АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ (ЭЛЕКТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ)

Код и наименование направления подготовки, профиля (направленности): 37.03.01 Психология, Практическая психология

Уровень программы: ***БАКАЛАВРИАТ***
Форма обучения: очная (заочная)
Общая трудоемкость дисциплины по учебному плану 328 ч.
Период обучения 1,2,3,4,5,6,7,8(1,2,3,4,5,6,7) семестр
Курсовая работа/курсовой проект – не предусмотрена
Цель освоения дисциплины: освоения дисциплины является формирование компетенций по физической культуре, направленных на развитие личности студента и способности применения средств и методов физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

Сформировать компетенцию в области общекультурного развития личности
ОК-8 способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Краткое содержание дисциплины
Лыжная подготовка Способы передвижения. Развитие общей и специальной выносливости.
Подвижные игры.
Оздоровительная аэробика
ОФП. Развитие силы и гибкости.
Легкая атлетика. Оздоровительная ходьба, бег. Производственная физическая культура и прикладные двигательные навыки
Формы текущего контроля и промежуточной аттестации:
В ходе реализации дисциплины «Физическая культура и спорт (элективные дисциплины)» используются следующие формы текущего контроля успеваемости обучающихся: практические задания, контроль посещаемости, тестирование по физической подготовке,
Промежуточная аттестация проводится в форме Зачета