

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

Рабочая программа учебной дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» разработана для студентов 1 курса, обучающихся по направлению 44.03.01 «Педагогическое образование», 44.03.02 Психолого-педагогическое образование для всех профилей подготовки.

Дисциплина входит в вариативную часть учебного плана. На ее изучение отводится 324 часа самостоятельных занятий, 4 часа контроля. Предусмотрен зачет по окончании обучения по этой дисциплине.

Дисциплина «Элективные курсы по физической культуре и спорту» логически и содержательно связана с такими курсами базовой части учебного плана как «Возрастная анатомия, физиология и гигиена», «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни». Имеет прямую связь с дисциплиной «Физическая культура», входящей в базовую часть учебного плана.

В содержание самостоятельных занятий входят:

- материалы по легкой атлетике (разновидности бега и прыжков);
- материалы по гимнастике (утренняя и гигиеническая гимнастика, общеразвивающие упражнения, строевые упражнения);
- материалы по спортивным и подвижным играм.

Занятия проводятся самостоятельно в спортивном зале или на стадионе и направлены на развитие физических качеств, способностей, двигательных умений и навыков. В рамках занятий студенты ориентированы на укрепление здоровья, психофизическую подготовку и самоподготовку к будущей профессиональной деятельности.

Целью дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» является физическое воспитание студентов, формирование физической культуры их личности.

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

- понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- знание научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно - ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения профессиональных целей.

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

- понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
- определенный опыт организации самостоятельных занятий физической культурой и спортом.

В результате изучения данной дисциплины у обучающихся формируется следующая компетенция:

Код и формулировка компетенции	Этапы формирования компетенции	
ОК–8 - готовностью поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность	Знает	Средства и методы физического воспитания и физической подготовки
	Умеет	Планировать использование методов физического воспитания и физической подготовки для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья
	Владет	Использует методы физического воспитания и физической подготовки для поддержания хорошего уровня физической подготовленности, обеспечивающей полноценную деятельность