

АННОТАЦИЯ
рабочей программы дисциплины

ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

1. Цели освоения дисциплины

Целью изучения дисциплины является: является формирование физической культуры личности, приобретение умений и способностей направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма ради сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

Для достижения цели ставятся задачи:

Для достижения поставленной цели предусматривается решение следующих воспитательных, образовательных, развивающих и оздоровительных задач:

- понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- сохранение и укрепление здоровья студентов, содействие правильному формированию и всестороннему развитию организма, поддержание высокой работоспособности на протяжении всего периода обучения;
- всесторонняя физическая подготовка студентов;
- профессионально - прикладная физическая подготовка студентов с учётом особенностей их будущей трудовой деятельности;
- знание научно-биологических, педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы
В результате освоения ОП ВО магистратуры обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине (модулю):

Код компетенций	Содержание компетенции в соответствии с ФГОС ВО/ОПВО	Индикаторы достижения сформированности компетенций
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК.Б-7.1 Знает здоровье сберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности УК.Б-7.2 Умеет планировать свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности УК.Б-7.3 Владеет навыками формирования норм здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях в профессиональной деятельности

3. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Данная дисциплина (модуль) относится к Блоку 1 и реализуется в рамках той части учебного плана Б1, которая относится к здоровьесберегающему модулю обязательной части учебного плана подготовки бакалавров.

Дисциплина (модуль) изучается на 1,2, 3 курсах в 1- 6 семестрах. Индекс: Б1.О.03.05

Требования к предварительной подготовке обучающегося:

Для успешного освоения дисциплины студент обязан систематически посещать занятия по физическому воспитанию (теоретические и практические) в дни и часы, предусмотренные учебным расписанием; повышать свою физическую подготовку и выполнять требования и нормы; совершенствовать спортивное мастерство; выполнять контрольные упражнения и нормативы, сдавать зачёты по физическому воспитанию в установленные сроки, соблюдать рациональный режим учёбы, отдыха и питания, регулярно заниматься гигиенической гимнастикой, самостоятельно заниматься физическими упражнениями и спортом, используя консультации преподавателя; активно участвовать в массовых оздоровительных, физкультурных и спортивных мероприятиях в учебной группе, на курсе, факультете, в вузе; проходить медицинское обследование в установленные сроки, осуществлять самоконтроль за состоянием здоровья, физического развития, за физической и спортивной подготовкой. Иметь аккуратно подготовленный спортивный костюм и спортивную обувь, соответствующую виду занятий.

Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

Все дисциплины учебного плана, так как плодотворное изучение наук непосредственно связано со здоровьем, физической выносливостью обучающихся.

4. Общая трудоемкость дисциплины: 328 часов

5. Форма итогового контроля: зачет

6. Разработчик: Джанкезов Р. Х., *ст. преподаватель кафедры физического воспитания и общественного здоровья*