

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФИЛИАЛ ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО АВТОНОМНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«Национальный исследовательский технологический университет «МИСИС»
в г. Губкине Белгородской области (ГФ НИТУ «МИСИС»)

рабочая программа утверждена
решением Ученого совета
ГФ НИТУ «МИСИС»
от «28» июня 2024 г.
протокол № 6

Аннотация рабочей программы дисциплины **Физическая культура и спорт**

| | |
|------------------------|--|
| Закрепленная кафедра | <u>Кафедра горного дела</u> |
| Направление подготовки | <u>21.05.04 Горное дело</u> |
| Специализация | Подземная разработка месторождений полезных ископаемых |
| Квалификация | <u>Горный инженер (специалист)</u> |
| Форма обучения | <u>Очная</u> |
| Общая трудоемкость | <u>2 ЗЕТ</u> |

Часов по учебному плану 72
в том числе:

Формы контроля:
зачет в первом семестре

| | |
|------------------------|-----------|
| аудиторные занятия | <u>18</u> |
| самостоятельная работа | <u>54</u> |
| часов на контроль | <u>-</u> |

Семестр(ы) изучения 1

Распределение часов дисциплины по семестрам

| Семестр | 1 | | Итого |
|------------------|----|----|-------|
| | УП | РП | |
| Вид занятий | | | |
| Лекции | - | - | - |
| Практические | 18 | 18 | 18 |
| Лабораторные | - | - | - |
| Итого ауд. | 18 | 18 | 18 |
| Сам. работа | 54 | 54 | 54 |
| Часы на контроль | - | - | - |
| Итого: | 72 | 72 | 72 |

Год набора 2024

ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ

Цель дисциплины – формирование физической культуры личности, наличие которой обеспечивает готовность к профессиональной деятельности, включение в здоровый образ жизни, систематическое физическое самосовершенствование.

Задачи дисциплины:

- Укреплять здоровье студентов, повышать и поддерживать на оптимальном уровне физическую и умственную работоспособность, психомоторные навыки.
- Развивать и совершенствовать основные физические, прикладные психические и специальные качества, необходимые в будущей профессиональной деятельности специалиста, поддерживая их на протяжении всех лет обучения в вузе.
- Вырабатывать ценностные установки на качественное применение средств и методов физической культуры как неотъемлемого компонента здорового образа жизни, фактора общекультурного развития и овладения медицинской профессией.
- Сформировать психофизический статус личности будущего специалиста по содержанию его двигательной активности.
- Прививать знания и обучать практическим навыкам использования нетрадиционных средств физической культуры для укрепления и восстановления здоровья.

ИНДИКАТОРЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ, СОВМЕЩЕННЫЕ С РЕЗУЛЬТАТАМИ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

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

| | |
|------------------|--|
| Знать: | З-1. влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; З-2. способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; З-3. правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности. |
| Уметь: | У-1. преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения; У-2. осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой; У-3. организовать режим дня в соответствии с критериями здорового образа жизни; |
| Владеть навыком: | Н-1. применения средств физической культуры для повышения устойчивости к различным условиям внешней среды; |