

## «ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ»

к.п.н., доцент Каракетов Али Каитбиевич

### АННОТАЦИЯ

Дисциплина входит в общенаучный цикл дисциплин по обязательной части программы подготовки бакалавров

#### **1. Цель 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 жизни и профессиональной деятельности.

#### **2. Место дисциплины в структуре ОПОП.**

Дисциплина относится к разделу Б1. В.10. «Элективные курсы по физической культуре».

#### **3. Требования к результатам освоения дисциплины:**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

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

В результате изучения дисциплины студент должен:

##### **Знать:**

научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни.

##### **Уметь:**

использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни.

##### **Владеть:**

средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности.

#### **4. Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единиц.**

Форма контроля – зачет.

