


| | | |
|--|-------|---|
| Министерство образования и науки РФ Ульяновский государственный университет | Форма |  |
| Ф – Аннотация рабочей программы дисциплины | | |

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ «ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ»

по направлению 40.03.01 «Юриспруденция» Уголовно-правовой (бакалавриат)

1. Цели и задачи освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины:

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 профессиональной деятельности.

Задачи освоения дисциплины:

- понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- знание научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание потребности в регулярных занятиях 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, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.


2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Элективные курсы по физической культуре и спорту реализуются в рамках элективных дисциплин учебного плана по направлению 40.03.01 «Юриспруденция».

3. Перечень планируемых результатов освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

| Код и наименование реализуемой компетенции | Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций |
|---|--|
| ОК-8 Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноцен- | Знать: - правила соревнований по избранному виду спорта; - правила безопасности при проведении спортивных соревнований и спортивно-массовых мероприятий; - способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; |

| | | |
|--|-------|---|
| Министерство образования и науки РФ Ульяновский государственный университет | Форма |  |
| Ф – Аннотация рабочей программы дисциплины | | |

| | |
|---|--|
| <p>ной социальной и профессиональной деятельности</p> | <ul style="list-style-type: none"> - правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности; - методику обучения и совершенствования технических и тактических элементов избранного вида спорта. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять и проводить комплексную специализированную разминку для избранного вида спорта; - выполнять индивидуально подобранные комплексы специальной физической подготовки, развития физических и двигательных-координационных качеств необходимых в избранном виде спорта; - выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации; - преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения; - оказывать помощь в судействе соревнований по избранному виду спорта; - осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования; - способностью повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья; - техникой выполнения элементов избранного вида спорта; - тактическими индивидуальными действиями, а также элементами группового и командного взаимодействия для участия в соревнованиях; - методикой организации и проведения индивидуального, коллективного, семейного отдыха и участия в массовых спортивных соревнованиях; - основами формирования здорового образа жизни в процессе активной творческой деятельности. |
|---|--|


4. Общая трудоемкость дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет **328** академических часов в очной и очно-заочной формах обучения. Дисциплина осваивается на 1-3 курсах во 2-6 семестрах.

5. Образовательные технологии

В ходе освоения дисциплины при проведении аудиторных занятий используются следующие образовательные технологии: лекции с использованием презентаций, семинарские и практические занятия с использованием методического сопровождения управляемой самостоятельной интерактивной работы студентов по освоению различных видов двигательной активности.

При организации самостоятельной работы используются следующие образовательные технологии: учебно-методические пособия по видам учебной программы, фонды оценочных средств, использование Интернет-ресурсов и др.

| | | |
|--|-------|---|
| Министерство образования и науки РФ Ульяновский государственный университет | Форма |  |
| Ф – Аннотация рабочей программы дисциплины | | |

6. Контроль успеваемости

Программой дисциплины предусмотрены следующие виды текущего контроля: контрольные вопросы и упражнения, тестирование, реферат, соревнования.

По данной дисциплине предусмотрена форма отчетности: зачет.

Промежуточная аттестация проводится в форме: **зачет**.