

Аннотация к рабочей программе дисциплины

Автор: В.Ю.Зианбетов, кандидат педагогических наук, доцент

Наименование дисциплины: Б 1. В. 20– Элективные курсы по физической культуре и спорту

Цель освоения дисциплины:

- понимание роли физической культуры и развития личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- воспитание потребности в физическом самосовершенствовании и самовоспитании;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, повышение физической и умственной работоспособности;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.
- понимание роли физической культуры в развитие личности и подготовке 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	Этап 1: знать основные положения о физической культуре в общекультурной и	Этап 1: уметь применять систему знаний практических умений и навыков, обеспечивающих	Этап 1: владеть практическими навыками основ физической культуры.

<p>обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p>	<p>профессиональной подготовки студентов, о социально – биологических основах физической культуры, об основах здорового образа и стиля жизни.</p> <p>Этап 2: знать об оздоровительных системах, о профессионально-прикладной физической подготовке студентов, об общедоступном и профессиональном спорте.</p>	<p>сохранение и укрепление здоровья, воспитание и совершенствование психофизических способностей и качеств.</p> <p>Этап 2: уметь применять различные виды физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях.</p>	<p>Этап 2: владеть практическими методами основ физической культуры.</p>
--	---	---	--

2. Содержание дисциплины:

Раздел 1 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

- Тема 1 -7 Легкая атлетика
- Тема 8-11 Волейбол.
- Тема 12-15 Баскетбол

Раздел 2 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

- Тема 16-19 Спортивные игры (футбол)
- Тема 20-23 Гимнастика
- Тема 24-29 Легкая атлетика

Раздел 3 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

- Тема 30-34 Лыжный спорт
- Тема 35-37 О.Ф.П. (общая физическая подготовка)
- Тема 38- 39 Гимнастика
- Тема 40 Спортивные игры (футбол)

Раздел 4 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 41-42	Баскетбол
Тема 43-45	Волейбол
Тема 46-50	Легкая атлетика

Раздел 5 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 51-57	Легкая атлетика
Тема 58-61	Волейбол
Тема 62-65	Баскетбол

Раздел 6 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 66-70	Спортивные игры (футбол)
Тема 71-75	Гимнастика
Тема 76-79	О.Ф.П.

Раздел 7 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 80-83	Лыжный спорт
Тема 84-86	О.Ф.П.
Тема 87-89	Гимнастика
Тема 90	Спортивные игры (футбол)

Раздел 8 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 91-93	Баскетбол
Тема 94-96	Волейбол
Тема 97-101	Легкая атлетика

Раздел 9 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 102-104	О.Ф.П.
Тема 105-106	Волейбол
Тема 107-108	Баскетбол
Тема 109-112	Гимнастика

Раздел 10 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 113-114	Волейбол
Тема 115-116	Гимнастика

Раздел 11 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 117-121	Лыжный спорт
Тема 122-125	О.Ф.П.

Тема 126-129	Гимнастика
Тема 130-131	Баскетбол
Тема 132-133	Волейбол
Тема 134-138	Легкая атлетика

Раздел 12 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 139-141	Баскетбол
Тема 142-144	Волейбол
Тема 145-147	Спортивные игры (футбол)
Тема 148-151	Гимнастика
Тема 152-155	О.Ф.П.
Тема 156-160	Легкая атлетика