

# 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 работы.*

*Формы аттестации и контроля – не предусмотрено.*

#### **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 практических часов (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. Евсева, О.Э. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре [Электронный ресурс] : учебник / О.Э. Евсева, С.П. Евсеев ; под ред. Евсева С.П.. — Электрон. дан. — Москва : Советский спорт, 2013. — 388 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/51781>. — Загл. с экрана.
2. 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>.

3. Физическая культура студентов специального учебного отделения: учебное пособие / Л.Н. Гелецкая, И.Ю. Бирдигулова, Д.А. Шубин, Р.И. Коновалова; Министерство образования и науки Российской Федерации, Сибирский Федеральный университет. - Красноярск: Сибирский федеральный университет, 2014. - 219 с.: табл., схем. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-7638-2997-6; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364606>.

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

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