

## Аннотация к рабочей программе дисциплины

**Автор:** Загородний С.С., преподаватель

**Наименование дисциплины:** Б 1. В. 14 Элективные курсы по физической культуре и спорту

**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; 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
<b>ОК-8</b> способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	основных положений о физической культуре в общекультурной и профессиональной подготовки студентов, о социально – биологических основах физической культуры, об основах здорового образа и стиля жизни, об оздоровительных	применять систему знаний практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, воспитание и совершенствование психофизических способностей и качеств, различные виды физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях.	практическими навыками и методами основы физической культуры и здорового образа жизни.

	системах, о профессионально-прикладной физической подготовке студентов, об общедоступном и профессиональном спорте.		
--	---	--	--

## **2. Содержание дисциплины:**

### **Раздел 1 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.**

Тема 1 -7 Легкая атлетика

Тема 8-10 Волейбол.

Тема 11-13 Баскетбол

### **Раздел 2 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.**

Тема 14-17 Футбол

Тема 18-21 Гимнастика

Тема 22-26 Легкая атлетика

### **Раздел 3 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.**

Тема 27-29 Лыжная подготовка

Тема 30-31 О.Ф.П.

Тема 32- 33 Гимнастика

Тема 34-35 Футбол

### **Раздел 4 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.**

Тема 36-37 Баскетбол

Тема 38-39 Волейбол

Тема 40-43 Легкая атлетика

### **Раздел 5 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.**

Тема 44-47 Легкая атлетика

Тема 48-50 Волейбол

Тема 51-53 Баскетбол

### **Раздел 6 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.**

Тема 54-55 Футбол

Тема 56-58 Гимнастика

Тема 59-60 О.Ф.П.

### **Раздел 7 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.**

Тема 61-67 Лыжная подготовка

Тема 68-70 Волейбол

Тема 71-73 Баскетбол

Тема 74 О.Ф.П.

**Раздел 8 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.**

Тема 75-79 Лыжная подготовка

Тема 80-81 О.Ф.П.

Тема 82-84 Волейбол

Тема 85-87 Баскетбол

**Раздел 9 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.**

Тема 88-97 Легкая атлетика

Тема 98-100 О.Ф.П.

Тема 101-103 Волейбол

Тема 104-106 Баскетбол

Тема 107-109 Гимнастика

**Раздел 10 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.**

Тема 110-112 Волейбол

Тема 113-116 Футбол

Тема 117-119 Гимнастика

Тема 120-122 О.Ф.П.

**Раздел 11 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.**

Тема 123-132 Лыжная подготовка

Тема 133-135 О.Ф.П.

Тема 136-138 Баскетбол

Тема 139-141 Волейбол

Тема 142-144 Гимнастика

**Раздел 12 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.**

Тема 145-147 О.Ф.П.

Тема 148-150 Баскетбол

Тема 151-154 Волейбол

Тема 155-159 Легкая атлетика

**3.Объем дисциплины:** 328 академических часов