

Аннотация рабочей программы дисциплины
«Элективные курсы по физической культуре»
для групп студентов с ограниченными возможностями здоровья

Цели и задачи изучения дисциплины (модуля)

Цель: 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.

Задачи:

- 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.

Требования к результатам освоения дисциплины (модуля):

В процессе освоения курса студентам предоставляется возможность освоить следующие компетенции:

- использовать методы и инструменты физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8).

В результате изучения дисциплины студент должен:

Знать:

- научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни.

Уметь:

- использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни.

Владеть:

- средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности.

Объем дисциплины (модуля) и виды учебной работы:

Вид учебной работы	Всего часов / зачетных единиц	Семестры						
		I	II	III	IV	V	VI	VII
Аудиторные занятия (всего)	328							

В том числе:	-	-	-	-	-	-	-	
Практические занятия (ПЗ)		44	54	60	72	30	36	32
Вид промежуточной аттестации (<i>зачет, экзамен</i>)				зачет	зачет	зачет	зачет	зачет
Контактная работа (всего)								
Общая трудоемкость	часы	328						
	зачетные единицы							

Краткая характеристика содержания учебной дисциплины:

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лек ц.	Практ. зан.	Лаб. Зан.	Семина.	СРС	Всего
«Элективный курс по физической культуре» группа "А"							328
1	Общая физическая подготовка		124				
2	Адаптивная физическая подготовка		204				
«Элективный курс по физической культуре» группа "Б"							328
1	Общая физическая подготовка		124				
2	Адаптивная физическая подготовка		204				
«Элективный курс по физической культуре» группа "В"							328
1	Общая физическая подготовка		124				
2	Адаптивная физическая подготовка		204				

Форма промежуточной аттестации: 3-7 семестры – зачет.

Разработчик:

Заведующая кафедрой Физкультурно-оздоровительного центра ИГУ,
к.п.н., профессор _____ /Р.Ф.Проходовская/

Старший преподаватель
Физкультурно-оздоровительного центра ИГУ _____ /Т.И. Бонько/