

АННОТАЦИЯ

Дисциплины Б1.В.ДВ.04 Элективные дисциплины по физической культуре и спорту

Направление подготовки: 40.03.01 Юриспруденция

Направленность (профиль): Гражданско-правовой

Объем трудоемкости: общая трудоёмкость дисциплины составляет 328 часов. Вид промежуточной аттестации - зачет.

Цели и задачи изучения дисциплины

Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» является формирование личности студенческой молодежи и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности, достижение и поддержание должного уровня физической подготовленности, обеспечивающего полноценную социальную и профессиональную деятельность.

Воспитательная цель – развитие личности гражданина, ориентированной на традиционные культурные, духовные и нравственные ценности российского общества, способной к активной социальной адаптации в обществе и самостоятельному жизненному выбору, к началу трудовой деятельности и продолжению профессионального образования, к самообразованию и самосовершенствованию.

Задачи дисциплины

Для достижения поставленной цели, предусматривается решение следующих задач:

- понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовки к профессиональной деятельности;
- знание научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-целостного отношения к физической культуре, установки на здоровый образ жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной подготовки, определяющей готовность студента к будущей профессии;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей;
- владение психолого-педагогическими методами оценки собственной педагогической деятельности, межличностных отношениях в педагогическом коллективе и личностными особенностями обучающихся с целью их совершенствования, методами управления групповыми процессами в учебном коллективе.

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.

Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы. Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование у обучающихся профессиональных компетенций:

Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы.
Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование у обучающихся профессиональных компетенций: УК-7.1; УК-7.2

| | |
|--|--|
| УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | |
| ИУК-7.1. Понимает влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний | ИУК-7.1.3-1 Знает научно-практические основы физической культуры и спорта для укрепления здоровья, профилактики профессиональных заболеваний. |
| | ИУК-7.1.У-1 Умеет целенаправленно использовать знания в области оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний. |
| | ИУК-7.1.У-2 Владеет навыками организации и методику проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями различной целевой направленности. |
| ИУК-7.2. Выполняет индивидуально подобранные комплексы оздоровительной или адаптивной физической культуры | ИУК-7.2.3-1 Знает научно-практические основы оздоровительных систем физического воспитания и их влияние на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний |
| | ИУК-7.2.У-1. Умеет целенаправленно использовать доступные виды спорта, рекреационные формы физического воспитания для поддержания должного уровня физической подготовленности, профилактики профессиональных заболеваний. |

Структура и содержание дисциплины.

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

| | |
|--|--|
| УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | |
| ИУК-7.1. Понимает влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний | ИУК-7.1.3-1 Знает научно-практические основы физической культуры, спорта и здорового образа жизни необходимые для эффективной организации своей повседневной и профессиональной деятельности. |
| | ИУК-7.1.У-1 Умеет рационально использовать знания в области физической культуры и спорта для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни |

Структура дисциплины

Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 328 часов, их распределение по видам работ представлено в таблице.

| Вид учебной работы | Всего часов | В семестре | | | | | | |
|--|-------------|------------|-------|-------|-------|-------|--|--|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | |
| Контактные (Аудиторные) занятия (всего) | 328 | 56 | 68 | 68 | 68 | 68 | | |
| В том числе: | | | | | | | | |
| Занятия лекционного типа | | | | | | | | |
| Занятия практического типа | 328 | 56 | 69 | 68 | 68 | 68 | | |
| Лабораторные занятия | | | | | | | | |
| КСР | | | | | | | | |
| Самостоятельная работа (всего) | - | | | | | | | |
| В том числе: | | | | | | | | |
| Курсовая работа | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| Промежуточная аттестации (зачет) | | зачет | зачет | зачет | зачет | зачет | | |
| Общая трудоемкость час | 328 | | | | | | | |

Курсовые не предусмотрены.

Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины.
Разделы дисциплины, изучаемые в 1-6 семестре (*очная форма*)

| № раздела | Наименование дисциплин | Количество часов | | | | | | | |
|---------------|--|------------------|----------------------|------|------|------|------|--|--|
| | | Всего | Практические занятия | | | | | | |
| | | | 1сем | 2сем | 3сем | 4сем | 5сем | | |
| | Элективные дисциплины по физической культуре и спорту | 328 | 56 | 69 | 68 | 68 | 68 | | |
| 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 | 56 | 69 | 68 | 68 | 68 | | |

Перечень основной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

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 .
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 .