Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Байханов Исмаил Батдинович
Должность: Ректор
Дата подписания: 17.06.2022 17:27:58
Уникальный программный ключ:
442c337cd125e1d014f62698c9d813e502697764

Б1.О.1.03.ДВ.01Аннотация рабочей программы дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту»

1. Цели и задачи освоения дисциплины:

Целью изучения дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту» - формирование физической культуры личности и способности направленного использования средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

Задачами изучения дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту» является:

1) понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;

2) формирование знаний в области практических основ физической культуры и здорового образа жизни;

3) формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, соблюдение стандартов здорового образа жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;

4) 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;

5) обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;

6) приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

Задачи воспитательного характера: повышение общекультурного, интеллектуального уровня студентов, формирование мировоззрения, идейной убежденности, патриотизма, нравственности, ответственности за себя и происходящее вокруг, а также эстетическое и духовное развитие личности.

2. Место дисциплины в структуре ООП

Данная дисциплина входит в базовая часть «модули» - (Б1.О.1.03.ДВ.01) Для изучения дисциплины необходимы компетенции, сформированные у обучающихся в результате освоения дисциплин ОПОП подготовки бакалавра. Курс «Элективные курсы по физической культуре и спорту», устанавливает связи с другими дисциплинами, такими как «Педагогика», «Психология», «Физиология», «Анатомия».

3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих **компетенций:**

Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни (УК-6):

- применяет знание о своих ресурсах и их пределах (личностных, психофизиологических, ситуативных, временных и т.д.), для успешного выполнения порученной работы (УК6.1);

- понимает важность планирования перспективных целей деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда (УК6.2);

- реализует намеченные цели деятельности с учетом условий, средств, и личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда (УК6.3).

Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7):

- Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни (УК7.1);

- Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности (УК7.2).

4. Краткое содержание дисциплины

Основы техники безопасности на занятиях гимнастикой. Прикладная гимнастика: комплексы общеразвивающих упражнений. Основы техники безопасности на занятиях легкой атлетикой. Совершенствование знаний, умений, навыков и развитие физических качеств в лёгкой атлетике. Техника выполнения легкоатлетических упражнений. Основы техники безопасности на занятиях подвижными играми. Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма средствами подвижных игр**.** Ознакомление с исходными положениями, способами передвижений и держания ракетки (хватки). Обучение разнообразным действиям с мячом и ракеткой. Изучение, овладение основными технико-тактическими приёмами игры. Совершенствование навыков игры. Правила игры и основы судейства.

5. Трудоемкость – всего – 328 ч., аудиторные занятия – 328ч, самостоятельная работа – 0 ч. (не предусмотрена)

6. Форма итогового контроля знаний – в течении семестра проводятся две промежуточные аттестации на 8-й и 16-й неделе, а так же итоговая аттестация в экзаменационную сессию:
-за 1 –ю промежуточную аттестацию – 30 баллов;

7. Авторы: Омархаджиева Ф.С.
Программа одобрена на заседании кафедры

протокол № 9 от «28» апреля 2021 г.

Заведующий кафедрой _____ Батукаев А.А., к.п.н., доцент.
(подпись)