Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Карпов Евгений Борисович
Должность: Ректор
Дата подписания: 31.08.2021 23:48:39
Уникальный программный ключ:
34e81b9ebf022d792ddf4ba544335e3bf5ea8f9d7bcf1d2f098d2f3e66a8100

МЕЖДУНАРОДНАЯ ПОЛИЦЕЙСКАЯ АКАДЕМИЯ ВПА
Автономная некоммерческая организация высшего образования
АНО ВО МПА ВПА

# Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту

## Аннотация дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Лингвистики и гуманитарных дисциплин**

Учебный план Направление подготовки 37.03.01 Психология
Направленность (профиль) Практическая психология

Квалификация **бакалавр**

Форма обучения **заочная**

**Распределение часов дисциплины по семестрам**

| Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>) | 1 (1.1) | | 2 (1.2) | | Итого | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Недель | 13 | | 18 | | | |
| Вид занятий | УП | РП | УП | РП | УП | РП |
| Лекции | 4 | 4 | | | 4 | 4 |
| Практические | | | 4 | 4 | 4 | 4 |
| Итого ауд. | 4 | 4 | 4 | 4 | 8 | 8 |
| Контактная | 4 | 4 | 4 | 4 | 8 | 8 |
| Сам. работа | 156 | 156 | 156 | 156 | 312 | 312 |
| Часы на контроль | 4 | 4 | 4 | 4 | 8 | 8 |
| Итого | 164 | 164 | 164 | 164 | 328 | 328 |

| 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ | |
|---|---|
| 1.1 | - формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности. |
| 1.2 | -понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности; |
| 1.3 | -знание научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни; |
| 1.4 | -формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом; |
| 1.5 | -овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре; |
| 1.6 | -обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии; |
| 1.7 | приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей. |

| 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП | |
|---|---|
| Цикл (раздел) ООП: | Б1.В |
| **2.1** | **Требования к предварительной подготовке обучающегося:** |
| 2.1.1 | |
| **2.2** | **Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:** |
| 2.2.1 | Управление процессами |
| 2.2.2 | Защита выпускной квалификационной работы, включая подготовку к процедуре защиты и процедуру защиты |
| 2.2.3 | Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена |
| 2.2.4 | Производственная практика (преддипломная практика) |

| 3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) |
|---|
| **ОК-8: способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности** |
| **Знать:** |
| основы здорового образа жизни |
| **Уметь:** |
| выполнять контрольные нормативы по общей физической подготовке |
| **Владеть:** |
| системой практических умений и навыков, для повышения своих функциональных и двигательных возможностей |

| **ПК-12: способностью к просветительской деятельности среди населения с целью повышения уровня психологической культуры общества** |
|---|
| **Знать:** |
| основные понятия теории физвоспитания, роль и место физической культуры и спорта в обеспечении здоровья нации и содействия социально-культурному развитию общества; |
| **Уметь:** |
| находить эффективные методы и средства физической культуры для обеспечения социальной и профессиональной деятельности, |
| **Владеть:** |
| средствами самостоятельного методически правильного использования методов физвоспитания и укрепления здоровья |

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен**

| **3.1** | **Знать:** |
|---|---|
| основы здорового образа жизни | |
| основные понятия теории физвоспитания, роль и место физической культуры и спорта в обеспечении здоровья нации и содействия социально-культурному развитию общества; | |
| **3.2** | **Уметь:** |
| выполнять контрольные нормативы по общей физической подготовке | |

| | |
|---|---|
| находить эффективные методы и средства физической культуры для обеспечения социальной и профессиональной деятельности, | |
| **3.3** | **Владеть:** |
| системой практических умений и навыков, для повышения своих функциональных и двигательных возможностей | |
| средствами самостоятельного методически правильного использования методов физвоспитания и укрепления здоровья | |