

АННОТАЦИЯ

рабочей программы дисциплины

Элективные курсы по физической культуре

направление подготовки – 09.03.03 – Прикладная информатика

профиль подготовки: «Профиль – «Прикладная информатика в АПК»

квалификация (степень) выпускника – бакалавр

1. Цели освоения дисциплины

Целью физкультурного образования в вузе является формирование физической культуры личности.

Для достижения поставленной цели предусматривается решение следующих задач:

- осознание студентами роли физической культуры в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- усвоение научно-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 психофизиологических способностей, качеств и свойств личности;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно- спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

Таким образом, результатами образования по завершении обучения в области физической культуры должны быть:

- формирование устойчивой мотивации и потребности к здоровому и продуктивному образу жизни, физическому самосовершенствованию;
- приобретение личного опыта творческого использования средств и методов физической культуры;
- достижение установленного уровня психофизической подготовленности.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП вуза

Дисциплина «Элективные курсы по физической культуре» входит в вариативную часть основной профессиональной образовательной программы (ОПОП) и является дисциплиной по выбору. Место дисциплины в структуре ОПОП: Б1.В.13.

3. Требования к результатам освоения дисциплины:

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование и развитие компетенций:

ОК-8 - способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

В результате освоения дисциплины студент должен **знать**:

- способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности.

В результате освоения дисциплины студент должен **уметь**:

- выполнять индивидуальные комплексы упражнений оздоровительной и адаптивной физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнения атлетической гимнастики;
- выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации; преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения.

В результате освоения дисциплины студент должен **владеть:**

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

Общая трудоемкость дисциплины составляет 328 ч.

Авторы:

старший преподаватель Герей Л.В.,
старший преподаватель Богданова О.А.