

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Элективные курсы по физической культуре и спорту

по направлению подготовки: 09.03.01 «Информатика и вычислительная техника»

по профилю «Автоматизированные системы обработки информации и управления»

Квалификация выпускника: БАКАЛАВР

Выпускающая кафедра: АССОИ

Кафедра-разработчик рабочей программы: Физического воспитания и спорта

1. Цели освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» являются:

- а) освоение методико-практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- б) овладение системой знаний, умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья;
- в) приобретение необходимого опыта в формировании потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом.

2. Содержание дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту»:

Легкая атлетика/Легкая атлетика (адаптивные формы и виды)

Гимнастика/Оздоровительная гимнастика.

Спортивные игры. Элементы спортивных игр (адаптивные формы и виды)

Общая физическая подготовка/ Общая физическая подготовка (адаптивные формы и виды).

3. В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

1) Знать:

- а) основные понятия физической культуры человека и общества, ее историю и роль в формировании здорового образа жизни;
- б) научно-биологические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни.

2) Уметь:

- а) творчески использовать физкультурно-спортивную деятельность для достижения жизненных и профессиональных целей, повышения функциональных и двигательных способностей;
- б) проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических качеств, коррекции телосложения и осанки, поддерживать оптимальный уровень умственной и физической работоспособности.

3) Владеть:

- а) системой знаний, умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности;

б) средствами самостоятельного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья, способностью достижения необходимого уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной профессиональной и социальной деятельности.

Зав.каф. АССОИ
профессор

A handwritten signature in blue ink, consisting of stylized, overlapping loops and a long horizontal stroke extending to the right.

Гайнуллин Р.Н.