

Аннотация к рабочей программе дисциплины

Автор И.В.Комиссаров, преподаватель

Наименование дисциплины: Б1.В.22 Элективные курсы по физической культуре и спорту

Цель освоения дисциплины:

-понимание роли физической культуры в развитии личности и подготовки ее к профессиональной деятельности;

-знание научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни;

-формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях 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 физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;

- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

1. Требования к результатам освоения дисциплины:

Индекс и содержание компетенции	Знания	Умения	Навыки и (или) опыт деятельности
ОК-8 способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной	Этап1: знать основные положения о физической культуре в общекультурной и профессиональной подготовке студентов, о социально-биологических основах физической культуры, об основах здорового образа и стиля жизни	Этап 1: уметь применять систему знаний, практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, воспитание и совершенствование психофизических способностей качеств	Этап 1: владеть практическим и навыками основ физической культуры

деятельности	Этап 2: об оздоровительных системах, о профессионально-прикладной физической подготовке студентов, об общедоступном и профессиональном спорте	Этап 2: уметь применять различные виды физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях	Этап 2: практически и методами основ физической культуры
--------------	---	---	--

2.Содержание дисциплины:

Раздел 1 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 1-5 Легкая атлетика

Тема 6-10 Волейбол

Тема 11-14 Баскетбол

Раздел 2 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 15-19 Спортивные игры (футбол)

Тема 20-22 Гимнастика

Тема 23-29 Легкая атлетика

Раздел 3 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 1 Легкая атлетика

Тема 2-5 Волейбол

Раздел 4 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 6 Спортивные игры (футбол)

Тема 7 Гимнастика

Тема 8-10 Легкая атлетика

Раздел 5 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 30-34 Легкая атлетика

Тема 35-40 О.Ф.П.

Тема 41-42 Гимнастика

Тема 43-46 Спортивные игры (футбол)

Раздел 6 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 47-52 Баскетбол

Тема 53-58 Волейбол

Тема 59-64 Легкая атлетика

Раздел 7 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 11 Легкая атлетика

Раздел 8 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 65-67 Легкая атлетика

Тема 68 Волейбол

Тема 69 Баскетбол

Раздел 9 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 70-74 Спортивные игры (футбол)

Тема 75-76 Гимнастика

Тема 77-80 О.Ф.П.

Раздел 10 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 12-14 Баскетбол

Раздел 11 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 15-16 Спортивные игры (футбол)

Раздел 12 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 80-83 Легкая атлетика

Тема 84-87 Волейбол

Тема 88-93 Баскетбол

Раздел 13 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 94-96 Лыжная подготовка

Тема 97-98 Спортивные игры (футбол)

Тема 99-100 Гимнастика

Тема 101-105 О.Ф.П.

Раздел 14 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 106-107 О.Ф.П.

Тема 108 Волейбол

Тема 109 Баскетбол

Тема 110 Гимнастика

Раздел 15 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 111 Волейбол

Тема 112 Гимнастика

Тема 113-114 Легкая атлетика

Раздел 16 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 115-117 Легкая атлетика

Тема 118-121 О.Ф.П.

Тема 122-125 Гимнастика

Раздел 17 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 126-130 Баскетбол

Тема 131-135 Волейбол

Тема 136-140 Легкая атлетика

Раздел 18 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 17-18 Баскетбол

Тема 19-20 Волейбол

3.Общая трудоёмкость дисциплины: 328 академических часа.