

Аннотация к рабочей программе дисциплины

Автор: Дудкин Н.А., старший преподаватель

Наименование дисциплины: Б1.В.ДВ.09.01 Общая физическая подготовка (элективная дисциплина)

Цель освоения дисциплины:

- понимание роли физической культуры и развитии 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;
- 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.

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	Этап 1: основные положения о физической культуре в общекультурные и профессиональные подготовки студентов, о социально – биологических основах физической культуры, об основах здорового образа и стиля жизни. Этап 2: оздоровительные системы, о профессионально-прикладной физической подготовке студентов, об общедоступном и профессиональном спорте.	Этап 1: применять систему знаний практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, воспитание и совершенствование психофизических способностей и качеств. Этап 2: применять различные виды физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях.	Этап 1: практическими навыками основ физической культуры. Этап 2: практическими методами основ физической культуры.

2. Содержание дисциплины:

Раздел 1 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 1 Легкая атлетика

Тема 2 Гимнастика

Раздел 2 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 3 Лыжная подготовка

Тема 4 Легкая атлетика

Раздел 3 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 5 Лыжная подготовка

Тема 6 О.Ф.П.

Раздел 4 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 7 Гимнастика

Тема 8 О.Ф.П. XX в.

3. Общая трудоёмкость дисциплины: 328 академических часа