

**Аннотация рабочей программы учебной дисциплины  
«Прикладная физическая культура»  
основной профессиональной образовательной программы  
по направлению подготовки 20.03.01 Техносферная безопасность  
профиль «Безопасность технологических процессов и производств»**

**1. Целью** изучения дисциплины «**Прикладная физическая культура**» является формирование у обучающихся физической культуры личности и способности творческого применения разнообразных средств физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, повышение функциональной устойчивости и адаптивных ресурсов организма к неблагоприятным условиям труда

**2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы.** Данная дисциплина относится к элективным дисциплинам по физической культуре и спорту Б.1 В/В.1 вариативной части учебного плана, по направлению 20.03.01 Техносферная безопасность, профиль «Безопасность технологических процессов и производств» (академический бакалавриат). Приобретённые навыки могут быть применены при изучении дисциплины «Безопасность жизнедеятельности».

**3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины:** ОК-1 - владение компетенциями сохранения здоровья, знание и соблюдение норм здорового образа жизни и физической культуры.

**4. Требования к результатам освоения дисциплины**

В результате изучения дисциплины обучающийся должен:

**знать:**

- назначение, функции и цель физической культуры в становлении гармонично развитой личности;
- влияние физических упражнений на формирование и совершенствование морфофункциональных возможностей организма человека, в соответствии с предстоящей профессиональной деятельностью;
- основы методологии применения физических упражнений при организации самостоятельных занятий; показания и противопоказания к использованию физических упражнений;
- правила организации соревнований и судейства изучаемых видов спорта;
- показания и противопоказания к использованию физических упражнений при имеющихся ограничениях по здоровью.

**уметь:**

- правильно использовать средства физической культуры для развития физических качеств, необходимых в дальнейшей трудовой деятельности;
- дозировать физическую нагрузку при организации самостоятельных занятий физической культурой;
- использовать оздоровительные силы природы и гигиенические средства для восстановления физических сил;
- использовать физические упражнения для восстановления и поддержания функциональных возможностей, обусловленных наличием ограничений по здоровью.

**владеть:**

- техникой выполнения упражнений, формирующих специальную и профессиональную физическую подготовленность;
- техникой выполнения производственной физической культуры;
- техникой выполнения специальных упражнений, направленных на восстановление психофизического здоровья или компенсацию нарушенных функций;
- владеть санитарно-гигиеническими навыками производственной физической культуры

**5. Общая трудоемкость дисциплины** составляет – 328/328 часов, из них аудиторные занятия – 296/10 часов, самостоятельная работа – 32/318 часов.

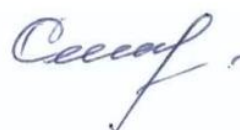
**6. Вид промежуточной аттестации:** зачет – 1-5/3 семестры.

**7. Рабочую программу разработали:**

П.Г. Смирнов, профессор, к.п.н, профессор

С.И. Хромина, доцент, к.б.н, доцент

Заведующий кафедрой ФК и С

 П.Г. Смирнов