

Документ подписан простой электронной подписью  
 Информация о владельце:  
 ФИО: Маланичева Наталья Николаевна  
 Должность: директор филиала  
 Дата подписания: 08.12.2022 11:55:47  
 Уникальный идентификатор:  
 94732c3d953a82d495dcc3155d5c577987f6dd18

**Аннотация к рабочей программе по дисциплине  
 «Элективные курсы по физической культуре и спорту»**

**1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю),  
 соответствующих с планируемыми результатами освоения  
 образовательной программы**

**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)**

Компетенции, формируемые в процессе изучения дисциплины	Результаты освоения учебной дисциплины
<p><b>ОК-8.</b> Способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- теории и методики физической культуры и спорта;</li> <li>- социальную роль физической культуры и спорта в жизни современного человека и общества в целом;</li> <li>- возможности физической культуры и спорта в восстановлении трудового потенциала, повышении качества трудовых ресурсов</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать средства и методы физической культуры и спорта для повышения адаптационных резервов организма, укрепления здоровья;</li> <li>- использовать средства и методы физической культуры и спорта для коррекции физического развития и телосложения, предупреждения профессиональных заболеваний и травматизма;</li> <li>- применять физические упражнения, различные виды спорта для формирования и развития психических свойств личности, необходимых в социально-культурной и профессиональной деятельности</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- средствами и методами физической культуры и спорта для повышения адаптационных резервов организма, укрепления здоровья;</li> <li>- средствами и методами физической культуры и спорта для коррекции физического развития и телосложения, предупреждения профессиональных заболеваний и травматизма;</li> <li>- физическими упражнениями, для предупреждения профессиональных заболеваний и для восстановления сотрудников в течение рабочего времени</li> </ul>

**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 обязательной для изучения.

### **3. Объем дисциплины (модуля)**

- 328 часов

### **4. Содержание дисциплины (модуля)**

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. Психофизическая подготовка к условиям профессиональной деятельности. Методика проведения учебно-тренировочного занятия. Специальная физическая подготовка. Обучение технике, тактике, соревновательная и судейская практика в избранном виде спорта. Методы оценки и развития профессионально-значимых физических качеств. Психофизическая подготовка к условиям профессиональной деятельности

### **5. Формы контроля**

Форма текущего контроля – дискуссия

Форма промежуточной аттестации – 3 зачета

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

При осуществлении образовательного процесса по дисциплине используются следующие информационные технологии и программное обеспечение:

- для проведения лекций, демонстрации презентаций и ведения интерактивных занятий: MS PowerPoint;
- для самостоятельной работы студентов: Windows 7 и выше, Microsoft Office 2010 и выше;
- ЭИОС- Moodle.

### **7. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине**

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации - кабинет «Социальных и гуманитарных дисциплин», аудитория № 404. Специализированная мебель: столы ученические - 18 шт., стулья ученические - 36 шт., доска настенная - 1 шт., стол преподавателя - 1 шт., стул преподавателя - 1 шт. Технические средства обучения, служащие для представления учебной информации большой аудитории: переносной экран, переносной проектор, ноутбук. Учебно-наглядные пособия, обеспечивающие тематические иллюстрации, соответствующие рабочей учебной программе дисциплины - комплект презентаций (хранится на кафедре).