

# АННОТАЦИЯ

## ДИСЦИПЛИНЫ

### «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» Б.1.ДВ. 18

#### Направление подготовки 42.03.01 Реклама и связи с общественностью (ЗФО)

Объем трудоемкости: 328 часов самостоятельной практической работы.

Формы аттестации и контроля – не предусмотрены.

#### Цель освоения дисциплины

Достижение и поддержание должного уровня физической подготовленности для полноценной социальной и профессиональной деятельности.

#### Задачи дисциплины

- формирование умения рационально использовать средства и методы физической культуры и спорта для поддержания должного уровня физической подготовленности;
- целенаправленное развитие физических качеств и двигательных способностей, необходимых для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;
- формирование и совершенствование профессионально-прикладных двигательных умений и навыков;
- повышение функциональной устойчивости организма к неблагоприятному воздействию факторов внешней среды и специфических условий трудовой деятельности;
- формирование способности организовать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни.

#### Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» относится к вариативной части Блока 1 «Дисциплины (модули)» учебного плана.

#### Требования к уровню освоения дисциплины

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих общекультурных 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, профессионально – прикладной физической подготовки, которые обеспечивают психофизическую готовность к будущей профессии.	целенаправленно использовать средства, методы физического культуры и спорта для повышения и поддержания уровня физической подготовленности, профессионально - личного развития и здоровой жизнедеятельности	прикладными умениями и двигательными навыками для их самостоятельного использования в режиме труда и отдыха.

## Основные разделы дисциплины

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

Вид самостоятельной работы	Всего часов	1-5 курс				
		1	2	3	4	5
<b>Контактная работа, в том числе:</b>						
<b>Аудиторные занятия (всего):</b>	-	-	-	-	-	-
В том числе:						
Практические занятия (ПЗ):	-	-	-	-	-	-
Баскетбол Волейбол Бадминтон Общая физическая и профессионально-прикладная подготовка Футбол Легкая атлетика Атлетическая гимнастика Аэробика и фитнес-технологии Единоборства Плавание Физическая рекреация*						
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	328	-	-	-	-	-
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	-	-	-	-	-	-
Общая трудоемкость	час. 328	-	-	-	-	-
	в том числе контактная работа	-	-	-	-	-

**Курсовые работы:** не предусмотрены. Формы аттестации не предусмотрены.

## Основная литература:

1. Здоровье и физическая культура студента [Электронный ресурс]: учебное пособие / В.А. Бароненко, Л.А. Рапопорт. - 2-е изд., перераб. - М.: Альфа-М: НИЦ ИНФРА-М, 2013. - 336 с.: ил; 60x90 1/16. (переплет) ISBN 978-5-98281-157-8. Режим доступа: <http://znanium.com/bookread2.php?book=417975>.
2. Минникаева, Н.В. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебное пособие / Н.В. Минникаева ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Кемеровский государственный университет». - Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. - 142 с.: ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-

8353-1669-4; То же [Электронный ресурс]. -

URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278495> (04.12.2018).

3. Муллер, А. Б. Физическая культура студента [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко, А. Ю. Близневский. - Красноярск: Сибирский федеральный университет, 2011. - 172 с. - ISBN 978-5-7638-2126-0. - Режим доступа: <http://znanium.com/bookread2.php?book=443255>

*\*Для освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья имеются издания в электронном виде в электронно-библиотечных системах «Лань», «Юрайт», «Знание».*

Авторы: Доцент Алферова И.А., Ст. преподаватель Харьковская Е.В.