

Аннотация к рабочей программе дисциплины

Автор: Комиссаров И.В.

Наименование дисциплины: Б.1.В22 Элективные курсы по физической культуре и спорту

Цель освоения дисциплины:

- формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей 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.
- 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: основные положения о физической культуре в общекультурной и профессиональной подготовке студентов, о социально - биологических основах физической культуры, об основах здорового образа и стиля жизни, об оздоровительных системах, о профессионально-прикладной физической подготовке студентов, Этап 2: об общедоступном и профессиональном спорте.	Этап 1: применять систему знаний практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, воспитание и совершенствование психофизических способностей и качеств, Этап 2: применять различные виды физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях.	Этап 1: практическими навыками физической культуры и здорового образа жизни; Этап 2: методами основы физической культуры и здорового образа жизни.

2. Содержание дисциплины:

Раздел 1 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 1-9 Легкая атлетика

Тема 10 -14 Волейбол

Тема 15-19 Баскетбол

Раздел 2 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 20- 24 Футбол

Тема 25-29 Гимнастика

Тема 30-34 Легкая атлетика

Тема 35-39 О.Ф.П.

Раздел 3 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.

Тема 40-42 Лыжная подготовка

Тема 43-46 О.Ф. П.				
Тема 47-52 Легкая атлетика				
Тема 53-56 Футбол				
Раздел 4 Физкультурное направление.	образование	с	профессиональной	
Тема 57-62 Баскетбол				
Тема 63-68 Волейбол				
Тема 69-74 Легкая атлетика				
Раздел 5 Физкультурное направление.	образование	с	профессиональной	
Тема 75-78 Легкая атлетика				
Тема 79-81 Волейбол				
Тема 82-84 Баскетбол				
Раздел 6 Физкультурное направление.	образование	с	профессиональной	
Тема 85-88 Футбол				
Тема 89-92 Гимнастика				
Тема 93-95 О.Ф.П.				
Раздел 7 Физкультурное направление.	образование	с	профессиональной	
Тема 96-98 Лыжная подготовка				
Тема 99-101 Волейбол				
Тема 102-108 Легкая атлетика				
Раздел 8 Физкультурное направление.	образование	с	профессиональной	
Тема 109-111 Лыжная подготовка				
Тема 112-116 Футбол				
Тема 117-121 О.Ф.П.				
Раздел 9 Физкультурное направление.	образование	с	профессиональной	
Тема 122-125 О.Ф.П.				
Тема 126-127 Волейбол				
Тема 128-129 Баскетбол				
Тема 130 Гимнастика				
Раздел 10 Физкультурное направление.	образование	с	профессиональной	
Тема 131-134 Волейбол				
Тема 135-138 Легкая атлетика				
Раздел 11 Физкультурное направление.	образование	с	профессиональной	
Тема 139 Лыжная подготовка				
Тема 140-144 О.Ф.П.				
Тема 145-148 Гимнастика				
Раздел 12 Физкультурное направление.	образование	с	профессиональной	

Тема 149-152 Баскетбол

Тема 153-154 Волейбол

Тема 155-159 Легкая атлетика

3.Общая трудоёмкость дисциплины: 9 ЗЕ.