АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ		
Шифр, наименование дисциплины (модуля)		Физическая культура (элективная дисциплина)
Направление подготовки	Управление в технических системах	
Наименование ОПОП	23.03.01	
Квалификация (степень) выпускника	бакалавр	
Формы обучения	очная	
Трудоемкость дисциплины (модуля)	328 часов	
Цель освоения дисциплины	Целью освоения дисциплины «Физическая культура» студентами является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и обеспечение психофизической готовности к будущей профессиональной деятельности в строительной отрасли. Создание устойчивой мотивации и потребности к здоровому образу и спортивному стилю жизни, физическому самосовершенствованию, приобретению личного опыта творческого использования ее средств и методов, достижению установленного уровня психофизической подготовленности выпускника.	
Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8).	
Содержание дисциплины	Общее содержание материала программы подразделяется на три основных учебных раздела: - методико- практический, обеспечивающий операционное овладение методами и способами физкультурно – спортивной деятельности для достижения учебных, профессиональных и жизненных целей личности; - учебно – тренировочный, содействующий приобретению опыта творческой практической деятельности, развитию самодеятельности в физической культуре и спорте в целях достижения физического совершенства, повышения уровня функциональных и двигательных способностей, направленного совершенствованию двигательных способностей, направленного на формирование качеств и свойств личности; - контрольный, определяющий объективный учет процесса и результатов учебной деятельности студентов. 1. Методико – практические занятия. Методика жизненно важных навыков, самооценка физического состояния,методика дыхательной гимнастики,методика корригирующей гимнастики для глаз, методика применения средств физической культуры для направленного развития отдельных физических качеств,типы телосложения и правильная осанка, самостоятельные занятия, функциональная подготовленность, самоконтроль и уровень физической подготовки, мышечная релаксация,профессиональное здоровье инженера строителя,психофизическая модель соответствующей специальности, производственная физическая культура,профессионально важные качества,индивидуальная программа. 2 Учебно – тренировочные занятия. Основное, подготовительное и спортивное отделения: избранный вид спорта,легкая атлетика, лыжная подготовка.Общая и специальная физическая подготовка в	

	избранных видах спорта. Совершенствование спортивной подготовленности в избранном виде спорта.Изучение основ спортивной техники. Обучение различным видам бега, направленное на развитие быстроты, общей и специальной выносливости, силы; освоение тактики бега. Совершенствование техники и тактики бега, старта и финиша; аэробных и анаэробных возможностей организма студентов, направленных на развитие и совершенствование профессионально важных качеств. Обучение технике перехода с хода на ход, спусков, поворотов в движении, торможения, преодоления подъемов и препятствий, психофизических качеств и повышение уровня общей работоспособности. Специальное отделение: профилактическая оздоровительная гимнастика, легкая атлетика, скандинавская ходьба.общефизическая подготовка, подвижные и спортивные игры, аэробика. 3. Контрольный раздел. Промежуточный контроль: Студенты, занимающиеся по дисциплине «Прикладная физическая культура» в основном, спортивном и специальном отделениях и освоившие учебную программу, в каждом семестре выполняют зачетные требования по физической культуре. Критерием успешности освоения учебного материала является экспертная оценка преподавателя, учитывающая регулярность посещения обязательных учебных занятий, знаний теоретического раздела программы и выполнение установленных на данный семестр тестов общей физической и спортивно-технической подготовки для отдельных групп различной спортивной направленности. Текущий контроль – семестровый зачет.
Перечень основной литературы	Физическая культура в строительных вузах: Учебник/под ред.Л.М. Крыловой М.:Изд-во АСВ, 2010. Физическая культура и здоровый образ жизни студента. Учебное пособие/Виленский М.Я., Горшков А.Г., М., Изд-во КноРус, 2013.