

## АННОТАЦИЯ

### Дисциплины Б1.В.ДВ11.Элективные дисциплины по физической культуре и спорту»

Направление подготовки 40.03.01 Юриспруденция

Направленность (профиль) -гражданско-правовой

**Объем трудоемкости:** 328 часов

**Цель освоения дисциплины** Дисциплина **Б1.В.ДВ11 Элективные дисциплины по физической культуре и спорту** направлена на формирование у обучающихся способности использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

**Задачи дисциплины.** Задачи изучения дисциплины вытекают из требований к результатам освоения и условиям реализации основной образовательной программы и компетенций, установленных Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению «Юриспруденция». В ходе изучения дисциплины ставятся задачи: обобщить и систематизировать знания о социальной роли физической культуры в развитии личности и ее подготовки к профессиональной деятельности; о социально-биологических основах адаптации организма человека к физической и умственной деятельности, факторам среды обитания; об основах здорового образа жизни для их применения в социальной и профессиональной деятельности

#### **Место дисциплины в структуре образовательной программы**

Элективные дисциплины по физической культуре и спорту реализуются в объеме не менее 328 академических часов. Указанные академические часы являются обязательными для освоения и в зачетные единицы не переводятся.

#### **Требования к результатам освоения дисциплины:**

Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование у обучающихся общекультурных компетенций

Коды компетенций	Название компетенции	Краткое содержание / определение и структура компетенции (знать, уметь, владеть). Характеристика (обязательного) порогового уровня сформированности компетенции у выпускника вуза
ОК-8	способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<b>Знать:</b> научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни. <b>Уметь:</b> использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни. <b>Владеть:</b> средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности
ОК-9	способностью использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных	<b>Знать:</b> теоретические основы безопасности жизнедеятельности в системах «среда – человек – машина»; «среда обитания – человек», правовые, нормативно – технические и организационные основы безопасности жизнедеятельности, последствия воздействия

	ситуаций	<p>на человека травмирующих, вредных и опасных факторов чрезвычайных ситуаций, средства и методы повышения безопасности и экологичности технических средств и технологических процессов.</p> <p><b>Уметь:</b> проводить контроль параметров среды обитания (рабочей среды) и уровня негативных воздействий среды обитания на человека, эффективно применять средства защиты человека от негативных воздействий, проводить расчет обеспечения условий безопасной жизнедеятельности.</p> <p><b>Владеть:</b> навыками проведения контроля параметров среды обитания (рабочей среды) и уровня негативных воздействий среды обитания на человека, расчета параметров рабочей зоны помещений, защиты от негативных факторов.</p>
--	----------	--

**Основные разделы дисциплины:**

№ раздела	Наименование дисциплин	Количество часов							
		Всего	Практические занятия						
			1сем	2сем	3сем	4сем	5сем	6сем	7 сем
	Элективные дисциплины по физической культуре и спорту	328	54	54	54	54	40	36	36
Б1.В.ДВ.11.01	Аэробика и фитнес-технологии.								
Б1.В.ДВ.11.02	Общая физическая и профессионально-прикладная подготовка								
Б1.В.ДВ.11.03	Настольный теннис								
Б1.В.ДВ.11.04	Шахматы								
Б1.В.ДВ.11.05	Физическая рекреация								
Всего		328	54	54	54	54	40	36	36

**Курсовые работы:** не предусмотрена.

**Форма проведения аттестации по дисциплине:** зачет

**Основная литература:**

1. Стриханов, Михаил Николаевич. Физическая культура и спорт в вузах : учебное пособие / М. Н. Стриханов, В. И. Савинков. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2019. - 160 с. - URL: <https://biblio-online.ru/book/fizicheskaya-kultura-i-sport-v-vuzah-430716> .

2. Физическая культура : учебник и практикум для прикладного бакалавриата / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко и др. - Москва : Юрайт, 2019. - 424 с. - URL:[https://biblio-online.ru/viewer/fizicheskaya-kultura-431985?share\\_image\\_id=#page/1](https://biblio-online.ru/viewer/fizicheskaya-kultura-431985?share_image_id=#page/1) .
3. Письменский, Иван Андреевич. Физическая культура : учебник для академического бакалавриата / И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов. - Москва : Юрайт, 2019. - 493 с. - URL:[https://biblio-online.ru/viewer/fizicheskaya-kultura-431427?share\\_image\\_id=#page/1](https://biblio-online.ru/viewer/fizicheskaya-kultura-431427?share_image_id=#page/1) .