

Аннотация к рабочей программе дисциплины

Направление подготовки: 44.03.01 «Педагогическое образование» (уровень бакалавриата)

Направленность (профиль): Иностранный язык

Форма обучения: Очная

1. Наименование дисциплины - «Элективные курсы по физической культуре и спорту»

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Цель освоения дисциплины:

формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Выпускник

- способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7);

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Наименование компетенции	Планируемые результаты обучения
способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7);	Знать: <ul style="list-style-type: none">- роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека,- влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;- правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности;- роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека. Уметь: <ul style="list-style-type: none">- выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной физической культуры;- разрабатывать и использовать индивидуальные программы для повышения адаптационных резервов организма, коррекции физического состояния и телосложения;- преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения; Владеть:

	-способами сохранения и укрепления здоровья, повышения адаптационных резервов организма и обеспечения полноценной деятельности средствами физической культуры; -способностью поддерживать необходимый уровень физической подготовки для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;
--	--

3. Указание места дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина Б1.О.10 «Элективные курсы по физической культуре и спорту» относится к дисциплинам обязательной части Блока 1 и изучается в 2,3,4,5,6 семестрах.

4. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических или астрономических часов

Объем дисциплины в зачетных единицах составляет 328 академических часа.

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№ п/п	Темы (разделы) дисциплины
1.	Гимнастика, йога
	Форма промежуточной аттестации: 2,3,4,5,6 - зачет