

**Аннотация к рабочей программе дисциплины
 Элективные дисциплины по физической культуре и спорту
 направление подготовки 09.03.01 Информатика и вычислительная техника
 (профиль "Программное обеспечение вычислительной техники и автоматизированных систем")**

Дисциплина Элективные дисциплины по физической культуре и спорту изучается в 1-6 семестре. Предусмотрены практические занятия. Отчетность по результатам освоения дисциплины 1,2,4,6 семестры – зачет.

Цель освоения дисциплины – практическая подготовка бакалавров, в области использования средств физической культуры для сохранения и укрепления здоровья.

Место дисциплины в структуре образовательной программы. Элективные дисциплины по физической культуре и спорту реализуются в рамках дисциплин (модулей) по физической культуре и спорту.

Планируемые результаты освоения образовательной программы			
Код компетенции	Наименование компетенции	Структурные элементы компетенции	Результаты обучения по дисциплине
ОК-8	способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	З2(ОК-8): осознает ценность здоровья и необходимость ведения здорового образа жизни;	<i>знать:</i> – роль физической культуры в развитии человека и подготовке специалиста; – основы физической культуры и здорового образа жизни; – особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности как общей физической, так и специальной подготовки в системе физического воспитания; – основы методики самостоятельных занятий и самоконтроль за состоянием своего организма;
		У1(ОК-8): развивать функциональные возможности, укреплять и сохранять здоровье, используя техники формирования телосложения, повышения функциональных возможностей организма, развития физических способностей (силовых, скоростных, координационных, выносливости и гибкости);	<i>уметь:</i> – использовать физкультурно-спортивную деятельность для повышения функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных и профессиональных целей;
		В1(ОК-8): владеть специальными знаниями, умениями и навыками развития физических	<i>владеть:</i> – системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление

Планируемые результаты освоения образовательной программы			
Код компетенции	Наименование компетенции	Структурные элементы компетенции	Результаты обучения по дисциплине
		качеств, методами укрепления здоровья, закаливания организма, специальными правилами и техниками во избежание нанесения вреда здоровью, в том числе, во время занятий физической культурой и спортом.	здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств; – профессионально - прикладной физической подготовкой.

Разделы дисциплины включают:

1. Легкая атлетика.
2. Спортивные игры (волейбол, баскетбол, футбол, н/теннис).
3. Гимнастика.
4. Лыжная подготовка.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 9 зачетных единиц.

Составитель – к.п.н., доцент кафедры спортивных дисциплин и физического воспитания Т.А. Брусник,
к.п.н., доцент кафедры спортивных дисциплин и физического воспитания А.П. Теплоухов