

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Маланичева Наталья Николаевна
Должность: директор филиала
Дата подписания: 08.09.2022 15:30:38
Уникальный программный ключ:
94732c3d953a82d495dcc3155d5c573883fedd18

Аннотация к рабочей программе по дисциплине Б1.В.21.01 Элективные курсы по физической культуре и спорту

1.1. Цели и задачи дисциплины

Цель курса: формирование физической культуры студентов и способности направленного использования средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

1.2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (модуля).

ОК-1

владением компетенциями сохранения здоровья (знание и соблюдение норм здорового образа жизни и физической культуры).

В результате освоения дисциплины студент должен:

Знать:

- научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни;
- социальную роль физической культуры и спорта в жизни современного человека и общества в целом;
- способы контроля, оценки и коррекции физического развития и физической подготовленности.

Уметь:

- творчески использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового стиля жизни;
- обеспечивать психофизическую готовность к выполнению социально-профессиональных ролей и функций - применять физические упражнения, различные виды спорта для формирования и развития психических свойств личности, необходимых в социально-культурной и профессиональной деятельности.

Владеть:

- компетенциями сохранения здоровья (знание и соблюдение норм здорового образа жизни и физической культуры);
- способностью организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни;
- системой средств и методов сохранения и укрепления здоровья, физического развития и подготовленности, регулирования индивидуальной двигательной активности;
- навыками самокоррекции, с использованием методов и средств самоконтроля за своим состоянием;
- опытом использования физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, достижения

профессиональных и жизненных целей.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Учебная дисциплина «Элективные курсы по физической культуре и спорту» относится к вариативной части Блока 1 «Дисциплины (модули)» и является дисциплиной по выбору.

3.Общая трудоемкость дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины:

1 курс

- часов-108
- зачетных единиц-0

2 курс

- часов-108
- зачетных единиц-0

3 курс

- часов-112
- зачетных единиц-0

4. Содержание дисциплины (модуля)

Общезначительная подготовка. Методы оценки и развития общей выносливости. Методы оценки и развития скоростных способностей. Методы оценки и развития силовых способностей. Методы оценки и развития гибкости. Методы оценки и развития профессионально-значимых физических качеств. Психологическая подготовка к условиям профессиональной деятельности. Методика проведения учебно-тренировочного занятия. Занятия по видам спорта. Специальная физическая подготовка. Обучение технике, тактике, соревновательная и судейская практика в избранном виде спорта. Профессионально-прикладная физическая подготовка. Методы оценки и развития профессионально-значимых. Психологическая подготовка к условиям профессиональной деятельности.

5. Формы контроля

1 курс

Формы текущего контроля – опрос, дискуссия
Формы промежуточной аттестации: зачет-1

2 курс

Формы текущего контроля – опрос, дискуссия
Формы промежуточной аттестации: зачет-1

3 курс

Формы текущего контроля – опрос, дискуссия
Формы промежуточной аттестации: зачет-1

6. Перечень ресурсов информационно - телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

1. Официальный сайт филиала
2. Электронная библиотечная система

7. Перечень информационных технологий, программного обеспечения и информационных справочных систем, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

Программное обеспечение для проведения лекций, демонстрации презентаций: Microsoft Office 2010 и выше.

8. Описание материально - технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Для осуществления образовательного процесса по дисциплине используется аудитория для проведения занятий лекционного и семинарского типа, которые соответствуют требованиям охраны труда и пожарной безопасности по освещенности, количеству рабочих (посадочных) мест студентов. Аудитория оснащена необходимым оборудованием, обеспечивающим проведение предусмотренных учебным планом занятий по дисциплине. Освещенность рабочих мест соответствует действующим СНиПам.