

Аннотация к рабочей программе дисциплины

Автор: И.В.Комиссаров, ст. 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 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: практически методами основ физической культуры.

2. Содержание дисциплины:

Раздел 1. Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 1-3. Легкая атлетика

Тема 4-7. Волейбол

Тема 8-11. Баскетбол

Раздел 2. Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 12-16. Спортивные игры (футбол)

Тема 17-21. Гимнастика

Тема 22-26. Легкая атлетика

Раздел 3. Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 27-31. Легкая атлетика

Тема 32-36. О.Ф.П.

Тема 37-39. Гимнастика

Тема 40-44. Спортивные игры (футбол)

Раздел 4. Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 45-50. Баскетбол

Тема 51-56. Волейбол

Тема 57-63. Легкая атлетика

Раздел 5. Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 64-67. Легкая атлетика

Тема 68-69. Волейбол

Тема 70-71. Баскетбол

Раздел 6. Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 72-73. Спортивные игры (футбол)

Тема 74-75. Гимнастика

Тема 76-79. О.Ф.П.

Раздел 7. Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 80-84. Лыжная подготовка

Тема 85-89. Волейбол

Тема 90-93. Баскетбол

Раздел 8. Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 94-98. Лыжная подготовка

Тема 99-100. Спортивные игры (футбол)

Тема 101-102. Гимнастика

Тема 103-107. О.Ф.П.

Раздел 9. Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 108-109. О.Ф.П.

Тема 110. Волейбол

Тема 111. Баскетбол

Тема 112. Гимнастика

Раздел 10. Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 113-114. Волейбол

Тема 115. Гимнастика

Тема 116-117. Легкая атлетика

Раздел 11. Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 118-121. Лыжная подготовка

Тема 122-126. О.Ф.П.

Тема 127-131. Гимнастика

Раздел 12. Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 132-135. Баскетбол

Тема 136-140. Волейбол

Тема 141-145. Легкая атлетика

3. Общая трудоёмкость дисциплины: 328 часов.