

Аннотация рабочей программы дисциплины

Б1.В.15 Элективные дисциплины по физической культуре и спорту

Кафедра физической культуры

1. Цель и задачи дисциплины.

Целью дисциплины 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 жизни и профессиональной деятельности.

Задачи изучения дисциплины:

- 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,
- 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 и спорте,
- приобретение личного опыта, повышение двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту.

2. Место дисциплины в структуре учебного плана

Дисциплина «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» реализуется в рамках элективных дисциплин учебного плана основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 13.03.02 Электроэнергетика и электротехника (уровень бакалавриата), разработанной в соответствии с Приказом Минобрнауки РФ от 03.09.2015 № 955 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 13.03.02 Электроэнергетика и электротехника (уровень бакалавриата)».

Дисциплина «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» обязательна для освоения и её часы в зачетные единицы не переводятся.

3. Требования к результатам освоения дисциплины

В соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 13.03.02 Электроэнергетика и электротехника, утверждённого приказом Минобрнауки России от 03.09.2015 № 955, процесс изучения

дисциплины направлен на формирование следующих *общекультурных компетенций*:

- способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7);
- способность использовать методы и инструменты физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8).

В результате изучения дисциплины «Прикладная физическая культура» студент должен:

- знать научно-биологические основы физической культуры и здорового образа жизни;
- уметь формировать мотивационно-ценностного отношения к физической культуре;
- осуществлять установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- владеть системой знаний, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности; навыками общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии; приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

4. Общий объем дисциплины: 328 часов.

5. Дополнительная информация

Материально-техническое обеспечение дисциплины: спортивный инвентарь (мячи, скакалки, обручи, фитболы, медицинболы и т.д.), спортивные тренажеры, гимнастические скамейки, шведские стенки, турники.

6. Виды и формы промежуточной аттестации

Зачет (2,4,6 семестры).

Зачеты проводятся в форме: сдача контрольных нормативов по видам спорта.