АННОТАЦИЯ

рабочей программы дисциплины

«Б.1.ДВ.05 Элективные дисциплины по физической культуре и спорту»

(код и наименование дисциплины)

Направление подготовки/специальность

42.03.02. Журналистика (ОФО)

(код и наименование направления подготовки/специальности)

Объем трудоемкости:
328 практических часов.

Цель 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 в структуре ООП ВО
Дисциплина «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» не включается в объём программы бакалавриата, является обязательной для освоения в рамках элективных дисциплин (модулей) учебного плана в очной форме обучения.
Требования к уровню освоения дисциплины
Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций: *УК-7.* Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
Основные разделы дисциплины:
Баскетбол, волейбол, бадминтон, общая физическая и профессионально-прикладная подготовка, футбол, легкая атлетика, атлетическая гимнастика, аэробика и фитнес-технологии, единоборства, плавание, физическая рекреация.*

Курсовые работы: *не предусмотрены.*

Форма проведения аттестации по дисциплине: ***зачёт.***

Авторы: Алферова И.А., к.п.н., доцент; Харьковская Е.В., ст. преподаватель.