

Аннотация к рабочей программы дисциплины
Б1.В.ДВ.09 «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту»
(код и наименование дисциплины)

Объем трудоемкости: 328 часов аудиторной работы (практических 328 часов)

Цель дисциплины: Достижение и поддержание должного уровня физической подготовленности, обеспечивающего полноценную социальную и профессиональную деятельность.

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 образовательной программы

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

Дисциплиной, предшествующей «Элективным дисциплинам по физической культуре и спорту» является предмет «Физическая культура и спорт» в котором изучаются научные основы физической культуры и спорта, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Требования к уровню освоения дисциплины

Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций:

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	
ИУК-7.2. Выполняет индивидуально подобранные комплексы оздоровительной или адаптивной физической культуры.	<p>Знает: – научно-практические основы физической культуры и спорта, профессионально - прикладной физической подготовки, обеспечивающие готовность к достижению и поддержанию должного уровня физической подготовленности;</p> <p>– влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;</p> <p>– способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;</p> <p>- основы планирования и проведения индивидуальных занятий различной целевой направленности.</p>
	<p>Умеет: – целенаправленно использовать средства и методы физической культуры и спорта для повышения и поддержания уровня физической подготовки и профессионально - личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа жизни;</p>

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине
	<ul style="list-style-type: none"> – планировать и проводить занятия по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; – выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной физической культуры, различной целевой направленности. <p>Владеет: – системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками организации и методикой проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями различной целевой направленности; – опытом спортивной деятельности и физического самосовершенствования и самовоспитания.

Содержание дисциплины:

Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины.

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры						
		1	2	3	4	5	6	
Контактная работа, в том числе:								
Аудиторные занятия (всего):	328	56	68	68	68	68	-	
В том числе:								
Практические занятия (ПЗ):	328	56	68	68	68	68	-	
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	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет		
Общая трудоемкость	час.	328	56	68	68	68	68	-
	в том числе контактная работа	328	56	68	68	68	68	-

Курсовые работы: не предусмотрены

Форма проведения аттестации по дисциплине: зачет.

Автор: доцент кафедры физвоспитания Кожанов Г.С.