

## **Аннотация рабочей программы дисциплины "Элективные курсы по физической культуре"**

**Уровень основной образовательной программы:** бакалавриат

**Направление подготовки:** 05.03.06 Экология и природопользование

**Профиль:** «Природопользование»

**Форма обучения и срок освоения ОПОП:**

очная 4 года,

заочная 5 лет

**Цели освоения учебной дисциплины:** формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки и будущей профессиональной деятельности.

**Требования к результатам освоения дисциплины** в процессе освоения дисциплины формируются следующие компетенции: ОК-8.

**Место дисциплины в учебном плане:** дисциплина вариативной части Б1.В.19.

**Содержание дисциплины:** теоретический раздел - физическая культура в профессиональной подготовке студентов и социокультурное развитие личности студента. Социально-биологические основы адаптации организма человека к физической и умственной деятельности, факторам среды обитания. Образ жизни и его отражение в профессиональной деятельности. Общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе. Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль в процессе занятий. Профессионально-прикладная физическая подготовка будущих специалистов (ППФП); практический раздел (учебно-тренировочные занятия); контрольный раздел (промежуточная аттестация).

**Общая трудоемкость освоения учебной дисциплины составляет:** 328 час.