

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

**направленность (профиль): Эксплуатация и обслуживание объектов
добычи газа, газоконденсата и подземных хранилищ,
Эксплуатация и обслуживание объектов добычи нефти**

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, направленность (профиль): Бурение нефтяных и газовых скважин. Приобретенные навыки могут быть применены при изучении дисциплины «Прикладная физическая культура» и «Общая физическая подготовка».

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
УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК-6.1 Формулирование целей личностного и профессионального развития, условий их достижения	З.1: знать основы формирования физической культуры личности и здоровьесберегающие условия для достижения личностных и профессиональных целей
		У.1: уметь делать здоровьесберегающие установки, основанные на активном образе жизни.
		В.1: владеть принципами здоровьесбережения посредством формирования физической подготовленности
	УК-6.2 Самооценка, оценка уровня саморазвития в различных сферах жизнедеятельности, определение путей саморазвития	З.2: знать методы оценки физического состояния организма
		У.2: уметь осуществлять контроль и самоконтроль за состоянием организма и подготовленности в активной жизнедеятельности
		В.2: владеть навыками самоконтроля за состоянием организма при использовании физических нагрузок
УК-7 Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Оценка влияния образа жизни на здоровье и физическую подготовку человека	З.1: знать основы физической культуры и спорта, в формировании здорового образа жизни
		У.1: уметь использовать средства и методы физического воспитания для здорового образа жизни
		В.1: владеть современными средствами и методами физкультурно-оздоровительной направленности
	УК-7.2. оценка уровня развития личных физических качеств, показателей собственного здоровья	З.2: знать способы контроля и оценки индивидуального физического развития и физической подготовленности
		У.2: уметь оценить уровень развития физических качеств, согласно возрастным нормативов, и уметь индивидуально дозировать физическую нагрузку
		В.2: владеть техникой выполнения контрольно-тестовых заданий по физической подготовленности и контроля за самочувствием
УК-7.3. Выбор методов и средств	З.3: знать средства и методы физической культуры и спорта, для формирования собственного здоровья,	

	физической культуры и спорта для собственного физического развития, коррекции здоровья и восстановления работоспособности	поддержания физической формы и восстановления работоспособности
		У.3: уметь осуществлять подбор форм двигательной активности и индивидуальных физических упражнений для адаптации организма к физическим нагрузкам и индивидуальным условиям труда, повышению ресурсов здоровья и устойчивости к неблагоприятным факторам внешней среды
		В.3: 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 – 72/72/72 часа.

5. Форма промежуточной аттестации:

- очная форма обучения: зачет - 1 семестр
- заочная форма обучения: зачет – 2 семестр
- очно-заочная форма обучения: зачет –1 семестр

Рабочую программу разработала: Пасько Г.В., ассистент кафедры ПМЕНД.

Заведующий кафедрой ПМЕНД



О.С.Тамер