

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ:

Элективные курсы по физической культуре и спорту

1. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Данная дисциплина входит в базовую часть «модули» - Б1.0.03.03. Для изучения дисциплины необходимы компетенции, сформированные у обучающихся в результате освоения дисциплин ОП подготовки бакалавра. Курс «Элективные курсы по физической культуре и спорту», устанавливает связи с другими дисциплинами, такими как «Педагогика», «Психология», «Физиология», «Анатомия».

2. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью изучения дисциплины «Элективная курсы 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 курсы 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.

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)

Достижение цели освоения дисциплины (модуля) обеспечивается через формирование следующих компетенций (*с указанием шифра компетенции*):

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

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

4. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетные единицы (144 часов).

5. Основные разделы дисциплины (модуля):

Раздел 1. Гимнастика. Основы техники безопасности на занятиях гимнастикой. Прикладная гимнастика: комплексы общеразвивающих упражнений.

Раздел 2. Легкая атлетика. Основы техники безопасности на занятиях легкой атлетикой. Совершенствование знаний, умений, навыков и развитие физических качеств в легкой атлетике. Техника выполнения легкоатлетических упражнений.

Раздел 3. Подвижные игры. Основы техники безопасности на занятиях подвижными играми. Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма средствами подвижных игр

Раздел 4. Спортивные игры. Настольный теннис

. 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.

Раздел 5. Виды спорта по выбору (баскетбол, волейбол, тяжелая атлетика, фитнес, тхэквондо, настольный теннис, л/атлетика, рекреационная физическая культура). Общая и специальная физическая подготовка в избранном виде спорта.

6. Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации: зачет (2, 4, 6 семестр).

Заведующий кафедрой



Ш.Ж. Хажмухамбетова