

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 развитие личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- знание научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценостного 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: <ul style="list-style-type: none">- Основные положения о физической культуре в общекультурные и профессиональные подготовки студентов. Этап 2: <ul style="list-style-type: none">- О социально – биологических основах физической культуры, об основах здорового	Этап 1: <ul style="list-style-type: none">- Применять систему знаний практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья. Этап 2: <ul style="list-style-type: none">- Воспитание и совершенствование психофизических способностей и качеств, различные	Этап 1: <ul style="list-style-type: none">- Освоение специальной терминологии Этап 2: <ul style="list-style-type: none">- Практическими навыками и методами основы физической культуры и здорового образа жизни.

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

3. Содержание дисциплины:

Легкая атлетика.
 Волейбол.
 Баскетбол.
 Футбол.
 Гимнастика.
 ОФП.
 Лыжная подготовка.

4. Общая трудоемкость дисциплины: 328 ч.