

**Аннотация к рабочей программе дисциплины  
 Элективные дисциплины по физической культуре и спорту  
 направление подготовки 09.03.03 Прикладная информатика  
 (профиль «Прикладная информатика в машиностроении»)**

Дисциплина Элективные дисциплины по физической культуре и спорту изучается в 1-6 семестрах. 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.

<b>Планируемые результаты освоения образовательной программы</b>			
<b>Код компетенции</b>	<b>Наименование компетенции</b>	<b>Структурные элементы компетенции</b>	<b>Результаты обучения по дисциплине</b>
<b>ОК-8</b>	способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<b>З2(ОК-8):</b> 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;
		<b>У1(ОК-8):</b> 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;
		<b>В1(ОК-8):</b> владеть специальными знаниями, умениями и навыками развития физических	<i>владеть:</i> – системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление

<b>Планируемые результаты освоения образовательной программы</b>			
<b>Код компетенции</b>	<b>Наименование компетенции</b>	<b>Структурные элементы компетенции</b>	<b>Результаты обучения по дисциплине</b>
		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 328 часов.**

**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