

Аннотация к рабочей программе практики

Автор: Яковлев А.П., старший преподаватель

Наименование дисциплины: Б1.В.29 Элективные курсы по физической культуре

Цели 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 развитии 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.

2. 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. Этап 2: - О социально – биологических основах физической культуры, об основах здорового	Этап 1: - Применять систему знаний практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья. Этап 2: - Воспитание и совершенствование психофизических способностей и качеств, различные	Этап 1: - Освоение специальной терминологии Этап 2: - Практическими навыками и методами основы физической культуры и здорового образа жизни.

	образа и стиля жизни, об оздоровительных системах, о профессионально-прикладной физической подготовке студентов, об общедоступном и профессиональном спорте.	виды физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях.	
--	--	--	--

3. Содержание дисциплины:

Легкая атлетика.

Волейбол.

Баскетбол.

Футбол.

Гимнастика.

ОФП.

Лыжная подготовка.

4. Общая трудоемкость дисциплины: 328 ч.