

Аннотация к рабочей программе дисциплины

Автор: Загородня О.В., ст. преподаватель

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

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;
- 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
OK-8 способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Этап 1: - о социально – биологических основах физической культуры, об основах здорового образа и стилях жизни, -Этап 2: об оздоровительных системах, о профессионально-прикладной физической подготовке студентов,	Этап 1: -воспитание и совершенствование психофизических способностей и качеств, Этап 2: - различные виды физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях.	Этап 1: - применять систему знаний практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, Этап 2: - практическими навыками и методами основы физической культуры и здорового образа жизни.

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 Футбол

Тема 5 Гимнастика

Тема 6 Лыжная подготовка

Раздел 3 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 7 Лыжная подготовка

Тема 8 О.Ф.П.

Тема 9 гимнастика

Тема 10 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 Футбол

Тема 18 Гимнастика

Тема 19 О.Ф.П.

Раздел 7 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 20 Лыжная подготовка

Тема 21 О.Ф.П.

Тема 22 гимнастика

Тема 23 футбол

Раздел 8 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 24 баскетбол

Тема 25 волейбол

Тема 26 легкая атлетика

Раздел 9 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 27 О.Ф.П.

Тема 28 волейбол

Тема 29 баскетбол

Раздел 10 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 30 волейбол

Тема 31 гимнастика

Тема 32 легкая атлетика

Раздел 11 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 33 лыжная подготовка

Тема 34 О.Ф.П.

Тема 35 Гимнастика

Раздел 12 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 36 баскетбол

Тема 37 волейбол

Тема 38 легкая атлетика

3. Общая трудоёмкость дисциплины: 9 ЗЕ.