

## **Аннотация**

рабочей программы дисциплины (модуля)

### **Б1.Б.33 «Элективные курсы по физической культуре и спорту»**

#### **1. Цель и задачи учебной дисциплины (модуля)**

**Целью изучения дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту»** является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта для сохранения и укрепления здоровья. Способной использовать разнообразные средства и методы и организационные формы физической культуры и спорта в повседневной жизни для сохранения и укрепления здоровья, необходимого для профессионально-личностного становления.

Для достижения поставленной цели предусматривается решение следующих воспитательных, образовательных, развивающих и оздоровительных задач:

1. Понимание роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
2. Знание научно-практических основ физической культуры (адаптивной физической культуры) и здорового образа жизни;
3. Формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре (к адаптивной физической культуре), установки на здоровый образ жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание;
4. Формирование индивидуально-психологических и социально-психологических качеств и свойств личности необходимых для успешной профессиональной деятельности;
5. Овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности.

#### **2. Место учебной дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы и тип дисциплины по характеру ее освоения**

Дисциплина относится к блоку Б1. базовой части. Для успешного освоения дисциплины необходимы знания, умения и навыки, полученные в рамках освоения общеобразовательной школьной программы, а также знания, умения и навыки, полученные при изучении дисциплины Б1.Б.25 «Физическая культура и спорт».

#### **3. Планируемые результаты обучения по учебной дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной**

## профессиональной образовательной программы

Процесс освоения учебной дисциплины «**Элективные курсы по физической культуре и спорту**» направлен на формирование у обучающихся следующих **общекультурных** компетенций, предусмотренных ФГОС ВО по направлению подготовки 40.03.01 Юриспруденция (уровень бакалавриата), утвержденным Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 01 декабря 2016 г. № 1511:

Код компетенции	Содержание компетенции	Планируемые результаты освоения дисциплины
ОК-8	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>– роль физической культуры в развитии человека и подготовке бакалавра;</li><li>– сущность физической культуры в общекультурной и профессиональной подготовке обучающихся;</li><li>– социально-биологические основы физической культуры и спорта;</li><li>– основы здорового образа жизни обучающихся;</li><li>– особенности использования средств и методов физической культуры для оптимизации работоспособности;</li><li>– общую физическую и специальную подготовку обучающихся в системе физического воспитания</li></ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>– индивидуально выбирать вид спорта или систему физических упражнений для своего физического совершенствования;</li><li>– применять на практике физическую подготовку обучающихся</li></ul> <p><b>Иметь навыки и /или опыт деятельности:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>– личным опытом использования физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных и профессиональных целей;</li><li>– системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств (с</li></ul>



