

800 15815

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Направление подготовки 11.03.02 «Инфокоммуникационные технологии в системах связи»

с 1 по 4 семестр

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью физического воспитания студентов 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.

Для достижения поставленной цели предусматривается решение следующих задач:

- понимание социальной значимости физической культуры и её 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 совершенствование и самовоспитание привычки 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 и спорте;
- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО

Дисциплина «Физическая культура» относится к базовой части Блока 1 «Дисциплины (модули)» учебного плана. «Элективные курсы по физической культуре» - к вариативной части Блока 1, дисциплина по выбору.

Для изучения дисциплины необходимы знания, умения и компетенции, полученные обучающимися в средней общеобразовательной школе. Физическая культура в Российской Федерации представлена в высших учебных заведениях, как учебная дисциплина и важнейший компонент целостного развития личности, значимость которого проявляется в гармонизации духовных и физических сил, в формировании таких общечеловеческих ценностей, как здоровье, физическое и психическое благополучие, физическое совершенство.

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующей общекультурной компетенции (ОК): способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8).

В соответствии с требованиями образовательного стандарта к компетенциям по дисциплине «Физическая культура» выпускник должен:

1. Знать: научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни.
2. Уметь: использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни.
3. Владеть: средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности.

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Основные темы:

1 семестр

Тема 1. *Легкая атлетика. Обучение технике бега на короткие и средние дистанции.*

Тема 2. *Легкая атлетика. Совершенствование техники бега на короткие и средние дистанции.*

Тема 3. *Легкая атлетика. Обучение технике прыжку в длину с места.*

Тема 4. *Техника игры в баскетбол.*

Тема 5. *Плавание. Меры безопасности на воде. Упражнения по освоению с водой.*

2 семестр

Тема 1. *Лыжная подготовка. Техника безопасности на занятиях лыжным спортом.*

Тема 2. *Общая физическая подготовка.*

Тема 3. *Легкая атлетика. Совершенствование техники бега на короткие и средние дистанции.*

Тема 4. *Легкая атлетика. Развитие общей выносливости.*

Тема 5. *Легкая атлетика. Развитие скоростной выносливости.*

3 семестр

Тема 1. *Легкая атлетика. Развитие общей выносливости.*

Тема 2. *Легкая атлетика. Развитие скоростной выносливости.*

Тема 3. *Легкая атлетика. Развитие скоростно-силовой выносливости.*

Тема 4. *Технические приемы баскетбола.*

4 семестр

Тема 1. *Технические приемы футбола.*

Тема 2. *Легкая атлетика. Совершенствование техники бега на короткие и средние дистанции.*

Тема 3. *Легкая атлетика. Развитие общей выносливости.*

5. ВИД АТТЕСТАЦИИ – зачет с 1 по 4 семестр.

6. КОЛИЧЕСТВО ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦ - 2 ЗЕТ.

Составители: доцент Миронова Ю.А.

доцент Суелова В.А.

Заведующий кафедрой ФВС

С.В. Иванов

Председатель

учебно-методической комиссии направления

подпись

ФИО

Директор ИФКС

А.В. Гадалов

Дата

Мечеть института

