

Аннотация

к рабочей программе дисциплины

Б1.В.ДВ.02.03 Прикладная физическая подготовка

Направление подготовки: 15.03.06 Мехатроника и робототехника

Квалификация выпускника: бакалавр

Цель освоения дисциплины:

Целью освоения дисциплины «Б1.В.ДВ.02.03 Прикладная физическая подготовка» является 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 жизни и профессиональной деятельности.

Задачами дисциплины являются:

- сохранение и укрепление здоровья студентов, содействие правильному формированию и всестороннему развитию организма, поддержание высокой работоспособности на протяжении всего периода обучения;

- понимание социальной значимости прикладной физической подготовки и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;

- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;

- 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 и спорте;

- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений;

- совершенствования спортивного мастерства студентов – спортсменов

Объем дисциплины: 0 зачетных единиц, всего 328 часов.

Семестр: 1, 2, 3-й курсы, 1-5-й семестры.

Краткое содержание основных разделов дисциплины:

№ п/п	Основные разделы дисциплины	Краткое содержание разделов дисциплины
1	Прикладная физическая культура	Средства ОФП (общефизической подготовки). Основы методики самостоятельных занятий и самоконтроль за состоянием своего организма. Методы оценки и развития силовых способностей. Легкая атлетика. Оздоровительная ходьба, бег.

		Производственная физическая культура и прикладные двигательные навыки. Подвижные игры с элементами спортивных игр (волейбол, баскетбол, футбол). Баскетбол. Совершенствование технико-тактических действий в игре. Волейбол. Совершенствование технико- тактических действий в игре.
--	--	--

Форма промежуточной аттестации: зачет с оценкой