

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«КАЗАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АРХИТЕКТУРНО-СТРОИТЕЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(КазГАСУ)**



**УТВЕРЖДАЮ**

Проректор по учебной работе

И.Э.Вильданов

06 \_\_\_\_\_ 2018 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Б1.В.ДВ Элективные курсы по физической культуре и спорту**

**Направление подготовки**

54.03.01 Дизайн

**Направленность (профиль)**

«Графический дизайн»

**Квалификация выпускника**

бакалавр

**Форма обучения**

Очная

**Год набора 2016,2017,2018**

**Кафедра**  
физического воспитания  
и спорта

г. Казань - 2018 г.

Рабочая программа дисциплины разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 54.03.01 «Дизайн» (уровень бакалавриата), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «11» августа 2016г. № 1004 и рабочим учебным планом КазГАСУ.

**Разработал:**

доцент кафедры  
физического воспитания и спорта  
к.п.н., доцент Болотников А.А.

Рассмотрена и одобрена на заседании кафедры

«Физического воспитания и спорта»

« 06 » 06 2018 г.

Протокол № 11

Заведующий кафедрой

 / Калманович В.Л. /

**СОГЛАСОВАНО:**

Председатель методической комиссии

Института архитектуры и дизайна

« 19 » 06 2018 г.

Протокол № 4

 / Аитов Р.Р. /

(подпись)

Руководитель ОПОП

 / Кошкин Д.Ф. /

(подпись)

### Аннотация рабочей программы дисциплины

<p>Дисциплина «Элективные курсы по физической культуре и спорту»  место дисциплины – дисциплины по выбору Блока 1. Дисциплины (модули)  трудоёмкость - 328 часов  форма аттестации - зачет</p>	
<p>Цель освоения дисциплины</p>	<p>формирование социально - личностных компетенций студентов, обеспечивающих целевое использование разнообразных средств физической культуры спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.</p>
<p>Компетенции, формируемые в результате освоения дисциплины</p>	<p>ОК-8 способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p>
<p>Знания, умения и навыки, получаемые в процессе освоения дисциплины</p>	<p>Знать:  - основы физической культуры и здорового образа жизни  Уметь:  - использовать методы физического воспитания для достижения должного уровня физической подготовки для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.  Владеть:  - системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование физических качеств.</p>
<p>Краткая характеристика дисциплины (основные блоки и темы)</p>	<p>Раздел 1. Теоретический  Социально-экологические факторы и человеческий организм.  Здоровый образ жизни студентов. Физическая культура в обеспечении здоровья.  Психофизиология учебного труда и интеллектуальной деятельности  средства физической культуры в оптимизации работоспособности студентов и в профилактике нервно-эмоционального утомления.  Основы методики спортивной тренировки.  Методика самостоятельных занятий физическими упражнениями и спортом.  Врачебный контроль и самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом.  Массовый спорт и спорт высших достижений.  Реабилитация в физкультурно-спортивной и профессиональной деятельности.  Профессионально-прикладная физическая культура инженера-строителя.  Профессиональная психофизическая готовность инженера-строителя.  Раздел 2. Практический  Атлетическая подготовка, Баскетбол, Волейбол, Гимнастика, Гиревой спорт, Легкая атлетика, Лыжная подготовка, Футбол.</p>