

Аннотация к рабочей программе дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту»

Учебный курс «Элективные курсы по физической культуре и спорту» предназначен для студентов направления подготовки 38.03.01 Экономика, все профили подготовки.

Дисциплина «Элективные курсы по физической культуре и спорту» включена в состав вариативной части блока «Дисциплины по выбору».

Трудоемкость дисциплины составляет 328 часов. Учебным планом предусмотрены практические занятия (по 72 часа в пяти семестрах). Дисциплина реализуется на 1 курсе в 2 семестре, на 2 курсе в 3, 4 семестрах, на 3 курсе в 5, 6 семестрах.

Дисциплина «Элективные курсы по физической культуре и спорту» логически связана с дисциплиной «Безопасность жизнедеятельности».

Содержание дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» охватывает следующий круг вопросов: общие элементы теории физической культуры и спорта; основные понятия; содержание основных форм физической культуры и спорта; методические основы развития двигательных качеств, координационных способностей, формирование систем организма; сущность спорта и его роль в жизнедеятельности общества, основные понятия теории спорта; характеристика системы подготовки спортсмена, основы спортивной тренировки.

Цель - 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.

Задачи:

- укрепление здоровья студентов средствами физической культуры, формирование потребностей поддержания высокого уровня физической и умственной работоспособности и самоорганизации здорового образа жизни;

- повышение уровня физической подготовленности студентов для успешной учебы и более глубокого усвоения профессиональных знаний, умений и навыков;

- создание условий для полной реализации студентами своих творческих способностей в успешном освоении профессиональных знаний, умений и навыков, нравственного, эстетического и духовного развития студентов в ходе учебного процесса, организованного на основе современных общенаучных и специальных технологий в области теории, методики и практики физической культуры и спорта.

Для успешного изучения дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» у студентов должны быть сформированы следующие предварительные компетенции:

- умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;

- способность владения современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний.

В результате изучения данной дисциплины у обучающихся формируется следующая общекультурная компетенция (элементы компетенций):

Код и формулировка компетенции	Этапы формирования компетенции	
ОК-8 способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Знает	научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни
	Умеет	использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни
	Владеет	средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности