

Аннотация к рабочей программе дисциплины

Автор: О.В. Загородняя, ст. преподаватель

Наименование дисциплины: Б1.В.19 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 деятельности	1 этап: 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; 2 этап: об оздоровительных системах, о профессионально-прикладной физической подготовке студентов, об общедоступном и профессиональном спорте.	1 этап: уметь применять систему знаний, практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, воспитание и совершенствование психофизических способностей и качеств; 2 этап: уметь применять различные виды физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях.	1 этап: владеть практическими навыками основ физической культуры; 2 этап: практическими методами основ физической культуры.

2. Содержание дисциплины:

Раздел 1. Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 1. Легкая атлетика

Тема 2. Волейбол

Тема 3. Баскетбол

Раздел 2. Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 4. Спортивные игры (футбол)

Тема 5. Гимнастика

Тема 6. Легкая атлетика

Раздел 3. Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 7. Лыжная подготовка

Тема 8. О.Ф.П.

Тема 9. Гимнастика

Тема 10. Спортивные игры (футбол)

Раздел 4. Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 11. Баскетбол

Тема 12. Волейбол

Тема 13. Легкая атлетика

Раздел 5. Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 14. Легкая атлетика

Тема 15. Волейбол

Тема 16. Баскетбол

Раздел 6. Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 17. Спортивные игры (футбол)

Тема 18. Гимнастика

Тема 19. О.Ф.П.

Раздел 7. Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 20. Лыжная подготовка

Тема 21. Волейбол

Тема 22. Баскетбол

Раздел 8. Физкультурное образование с профессиональной направленностью

- Тема 23. Лыжная подготовка
- Тема 24. Спортивные игры (футбол)
- Тема 25. Гимнастика
- Тема 26. О.Ф.П.

Раздел 9. Физкультурное образование с профессиональной направленностью

- Тема 27. О.Ф.П.
- Тема 28. Волейбол
- Тема 29. Баскетбол
- Тема 30. Гимнастика

Раздел 10. Физкультурное образование с профессиональной направленностью

- Тема 31. Волейбол
- Тема 32. Гимнастика
- Тема 33. Легкая атлетика

Раздел 11. Физкультурное образование с профессиональной направленностью

- Тема 34. Лыжная подготовка
- Тема 35. О.Ф.П.
- Тема 36. Гимнастика

Раздел 12. Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

- Тема 37. Баскетбол
- Тема 38. Волейбол
- Тема 39. Легкая атлетика

3. Общая трудоёмкость дисциплины: 328 часов.