбора индивидуальных средств и методов физической культуры и спорта с учетом сохранных ресурсов здоровья, для организации самостоятельных занятий

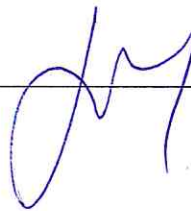
**4. Общая трудоемкость дисциплины** составляет 2 зачетные единицы – 72 часа.

**5. Форма промежуточной аттестации:**

- очная форма обучения: зачет - 1 семестр

**Рабочую программу разработала:** Иванова Н.Л., доцент, к.пед.н, доцент

Руководитель образовательной программы:



Р.Д.Татлыев