

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Дмитриев Николай Николаевич  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 02.05.2024 04:49:02  
Уникальный программный ключ:  
f7c6227919e4cdbfb4d7b682991f8553b37cafb

## АННОТАЦИЯ

**рабочей программы дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту»  
направление подготовки 35.03.01 Лесное дело  
направленность (профиль) Лесное дело  
форма обучения: очная, заочная**

### **Цель освоения дисциплины:**

**Целью** физического воспитания студентов вузов 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 профессиональной деятельности.

### **Основные задачи освоения дисциплины:**

- понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- знание научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование, потребности в регулярных занятиях 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, овладение способностью приобретать новые знания, используя современные образовательные и информационные технологии;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей;
- совершенствование спортивного мастерства студентов.

### **Место дисциплины в структуре образовательной программы**

В высших учебных заведениях дисциплина «Элективные курсы по физической культуре и спорту» представлена как учебная дисциплина по выбору вариативной части Блока 1 учебного плана.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 328 часов. Дисциплина изучается на очной форме обучения на – 1,2,3 курсах во 2,3,4,5,6 семестрах и заочной форме обучения – на 2 курсе.

Форма итогового контроля зачет.

### **Требования к результатам освоения дисциплины:**

Изучение данной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующей компетенции:

УК-7 - способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной специальной и профессиональной деятельности.

### **Содержание дисциплины:**

1. Инструкции по технике безопасности при занятиях физической культурой и спортом.
2. Спортивные сооружения.
3. Основные системы организма человека.
4. Составляющие спортивной тренировки.
5. Основы методики организации и судейства по легкой атлетике, лыжным гонкам.

6. Самостоятельные занятия физической культурой и спортом.
7. Лечебная физическая культура.
8. Лыжные гонки.
9. Легкая атлетика.
10. Общефизическая подготовка.
11. Спортивные игры.

**Составитель:**

Профессор кафедры физической культуры и спорта

Голец А.В.