

Элективные курсы по физической культуре

1 Цель дисциплины:

всестороннее и гармоничное развитие физических качеств и повышение уровня физической подготовленности обучающихся в процессе физкультурно-спортивной деятельности, формирование основ здорового образа жизни и потребности в физической активности на основе регулярных занятиях физическими упражнениями.

Задачи дисциплины:

- воспитание у учащихся как духовных, нравственных ценностей и патриотических убеждений;
- реализация личностно-ориентированного подхода к развитию обучающихся с целью создания мотивации к обучению;
- рациональная организация учебного процесса с целью укрепления и сохранения здоровья;
- проведение контроля за состоянием занимающихся физической культурой и спортом с применением адекватных и современных медико-биологических и педагогических методов;
- совершенствование индивидуальных способностей детей в условиях секционной работы на основе применения наиболее эффективных средств и методов спортивной тренировки;
- формирование основ здорового образа жизни и потребности в физической активности на основе регулярных занятиях физическими упражнениями;

2 Место дисциплины в структуре ООП:

Дисциплина «прикладная физическая культура» относится к базовой части обязательных дисциплин .

Для освоения дисциплины «прикладная физическая культура» обучающиеся используют знания, умения, навыки, способы деятельности и установки, сформированные в ходе изучения дисциплин «физическая культура».

Освоение дисциплины «прикладная физическая культура» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин «Безопасность жизнедеятельности», «Основы здорового образа жизни».

Междисциплинарные связи разделов и (или) тем дисциплины с обеспечиваемыми (последующими) дисциплинами

№ п/п	Наименование обеспечиваемых (последующих) дисциплин	Наименование разделов (темы) данной дисциплины, необходимых для изучения обеспечиваемых (последующих) дисциплин					
		Гимнастика	Легкая атлетика	Лыжные гонки	Спортивные игры	Конькобежный спорт	Подвижные игры
1.	Безопасность жизнедеятельности	+	+		+	+	+
2.	Основы здорового образа жизни	+	+	+	+	+	+

3 Требования к результатам освоения дисциплины:

В совокупности с другими дисциплинами Физическая культура направлена на формирование следующих компетенции:

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

В результате освоения содержания дисциплины студент должен:

Знать: практические основы прикладной 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, применять на практике основные умения базовых и новых физкультурно-спортивных видов (гимнастика).

Владеть: средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями прикладной физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности, навыками двигательных умений базовых и новых физкультурно-спортивных видов (гимнастика).

4 Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетные единицы.