

Документ подписан простой электронной подписью  
 Информация о владельце:  
 ФИО: Гайдамашко Игорь Вячеславович  
 Должность: И.о. ректора  
 Дата подписания: 16.09.2022 14:11:17  
 Уникальный программный ключ:  
 c7b77973654876a9af4d3b280790bfd371557fdb

### 37.03.01 «Психология»

бакалавр

профиль «Прикладная и практическая психология»

#### АННОТАЦИЯ

рабочей программы дисциплины

«*Элективные дисциплины по физической культуре и спорту.*  
*Спортивные и подвижные игры*»

*Дисциплина по выбору вариативной части*  
*Заочная форма обучения*

Составитель аннотации: Мукминова Г.Р., преподаватель



|   |   |
|---|---|
| <b>Общая трудоемкость дисциплины (ЗЕТ / час.)</b>                           | 328   |
| <b>Цель изучения дисциплины</b>   | Формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки, обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности  |
| <b>Содержание дисциплины</b>  | Основы здорового образа жизни. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физического воспитания. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.  |
| <b>Формируемые компетенции (коды)</b>                                       | ОК-8  |
| <b>Наименование дисциплин, необходимых для освоения данной дисциплины</b>   | Нет, т.к. дисциплина стоит на начальном этапе реализации компетенции  |
| <b>Знания, умения и навыки, получаемые в результате изучения дисциплины</b> | <i>Знать</i> - основы физической культуры и здорового образа жизни; - технику выполнения физических упражнений, предусмотренных программой профилактики профессиональных заболеваний и вредных привычек;<br><i>уметь</i> - применять средства и методы физической культуры для сохранения и укрепления здоровья; - творчески использовать средства и методы физического воспитания для физического самосовершенствования личности;<br><i>владеть</i> - системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья; - способами физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей. |
| <b>Образовательные технологии</b>   | Преподавание дисциплины ведется с применением следующих видов образовательных технологий: чтение лекций; самостоятельная работа студентов.  |
| <b>Формы текущего контроля успеваемости</b>                                 | Контрольная работа, дневник самоконтроля  |
| <b>Форма промежуточной аттестации</b>                                       | Зачет   |

Зав. кафедрой физической культуры и спорта



И.Н. Овсянникова