

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Задорожная Людмила Ивановна

Должность: Проректор по учебной работе

Дата подписания: 24.10.2023 15:52:12

Уникальный программный ключ:

faa404d1aeb2a023b5f4a331ee5ddc540496512d

Аннотация

учебной дисциплины « Б 1.В.13 Элективные дисциплины по физической культуре и спорту»

шифр, наименование дисциплины

направления подготовки бакалавров 23.03.01 технология транспортных процессов

шифр направление подготовки

Дисциплина учебного плана подготовки бакалавра по направлению 23.03.01

Логистика на транспорте

шифр направление подготовки, профиль

Цели изучения курса: формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

Задачи курса: понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;

- знание научно-биологических, педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;

- формирование мотивационно-ценостного 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.

Основные блоки и темы дисциплины (дидактические единицы): - практический (основной), содействующий приобретению опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечивающих полноценную общую и профессионально-прикладную физическую подготовленность к будущей профессии и быту;

- контрольный, определяющий объективный учет процесса и результатов учебной деятельности студентов.

Учебная дисциплина «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» входит перечень курсов вариативной части цикла ОП.

В результате изучения дисциплины бакалавр должен обладать следующими компетенциями: УК-7.1: способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

знать: нормы здорового образа жизни и требования к уровню физической подготовленности, обеспечивающему полноценную социальную и профессиональную деятельность.

уметь: 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.

владеть: средствами и методами укрепления индивидуального здоровья и физического самосовершенствования

УК-7.2 Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.

Знать требования к физическим качествам, предъявляемые профессией; иметь представление о предоставляемых физической культурой возможностях укрепления здоровья, совершенствования физических качеств, в том числе профессионально необходимых.

Уметь оценивать свой уровень физической подготовленности на основе рекомендованных критериев, выявлять проблемы в сфере сформированности физических качеств и ставить цели по совершенствованию собственной физической подготовленности.

Владеть основами оздоровительной физической культуры с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности

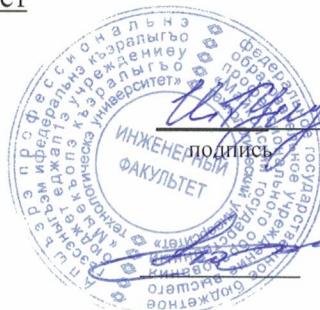
Дисциплина «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» изучается посредством практических занятий, выполнением тестов и завершается зачётом

Общая трудоемкость дисциплины составляет 340 часов,

Вид промежуточной аттестации зачет

Разработчик

Зав. выпускающей кафедрой



Гукетль И.Н.

Ф.И.О.

Гукетлев Ю.Х

подпись

Ф.И.О.