

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Макаренко Елена Николаевна

Должность: Ректор

Дата подписания: 23.04.2021 15:50:26

Уникальный программный ключ:

c098bc0c1041cb2a4cf926cf171d6715d99a6ae00adc8e27b55cbe1e2dbd7c78

Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту

Закреплена за кафедрой **ФВ, спорт и туризм**

Учебный план z38.03.01.01_1.plx

Форма обучения **заочная**

Распределение часов дисциплины по курсам

| Курс | 1 | | Итого | |
|------------------|-----|-----|-------|-----|
| | уп | рпд | | |
| Лекции | 4 | 4 | 4 | 4 |
| В том числе инт. | 4 | 4 | 4 | 4 |
| Итого ауд. | 4 | 4 | 4 | 4 |
| Контактная | 4 | 4 | 4 | 4 |
| Сам. работа | 334 | 334 | 334 | 334 |
| Часы на контроль | 4 | 4 | 4 | 4 |
| Итого | 342 | 342 | 342 | 342 |

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

| | |
|-----|--|
| 1.1 | Целью изучения дисциплины Элективные курсы по физической культуре является 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. |
| 1.2 | Для достижения поставленной цели предусматривается решение следующих образовательных, воспитательных, развивающих и оздоровительных задач: понимание социальной значимости физической культуры и ее роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности; знание биологических, психолого-педагогических 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, потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом; 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; приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и в быту; создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений. |
| 1.3 | Дополнительными задачами обучения студентов специального медицинского отделения являются: постепенное и последовательное укрепление здоровья и повышение уровня работоспособности; устранение функциональных отклонений и недостатков в физическом развитии; ликвидация остаточных явлений заболеваний, развитие компенсаторных функций, повышение неспецифической устойчивости организма к неблагоприятным воздействиям окружающей среды. |

2. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

ОК-8: способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Знать:

основы физической культуры и здорового образа жизни, понимать их социальную роль в общекультурной и профессиональной подготовке

Уметь:

выполнять жизненно-важные прикладные навыки - плавания, ходьбы, бега, передвижения по пересеченной местности; выполнять требования по общей физической подготовке

Владеть:

системой практических умений и навыков, обеспечивающих формирование, сохранение и укрепление здоровья, развитие и

