

| Раздел дисциплины |
|------------------------------|
| Практический (тестирование). |
| Промежуточная аттестация. |
| Практический (основной). |
| Практический (тестирование). |
| Промежуточная аттестация. |
| Практический (основной). |
| Практический (тестирование). |
| Промежуточная аттестация. |
| День здоровья |
| Практический (основной). |
| Практический (тестирование). |
| Промежуточная аттестация. |
| Практический (основной). |
| Практический (тестирование). |

Место дисциплины в структуре ОП

Дисциплина входит в перечень элективных дисциплин вариативной части ОП. Она имеет предшествующие логические и содержательно-методические связи с дисциплиной физическая культура в средней школе.

Дисциплина основана на знаниях научных законов человекознания. Для освоения дисциплины необходимы знания по теории и методике физического воспитания, анатомии и физиологии человека.

Дисциплина направлена на совершенствование двигательных качеств человека, формирование здорового образа жизни, формирования физической культуры личности.

Курс «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» тесно связан с дисциплинами базовой части ОП «Физическая культура и спорт».

В результате изучения дисциплины бакалавр должен обладать следующими компетенциями:

| | | |
|---|---|--|
| УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | | |
| УК-7.2 Использует основы физической культуры для сознательного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности | | |
| требования к физическим качествам, предъявляемые профессией; иметь представление о предоставляемых физической культурой возможностях укрепления здоровья, совершенствования физических качеств, в том числе профессионально необходимых | оценивать свой уровень физической подготовленности на основе рекомендованных критериев, выявлять проблемы в сфере сформированности физических качеств и ставить цели по совершенствованию собственной физической подготовленности | основами оздоровительной физической культуры с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности |
| УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | | |
| УК-7.1 Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни | | |
| нормы здорового образа жизни и требования к уровню физической подготовленности, обеспечивающему полноценную социальную и профессиональную деятельность | использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личностных, жизненных целей | средствами и методами укрепления индивидуального здоровья и физического самосовершенствования |

Дисциплина "Элективные дисциплины по физической культуре и спорту" изучается посредством лекций, все разделы программы закрепляются практическими, лабораторными занятиями, выполнением контрольных работ, самостоятельной работы над учебной и научно-



технической литературой и завершается экзаменом.

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 34 часа, 340 зачетные единицы.

Вид промежуточной аттестации: Зачет.

| | | |
|----------------------------|---------------------------------|-------------------------------|
| Разработчик: | Подписано простой ЭП 09.07.2023 | Двойникова Елена Сергеевна |
| Зав. кафедрой: | Подписано простой ЭП 10.07.2023 | Свечкарёв Виталий Геннадьевич |
| Зав. выпускающей кафедрой: | Подписано простой ЭП 18.07.2023 | Мамсиров Нурбий Ильясович |

