

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Мартиросян Карен Минасович

Должность: Декан факультета социально-культурной деятельности и туризма

Дата подписания: 29.08.2017 14:58:12

Уникальный программный ключ:

83d246babd3db24264ac4d837e1b2824e5276a71

Министерство культуры Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

**«КРАСНОДАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ  
КУЛЬТУРЫ»**

Факультет социально-культурной деятельности и туризма

Кафедра физического воспитания и безопасности жизнедеятельности

УТВЕРЖДАЮ

Декан ФСКДТ

 К.М. Мартиросян

\_\_\_\_\_ 29.08.2017 г.

**АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.В.ДВ ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ  
И СПОРТУ**

Направление подготовки 51.03.04 **Музеология и охрана объектов  
культурного и природного наследия**

Квалификация (степень) выпускника – **бакалавр**

Форма обучения – **очная, заочная**

Составитель:

старший преподаватель



Шутько А.П.,

**Краснодар  
2017**

## **1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

**Целью** элективных курсов по физической культуре и спорту является 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 жизни и профессиональной деятельности.

### **Задачи:**

- понимание социально значимости физической культуры и ее роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- знание биологических, психолого-педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям 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 к будущей профессии и быту;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

## **2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО**

В соответствии со структурой учебного плана по направлению подготовки 51.03.04 «Музеология и охрана объектов культурного и природного наследия», учебный курс «элективные курсы по физической культуре и спорту» входит в состав дисциплин по выбору вариативной части.

"Элективные курсы по физической культуре и спорту" - сфера социальной деятельности, направленная на сохранение и укрепление здоровья, развитие психофизических способностей человека в процессе осознанной двигательной активности.

"Элективные курсы по физической культуре и спорту" представляет собой совокупность ценностей и знаний, создаваемых и используемых обществом в целях физического и интеллектуального развития способностей человека, совершенствования его двигательной активности и формирования здорового образа жизни, социальной адаптации путем физического воспитания, физической подготовки и физического развития (в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 4 декабря 2007 г. N 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»).

Цель физического воспитания достигается в решении взаимосвязанных оздоровительных, развивающих, образовательных и воспитательных задач.

Для выполнения этих задач общее время учебно-тренировочных занятий по дисциплине «элективные курсы по физической культуре и спорту» и дополнительных самостоятельных занятий физическими упражнениями и спортом для каждого студента должно составлять не менее 5 часов в неделю.

Дисциплина ориентирована на повышение гуманистической составляющей при подготовке специалистов и базируется на знаниях, полученных при изучении социально-экономических, естественнонаучных и общепрофессиональных дисциплин.

### **3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ СОДЕРЖАНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

Процесс изучения дисциплины «элективные курсы по физической культуре и спорту» направлен на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 51.03.04 «Музеология и охрана объектов культурного и природного наследия»:

#### **а) общекультурных (ОК):**

- способностью к самоорганизации и самообразованию (ОК-7);
- способности использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8).

В результате освоения дисциплины «Физическая культура и спорт» обучающиеся должны:

#### **Знать:**

- социальную роль физической культуры в развитии личности и ее подготовки к профессиональной деятельности;
- социально-биологические основы адаптации организма человека к физической и умственной деятельности, факторам среды обитания;
- основы здорового образа жизни для социальной и профессиональной деятельности;
- психолого-физиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности, методы повышения работоспособности;
- методические основы общей физической и спортивной подготовки;
- методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями и методы самоконтроля;
- методические основы профессионально - прикладной физической подготовки (ППФП).

#### **Уметь:**

- выполнять и анализировать тесты по определению уровня физической подготовленности;
- применять способы самоконтроля и оценки физического развития;
- применять способы планирования самостоятельных занятий соответствующей целевой направленности;
- применять методы и средства физической культуры для повышения работоспособности;
- выполнять самостоятельно подобранные комплексы по общей физической подготовке,
- преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения.

#### **Владеть:**

- навыками планирования самостоятельных занятий;
- системой и методикой ведения активного образа жизни.

#### **Приобрести опыт практической деятельности, направленной на:**

- повышение работоспособности, сохранения и укрепления здоровья;
- подготовку к профессиональной деятельности и службе в ВС РФ;
- участие в спортивно-оздоровительных мероприятиях;
- организацию и проведение индивидуального и коллективного отдыха;

- активную творческую деятельность по формированию ЗОЖ.

#### **4. ОБЪЕМ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

Общая трудоемкость дисциплины «элективные курсы по физической культуре и спорту» составляет 2 зачетные единицы (72 часа). Дисциплина реализуется в 1-4 семестрах. Форма промежуточной аттестации – зачёт в 4 семестре.