

Аннотация к рабочей программе дисциплины

Автор: Сапожников В.В., ст. преподаватель

Наименование дисциплины: Б1.В.24 Элективные курсы по физической культуре и спорту

Целями 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: основные положения о физической культуре в общекультурной и профессиональной	Этап 1: применять систему знаний практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и	Этап 1: практическими навыками и методами основы физической культуры

обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	подготовки студентов Этап 2: о социально – биологических основах физической культуры, об основах здорового образа и стиля жизни, об оздоровительных системах, о профессионально-прикладной физической подготовке студентов, об общедоступном и профессиональном спорте.	укрепление здоровья Этап 2: воспитание и совершенствование психофизических способностей и качеств, различные виды физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях.	Этап 2: практическим навыками и методами здорового образа жизни.
ОК-9 – способностью использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	Этап 1: приемы первой помощи Этап 2: методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	Этап 1: использовать приемы первой помощи Этап 2: методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	Этап 1: использования приемов первой помощи Этап 2: применения методов защиты в условиях чрезвычайных ситуаций

2. Содержание дисциплины:

Раздел 1 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 1-3 Легкая атлетика

Тема 4-6 Волейбол.

Тема 7-9 Баскетбол

Раздел 2 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 10-12 Футбол

Тема 13-15 Гимнастика

Тема 16-17 Легкая атлетика

Раздел 3 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 18-20 Лыжная подготовка

Тема 21-22 О.Ф.П.

Тема 23-24 Гимнастика

Тема 25-26 Футбол

Раздел 4 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 27-29 Баскетбол

Тема 30-32 Волейбол

Тема 33-34 Легкая атлетика

Раздел 5 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 35-39 Легкая атлетика

Тема 40-43 Волейбол

Тема 44-47 Баскетбол

Раздел 6 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 48-52 Футбол

Тема 53-57 Гимнастика

Тема 58-61 О.Ф.П.

Раздел 7 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 62-66 Лыжная подготовка

Тема 67-71 Волейбол

Тема 72-76 Баскетбол

Раздел 8 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 77-80 Лыжная подготовка

Тема 81-84 Футбол

Тема 85-88 Гимнастика

Тема 89-92 О.Ф.П.

Раздел 9 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 93-97 О.Ф.П.

Тема 98-101 Волейбол

Тема 102-105 Баскетбол

Тема 106-109 Гимнастика

Раздел 10 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 110-118 Волейбол

Тема 119-127 Гимнастика

Раздел 11 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 128-132 Лыжная подготовка

Тема 133-137 О.Ф.П.

Тема 138-143 Гимнастика

Раздел 12 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 144-149 Баскетбол
Тема 150-155 Волейбол
Тема 156-160 Легкая атлетика

3.Общая трудоёмкость дисциплины: 328