АННОТАЦИЯ

дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту»

Объем трудоемкости: *328 часов самостоятельной практической работы*

Цель освоения дисциплины

Формирование физической культуры студента как системного, интегративного качества личности и способности целенаправленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины

- сформировать умения и навыки рационального использования средств и методов физической культуры и спорта для поддержания должного уровня физической подготовленности и организации здорового образа жизни;
- развить физические качества и двигательные способности, необходимые для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;
- сформировать профессионально-прикладные двигательные умения и навыки;
- повысить уровень физического (соматического) здоровья и функциональной устойчивости организма к неблагоприятному воздействию факторов внешней среды и специфических условий трудовой деятельности.

Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина Б1.В.ДВ.20 «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» входит в Блок Б.1 «Дисциплины (модули). Вариативная часть» учебного плана.

Требования к уровню освоения дисциплины

Процесс изучения данной дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-8.

№ п п	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	**уметь**	**владеть**
1	ОК-8	способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	научно-практические основы физической культуры и спорта для достижения и поддержания должного уровня физической подготовленности, обеспечивающего полноценную социальную и профессиональную деятельность.	рационально использовать средства и методы физической культуры и спорта для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, организации здорового образа жизни и полноценной социальной и профессиональной деятельности.	прикладными двигательными умениями и навыками, способствующими освоению профессии и их самостоятельному использованию в режиме труда и отдыха в зависимости от характера и условий труда; физическими и психическими качествами, необходимыми будущему специалисту.

Основные разделы дисциплины

Объем дисциплины составляет 328 самостоятельных практических часов, их распределение по видам работ представлено в таблице (для студентов ЗФО)

Вид учебной работы		Всего часов	Семестры					
			1	2	3	4	5	6
Самостоятельная работа (всего):		328	36	34	72	68	64	54
В том числе:								
Самостоятельные практические занятия (ПЗ):		328	36	34	72	68	64	54
Баскетбол Волейбол Бадминтон Общая физическая и профессионально-прикладная подготовка Футбол Легкая атлетика Атлетическая гимнастика Аэробика и фитнес-технологии Единоборства Плавание Физическая рекреация*								
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)		-	-	-	-	-	-	-
Общая трудоем-кость	час.	328	36	34	72	68	64	54
	в том числе контактная работа							

* для студентов-инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Курсовые работы: *не предусмотрены*

Форма проведения аттестации по дисциплине «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту»: *не предусмотрена.*

Основная литература:

1. Бегидова, Т. П. Основы адаптивной физической культуры: учебное пособие для вузов [Электронный ресурс] / Т. П. Бегидова. 2-е изд., испр. и доп. М.: Издательство Юрайт, 2017. 188с. (Серия: Университеты России). ISBN 978-5-534-04932-9. Режим доступа: https://biblio-online.ru/viewer/2B7A64A5-0F1A-4365-8987-4E59F8984293#page/1.

2. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник / С.П. Евсеев. – М.: Спорт, 2016. - 616 с.: ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-906839-42-8; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454238.

3. Иванков, Ч. Технология физического воспитания в высших учебных заведениях: учебное пособие для студентов вузов / Ч. Иванков, С.А. Литвинов. – М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2015. - 304 с.: ил. - ISBN 978-5-691-02197-8; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429625.

4. Третьякова, Н. В. Теория и методика оздоровительной физической культуры: учебное пособие [Электронный ресурс]/ Н.В. Третьякова, Т. В. Андрюхина, Е. В. Кетриш.- М.: Спорт, 2016; 281с.– URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_view_red&book_id=461372#

Для освоения дисциплины инвалидами и лицами с ОВЗ имеются издания в электронном виде в электронно-библиотечных системах «Университетская библиотека ONLINE»**,** *«Лань» и «Юрайт».*