

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Смирнов Сергей Николаевич  
Должность: врио ректора  
Дата подписания: 06.06.2022 16:44:45  
Уникальный программный ключ:  
69e375c64f7e975d4e8830e7b4fcc3a11bf75f08

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет»



УТВЕРЖДАЮ  
Руководитель ООП

*(Смирнов С.Н.)*  
"06" июня 20 22

Рабочая программа дисциплины (с аннотацией)  
**ЭЛЕКТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ**

Направление подготовки  
35.03.01. ЛЕСНОЕ ДЕЛО

Направленность (профиль)  
Рациональное многоцелевое использование лесов

Для студентов 1-2 курса очной формы обучения

Составитель: ст. преподаватель кафедры физического воспитания

И.А. Титкова

Тверь, 2019

## **I. Аннотация**

### **1. Наименование дисциплины в соответствии с учебным планом**

Элективные дисциплины по физической культуре и спорту

### **2. Цель и задачи дисциплины**

Основной целью дисциплины является формирование и развитие двигательной активности, физических и психологических способностей, обеспечивающих адаптацию личности к своему состоянию здоровья, окружающей среде, обществу и различным видам деятельности.

Задачами освоения дисциплины являются:

- понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- знание практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни;
- формирование жизненно необходимых знаний, умений и навыков по сохранению и поддержанию организма в активном функциональном состоянии;
- формирование волевых качеств, интереса, осознанной необходимости в постоянных занятиях физическими упражнениями;
- использование средств физической культуры в профилактике и лечении различных заболеваний;
- укрепление состояния здоровья, устранение отклонений в физическом развитии, повышение функциональных возможностей организма, развитие компенсаторных функций, двигательных способностей, устойчивости организма к неблагоприятным факторам окружающей среды;
- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

### **3. Место дисциплины в структуре ООП**

Дисциплина «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» относится к дисциплинам вариативной части. Изучение дисциплины предусмотрено в 1-ом и 2-ом семестрах первого года обучения, в 3-ем и 4-ом семестрах второго года обучения. Являясь составной частью общей культуры и профессиональной подготовки студента в течение всего периода обучения, физическая культура входит обязательным разделом в гуманитарный компонент образования, значимость которого проявляется

через гармонизацию духовных и физических сил, формирование таких общечеловеческих ценностей, как здоровье, физическое и психическое благополучие, физическое совершенство.

**4. Объем дисциплины :**

328 академических часов, в том числе **контактная работа:** практические занятия – 198 часов, самостоятельная работа – 130 часов. Указанные академические часы являются обязательными для освоения и в зачетные единицы не переводятся.

**5. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине , соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

<b>Планируемые результаты освоения образовательной программы (формируемые компетенции)</b>	<b>Планируемые результаты обучения по дисциплине</b>
<b>ОК-8:</b> Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<p><b>Владеть:</b> методами техники безопасности при занятиях физической культурой; средствами и методами физической культуры необходимыми для обеспечения полноценной жизнедеятельности.</p> <p><b>Уметь:</b> систематизировать средства и методы физической культуры в зависимости от поставленных задач</p> <p><b>Знать:</b> способы применения средств и методов оздоровления и физического воспитания человека; основные требования к технике безопасности при занятиях физической культурой; основные направления в сфере физической культуры; формировать и реализовывать на личном примере все аспекты здорового образа жизни</p>

**6. Форма промежуточного контроля – зачеты во 2-м и 4-ом семестрах.**

**7. Язык преподавания русский.**