

АННОТАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

«Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» Направление подготовки 46.03.01 История Б.1.В.ДВ.15 (Историческое образование) ОФО

*Объем трудоемкости: 328 часов аудиторной работы (практических 328 часов).
Форма аттестации – зачет.*

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, ОК-9.

№ 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	целенаправленно использовать средства, методы физического культуры и спорта для повышения и поддержания уровня физической подготовленности, профессионально - личностного развития и здоровой жизнедеятельности	прикладными умениями и двигательными навыками для их самостоятельного использования в режиме труда и отдыха.

№ п/ п	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть
			готовность к будущей профессии.		
2	ОК-9	Способностью использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций.	основы оказания первой помощи и методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций.	применять знания в области оказания первой помощи при несчастных случаях, травмах, отравлениях и других состояниях, угрожающих жизни и здоровью; а так же правильно действовать в условиях чрезвычайных ситуаций.	умениями оказания первой помощи в ситуациях, угрожающих жизни и здоровью.

Основные разделы дисциплины

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

Вид учебной работы		Всего часов	Семестры					
			1	2	3	4	5	6
Контактная работа, в том числе:								
Аудиторные занятия (всего):		328	58	54	54	54	54	54
В том числе:								
Практические занятия (ПЗ):		328	58	54	54	54	54	54
Баскетбол Волейбол Бадминтон Общая физическая и профессионально-прикладная подготовка Футбол Легкая атлетика Атлетическая гимнастика Аэробика и фитнес-технологии Единоборства Плавание Физическая рекреация*								
Самостоятельная работа (всего)		-	-	-	-	-	-	-
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)		зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет
Общая трудоемкость	час.	328	58	54	54	54	54	54
	в том числе контактная работа	328	58	54	54	54	54	54

Курсовые работы: не предусмотрены.

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

Основная литература:

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник. / Под редакцией: Арустамов Э. А. Издательство: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2018.
2. Горбунова Л. Н., Батов Н. С. Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие. Издательство: СФУ, 2017.
3. Третьякова Н. В., Андрюхина Т. В., Кетриш Е. В. Теория и методика оздоровительной физической культуры: учебное пособие; М.: Спорт, 2016; 281с. http://biblioclub.ru/index.php?page=book_view_red&book_id=461372#

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

Авторы: доцент, к.п.н., Дорошенко В.В..