

**Аннотация к рабочей программе дисциплины
Б1.В.ДВ.04 Элективные дисциплины по физической культуре и спорту**

Общая трудоёмкость дисциплины составляет: для ОФО (328 часа)

1.1 Цель освоения дисциплины: является формирование физической культуры студента как системного и интегративного качества личности, неотъемлемого компонента общей культуры будущего специалиста, способного реализовывать ее в учебной, социально-профессиональной деятельности и в семье.

1.2 Задачи дисциплины:

-включение обучающихся в реальную физкультурно-спортивную практику по творческому освоению ценностей физической культуры, ее активного использования во всестороннем развитии личности;

-содействие разностороннему развитию организма, сохранению и укреплению здоровья, повышению их уровня общей физической подготовленности, развитию профессионально важных физических качеств и психомоторных способностей будущих специалистов;

-овладение системно упорядоченным комплексом знаний, охватывающих философскую, социальную, естественнонаучную и психолого-педагогическую тематику, тесно связанную с теоретическими, методическими и организационными основами физической культуры;

-формирование потребности в физическом самосовершенствовании и поддержании высокого уровня здоровья через сознательное использование всех организационно-методических форм занятий физкультурно-спортивной деятельностью;

-формирование навыков самостоятельной организации досуга с использованием средств физической культуры и спорта;

-овладение основами семейного физического воспитания, бытовой физической культурой.

1.3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений, Блока 1 «Дисциплины (модули)» учебного плана. В соответствии с рабочим учебным планом дисциплина изучается на первом и втором курсе по очной и очно-заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: зачет.

Требования к уровню освоения дисциплины

1.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

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.	

<p>ИУК-7.2. Выполняет индивидуально подобранные комплексы оздоровительной или адаптивной физической культуры.</p>	<p>Знает: – научно-практические основы физической культуры и спорта, профессионально - прикладной физической подготовки, обеспечивающие готовность к достижению и поддержанию должного уровня физической подготовленности; – 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> <p>– планировать и проводить занятия по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности;</p> <p>–выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной физической культуры, различной целевой направленности.</p>
	<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> <p>– навыками организации и методикой проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями различной целевой направленности;</p> <p>– опытом спортивной деятельности и физического самосовершенствования и самовоспитания.</p>

Результаты обучения по дисциплине достигаются в рамках осуществления всех видов контактной и самостоятельной работы обучающихся в соответствии с утвержденным учебным планом.

Индикаторы достижения компетенций считаются сформированными при достижении соответствующих им результатов обучения.

Содержание дисциплины

Общая трудоёмкость дисциплины составляет: для ОФО (328 часа).

Виды работ		Всего часов	Форма обучения				
			Очная и заочная				
		ОФО/ОЗФО	1 Семестр (часы)	2 Семестр (часы)	3 Семестр (часы)	4 Семестр (часы)	
Контактная работа, в том числе:		132	34	34	34	30	
Аудиторные занятия (всего):		132	34	34	34	30	
занятия лекционного типа		-	-	-	-	-	-
лабораторные занятия		-	-	-	-	-	-
практические занятия		132	34	34	34	30	
семинарские занятия		-	-	-	-	-	-
Иная контактная работа:		-	-	-	-	-	-
Контроль самостоятельной работы (КСР)		-	-	-	-	-	-
Промежуточная аттестация (ИКР)		-	-	-	-	-	-
Самостоятельная работа, в том числе:		196/328	48/82	48/82	48/82	52/82	
Подготовка к текущему контролю		-	-	-	-	-	-
Контроль:		-	-	-	-	-	-
Подготовка к экзамену		-	-	-	-	-	-
Общая трудоёмкость	час.	132	34	34	34	30	
	в том числе контактная работа	132	34	34	34	30	
	зач. ед						

Примечание: Л – лекции, СЗ – занятия семинарского типа (практические занятия),
ЛР – лабораторные занятия, СРС – самостоятельная работа студента

Курсовые работы: не предусмотрено

Форма проведения аттестации по дисциплине: зачёт

Автор: Брусенцов С.Г.