АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Элективные курсы по физической культуре и спорту

по направлению подготовки: 44.03.04 «Профессиональное обучение (по отраслям)»
по профилю «Химическое производство»
Квалификация выпускника: БАКАЛАВР
Выпускающая кафедра: ИПП
Кафедра-разработчик рабочей программы: «Физического воспитания и спорта»

1. Цели освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Элективные курсы по физической культуре» 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»:

Психофизические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности; средства физической культуры в регулировании умственной и физической работоспособности.

Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов; физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра.

Общая и специальная физическая подготовка.

Тестирование уровня физической подготовленности.

Легкая атлетика.

Спортивная гимнастика.

Спортивные игры.

Лыжная подготовка.

Спортивные единоборства.

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. ИПП  Иванов В.Г.