

Аннотация к рабочей программе дисциплины

Автор: В.Ю. Зиамбетов, доцент

Наименование дисциплины: Б 1. В. 17 Элективные курсы по физической культуре и спорту

Цель освоения дисциплины:

Целями освоения дисциплины физической культуры и спорту являются:

- понимание роли физической культуры в развитии личности и подготовки 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 обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Этап 1 знать основные положения о физической культуре в общекультурной и профессиональной подготовки студентов, об основах здорового образа жизни. Этап 2 знать об оздоровительных системах, о	Этап 1 уметь использовать методы и средства физической культуры для обеспечения социальной и профессиональной деятельности. Этап 2 уметь применять различные виды физической культуры и спорта	Этап 1 владеть практическими навыками основ физической культуры Этап 2 владеть практическими методами основ физической культуры.

	профессионально-прикладной физической подготовке студентов.	в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях.	
--	---	--	--

2. Содержание дисциплины:

Раздел 1 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

- Тема 1 -5 Легкая атлетика
- Тема 6-7 Волейбол.
- Тема 8-9 Баскетбол

Раздел 2 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

- Тема 10-11 Спортивные игры (футбол)
- Тема 12-13 Гимнастика
- Тема 14-17 Легкая атлетика

Раздел 3 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

- Тема 18-22 Лыжный спорт
- Тема 23-26 О.Ф.П. (общая физическая подготовка)
- Тема 27-30 Гимнастика
- Тема 31-32 Спортивные игры (футбол)

Раздел 4 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

- Тема 33-35 Баскетбол
- Тема 36-38 Волейбол
- Тема 39-42 Легкая атлетика

Раздел 5 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

- Тема 43-47 Легкая атлетика
- Тема 48-49 Волейбол
- Тема 50-51 Баскетбол

Раздел 6 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

- Тема 52-53 Спортивные игры (футбол)
- Тема 54-56 Гимнастика
- Тема 57-60 О.Ф.П.

Раздел 7 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

- Тема 61-65 Лыжный спорт
Тема 66-68 Волейбол
Тема 69-70 Баскетбол

Раздел 8 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

- Тема 71-72 Спортивные игры (футбол)
Тема 73-75 Гимнастика
Тема 76-78 О.Ф.П.

Раздел 9 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

- Тема 79-82 О.Ф.П.
Тема 83-85 Волейбол
Тема 86-88 Баскетбол
Тема 89-91 Гимнастика
Тема 92-96 Легкая атлетика

Раздел 10 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

- Тема 97-99 Спортивные игры (футбол)
Тема 100-102 Гимнастика
Тема 103-108 Легкая атлетика

Раздел 11 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

- Тема 114-118 Лыжный спорт
Тема 119-122 О.Ф.П.
Тема 123-126 Гимнастика

Раздел 12 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

- Тема 127-129 Баскетбол
Тема 130-132 Волейбол
Тема 133-138 Легкая атлетика

Раздел 13 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

- Тема 139 -143 Легкая атлетика
Тема 144-146 Волейбол.
Тема 147-149 Баскетбол

Раздел 14 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 150-151 Спортивные игры (футбол)

Тема 152-153 Гимнастика

Тема 154-159 Легкая атлетика

3. Общая трудоемкость дисциплины: 328 ч.