

Министерство культуры Российской Федерации
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«КРАСНОДАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ
КУЛЬТУРЫ»**

Факультет социально- гуманитарного образования
Кафедра физической культуры и безопасности жизнедеятельности

УТВЕРЖДАЮ

Декан ФСГО
 Н.А. Гангур
 2015 г.

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

Элективные курсы по физической культуре и спорту

Направление подготовки – Теория и история искусств

Профиль подготовки – Теория и история изобразительного искусства и архитектуры

Квалификация (степень) выпускника – бакалавр

Форма обучения – Заочная – 2015

Составитель:
ст.преподаватель



(подпись)

Шутько А.П.

(Ф.И.О)

Краснодар

2015

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью физического воспитания студентов 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

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

"Элективные курсы по физической культуре " - обязательная обще профессиональная дисциплина, которая 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.

Дисциплина «Элективные курсы по физической культуре» входит в состав дисциплин по выбору вариативной части профессионального цикла.

3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ СОДЕРЖАНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Процесс изучения дисциплины «Элективные курсы по физической культуре» направлен на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВПО по данному направлению подготовки - **общекультурных:**

способностью к самоорганизации и самообразованию (ОК-7);

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

способностью использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций (ОК-9);

В результате изучения курса «Элективные курсы по физической культуре» студенты должны:

Знать:

- основы здорового образа жизни;
- социально-биологические основы физической культуры;
- основы общей и профессионально-прикладной физической подготовки;
- основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Уметь:

- проводить самооценку работоспособности и утомления;
- составлять индивидуальные программы физического самовоспитания и занятия с оздоровительной направленностью;
- составлять и проводить простейшие самостоятельные занятия физическими упражнениями гигиенической или тренировочной направленности.

Владеть: системой и методикой ведения активного образа жизни.

Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности для:

- повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья;
- подготовки к профессиональной деятельности и службе в ВС РФ;
- участия в спортивно-оздоровительных мероприятиях;
- организации и проведения индивидуального и коллективного отдыха;
- активной творческой деятельности по формированию ЗОЖ.

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. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Структура дисциплины

Общий объем дисциплины составляет - 328 ч. Дисциплина реализуется в 1-6 семестрах. Форма промежуточной аттестации - зачет в 2, 4, 6 семестрах.