

## **АННОТАЦИЯ**

учебной дисциплины «Элективные курсы по физической культуре»  
Направление подготовки 14.03.02 «Ядерная физика и технологии»  
Образовательная программа «Инновационные ядерные технологии»

### **Цель изучения дисциплины:**

– формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств и методов физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

### **Задачи изучения дисциплины:**

- сохранение и укрепление здоровья студентов, содействие правильному формированию и всестороннему развитию организма, поддержание высокой работоспособности на протяжении всего периода обучения;

- понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;

- формирование у студентов мотивационно – ценностного отношения к здоровью и занятиям физкультурно – спортивной деятельностью;

- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте;

- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

### **Место дисциплины в структуре образовательной программы:**

Дисциплина реализуется в рамках обязательной части, формируемой участниками образовательных отношений и относится к профессиональному модулю;

изучается на 1-3 курсах в 1-6 семестрах.

### **Общая трудоемкость дисциплины:**

328 академических часа.

### **Компетенции, формируемые в результате освоения учебной дисциплины:**

**УК-7** Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности/

### **Индикаторы достижения компетенций:**

#### **З-УК 7 Знать:**

- виды физических упражнений; роль и значение физической культуры в жизни человека и общества; научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни.

#### **У-УК-7 Уметь:**

- применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности; использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни.

#### **В-УК-7 Владеть:**

- средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

### **Формы итогового контроля:**

1-6 семестр - зачет