**АННОТАЦИЯ**
**рабочей программы модуля**

| | |
|---|---|
| **Наименование учебного модуля** | Элективные курсы по физической культуре и спорту |
| **Уровень (вид) образования** | Бакалавриат |
| **УГСН** | Для всех УГСН |
| **Направление подготовки** | Для всех направлений подготовки |
| **Направленность (профиль)** | Для всех профилей |
| **Форма обучения** | Очная |
| **Образовательные технологии** | Традиционные |
| **Форма контроля (промежуточная аттестация)** | Семестр 1: Зачет; Семестр 2: Зачет; Семестр 3: Зачет; Семестр 4: Зачет; Семестр 5: Зачет; Семестр 6: Зачет |
| **Подразделение** | Кафедра "Физическое воспитание и спорт" |
| **Объем модуля, ч. / з.е. / недели** | 360/10/7 |
| **Практические занятия, ч** | 240 |
| **Самостоятельная работа, ч** | 107 |

## Дисциплина направлена на формирование следующих компетенций

| Код и наименование компетенции | Код и наименование индикатора достижения компетенции | Результаты обучения (знать, уметь, владеть) |
|---|---|---|
| Универсальные компетенции | | |
| УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | УК-7.1 Понимает влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний | Владеть Средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.<br>Уметь Использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни.<br>Уметь Применять на практике разнообразные средства физической куль-туры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки. |
| | УК-7.2 Выполняет индивидуально подобранные комплексы оздоровительной или адаптивной физической культуры | Знать Виды физических упражнений.<br>Знать Научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни.<br>Знать Роль и значение физической культуры в жизни |

| | | |
|---|---|---|
| | | человека и общества. |

**Краткое содержание дисциплины**

| |
|---|
| Содержание дисциплины охватывает: научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни; средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни; средства и методы укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценности физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной<br>деятельности. Преподавание дисциплины предусматривает практические и самостоятельные занятия<br>студентов. |