

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Смирнов Сергей Николаевич
Должность: врио ректора
Дата подписания: 08.09.2023 11:59:26
Уникальный программный ключ:
69e375c64f7e975d4e8830e7b4fcc2ad1bf35f08

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет»



УТВЕРЖДАЮ

Руководитель ООП

Зиновьев А.В.

03" июня 2021 г.

Рабочая программа дисциплины (с аннотацией)
**ЭЛЕКТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И
СПОРТУ**

Направление подготовки

06.03.01 Биология

Профиль подготовки

Биоэкология

Для студентов очной формы обучения 1-2 курса

Составитель:

Старший преподаватель И.А. Титкова

Тверь, 2021

I. Аннотация

1. Наименование дисциплины в соответствии с учебным планом

Элективные дисциплины по физической культуре и спорту.

2. Цель и задачи дисциплины

Целью освоения дисциплины 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. Курс включает в себя практические занятия по физической культуре.

Задачами освоения дисциплины являются:

- знание практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование 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;
- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы:

Дисциплина «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» – дисциплина Вариативной части учебного плана направления «Биология» и изучается на 1-2 курсах в 1-4 семестрах.

Дисциплина является обязательным разделом гуманитарного компонента образования, значимость которого проявляется через гармонизацию духовных и физических сил, формирование таких общечеловеческих ценностей, как здоровье, физическое и психическое благополучие, физическое совершенство - основы для осуществления дальнейшей профессиональной деятельности.

«Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» (или «адаптивной физической культуре» при ограниченных возможностях здоровья) представлены в виде ряда физкультурных направлений. Студент выбирает тот вид, который ему наиболее интересен. Перечень направлений формируется вузом самостоятельно, с учетом материально-технической базы. Студент имеет право поменять физкультурное направление, но не чаще чем один раз в год.

4. Объем дисциплины: 328 академических часов, в том числе **контактная работа:** практические занятия – 132 часов, самостоятельная работа – 196 часов. Указанные академические часы являются обязательными для освоения и в зачетные единицы не переводятся.

5. Перечень планируемых результатов обучения дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Планируемые результаты освоения образовательной программы (формируемые компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
<p>ОК-8. Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>Владеть: Методами и средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>
	<p>Уметь: подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств</p>
	<p>Знать: основные средства и методы физического воспитания</p>

6. Форма промежуточной аттестации - зачеты во 2 и 4 семестрах.

7. Язык преподавания русский.