

АННОТАЦИЯ

к рабочей программе дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту (Бадминтон)»

1. Цели и задачи освоения дисциплины

Цель дисциплины состоит в формировании мировоззрения и культуры личности, обладающей гражданской позицией, нравственными качествами, чувством ответственности, самостоятельностью в принятии решений, инициативой, толерантностью, способностью успешной социализации в обществе, способностью использовать разнообразные формы физической культуры и спорта в повседневной жизни для сохранения и укрепления своего здоровья и здоровья своих близких, семьи и трудового коллектива для качественной жизни и эффективной профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины направлены на:

1. Обеспечение понимания роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности.
2. Формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями.
3. Овладение системой специальных знаний, практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, формирование компенсаторных процессов, коррекцию имеющихся отклонений в состоянии здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, формирование профессионально значимых качеств и свойств личности.
4. Адаптацию организма к воздействию умственных и физических нагрузок, а также расширение функциональных возможностей физиологических систем, повышение сопротивляемости защитных сил организма.
5. Овладение методикой формирования и выполнения комплекса упражнений оздоровительной направленности для самостоятельных занятий, способами самоконтроля и при выполнении физических нагрузок различного характера, правилами личной гигиены, рационального режима труда и отдыха.

2. Место дисциплины в структуре опп во

Дисциплина «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» относится к вариативной части модуля "Общие дисциплины направления " основной образовательной программы по направлению подготовки 40.03.01 Юриспруденция, профиль «Государственно-правовой».

Дисциплина является компонентом общекультурной подготовки бакалавров и относится к элективным дисциплинам Блока 1 образовательной программы всех направлений подготовки бакалавров. Является обязательной для освоения и в зачетные единицы не переводится.

Реализация примерной учебной программы осуществляется в объеме 367 часов (на 1-3х курсах (с 1 по 6 семестры)).

3. Требования к результатам освоения содержания дисциплины (модуля)

ОК-8 способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

4. Содержание дисциплины (модуля)

Раздел 1. История развития бадминтона.

Раздел 2. Техническая подготовка.

Раздел 3. Тактическая подготовка.

Раздел 4. Общая физическая подготовка.

Раздел 5. Специальная физическая подготовка

Раздел 6. Правила игры и проведение соревнований.

Раздел 7. Контрольный

5. Общая трудоемкость дисциплины (модуля)- 367 ч

6. Форма контроля - зачет