

Документ подписан простой электронной подписью
 Информация о владельце:
 ФИО: Петренко Вячеслав Иванович
 Должность: и.о. директора Института цифрового развития
 Дата подписания: 05.07.2024 09:35:26
 Уникальный программный ключ:
 b47f96eeab54c6c119194ab7180b10000e7ad4d

Аннотация дисциплины

Наименование дисциплины	Элективные дисциплины по физической культуре и спорту
Содержание	Диагностика физической подготовленности студентов. Методика развития гибкости, ловкости, быстроты, силы, выносливости. Легкая атлетика: бег на 100 м, 2000 м – жен, 3000 м – муж.; прыжки в длину с места. ОФП, ППФП, гимнастика, подвижные игры, спортивные игры, оздоровительные системы и практики. Контрольные испытания по физической подготовленности студентов как результат их деятельности.
Реализуемые компетенции	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
Результаты освоения дисциплины (модуля)	УК-7 Знать: роль и значение физической культуры в жизни человека и общества; научно-практические основы физической культуры, а также систему профилактики вредных привычек и формирования здорового образа и стиля жизни. Уметь: применять на практике разнообразные средства физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки; использует средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни. Владеть: навыками поддержания здоровья и физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
Трудоемкость, з.е.	-
Форма отчетности	Зачет 2, 4, 6 семестры
Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины	
Основная литература	1. Виленский, М. Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента : учеб. пособие / М. Я. Виленский, А. Г. Горшков. - М.: КноРус, 2012. - 240 с. - Гриф: Доп. МО. - ISBN 978-5-406-01296-3 2. Соловьев, Г. М. Физическая культура личности (теория и технология формирования): учеб. пособие / Г. М. Соловьев, С. Н. Кашин; Мин-во образования Рос. Федерации МВД России Краснодарский ун-т. - М.: Илекса, 2014. - 212 с. - Гриф.: Рек. науч.-метод. советом Междунар. Академии наук. - Библиогр.: с. 208-209. - ISBN 978-5-89237-592-4 3. Барчуков, И. С. Физическая культура: учебник / И.С. Барчуков ; под общ. ред. Н.Н. Маликова. - 7-е изд., стер. - М.: Академия, 2013. - 528 с. - (Бакалавриат). - Библиогр.: с. 521. - ISBN 978-5-4468-0198-5 4. Небытова, Л. А. (СКФУ). Физическая культура: учебное пособие (курс лекций) / Л. А. Небытова, М. В. Катренко, Н. И. Соколова; Сев.-Кав. федер. ун-т. - Ставрополь : СКФУ, 2017. - 336 с.
Дополнительная литература	1. Гриднев, В. А. Новый комплекс ГТО в ВУЗе: учебное пособие для студентов высших учебных заведений всех специальностей дневной формы обучения / В.А. Гриднев; С.В. Шпагин. – Тамбов Издательство ФГБОУ ВПО «ТГТУ», 2015. - 80 с. - ISBN 978-5-8265-1375-0

	2. Физическая культура студента : учебник для вузов / под ред. В. И. Ильинича. - М.: Гардарики, 2003. - 448 с.: ил. - ISBN 5-8297-0010-7 3. Соловьев, Г. М. Здоровый образ жизни: Научно-теоретические и методические основы: Учеб. пособие / М-во образования РФ / СГУ, Ч.1. - Ставрополь : Изд-во СГУ, 2001. – 180 с. 4. Соловьев, Г. М. Здоровый образ жизни: Научно-теоретические и методические основы: Учеб. пособие / М-во образования РФ / СГУ, Ч.2. - Ставрополь : Изд-во СГУ, 2001. – 176 с.
--	---