

**Аннотация рабочей программы дисциплины
«Элективные курсы по физической культуре и спорту»**

| | |
|---|---|
| Цель изучения дисциплины | Целью элективных курсов является творческое использование элементов теории и методики занятий отдельных видов физкультурной и спортивной деятельности для сохранения и укрепления здоровья и обеспечения полноценной жизнедеятельности организма человека. |
| Место дисциплины в структуре образовательной программы | Дисциплина «Элективные курсы по физической культуре и спорту» относится к вариативной части учебного плана по направлению подготовки 40.03.01 (030900.62) Юриспруденция |
| Формируемые компетенции | В результате освоения дисциплины выпускник должен обладать следующей компетенцией: - способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8) |
| Знания, умения и навыки, получаемые в результате освоения дисциплины | В результате освоения дисциплины студенту необходимо: Знать: - методические и практические основы избранных видов спорта; - роль оптимальной двигательной активности в повышении функциональных и двигательных возможностей (тренированности) организма человека, общей и профессиональной работоспособности. Уметь: - использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни; - разрабатывать и использовать сочетание различных программ для повышения адаптационных резервов организма, коррекции физического развития и телосложения. Владеть: - методиками самооценки работоспособности, усталости, утомления; - методиками контроля за физическим развитием и физической подготовленностью (стандарты, индексы, тесты); - методиками самоконтроля за функциональным состоянием организма |
| Содержание дисциплины | I. Теоретический раздел II. Практический раздел: 1. Методико-практический подраздел Методико-практические занятия 2. Учебно-тренировочный подраздел 1. Легкая атлетика. 2. Общая и специальная физическая подготовка 3. Волейбол. 4. Баскетбол. (Теоретический и методико-практический подраздел вынесен на самостоятельное изучение). III. Контрольный раздел Контрольные занятия обеспечивают оперативную, текущую и итоговую дифференцированную информацию о степени освоения теоретических и методических знаний и умений, о состоянии и динамике физического развития, физической подготовленности каждого обучающегося. |

**Используемые
информационные,
инструментальные
и программные
средства**

Основная литература:

1. Мелёхин, А. В. Менеджмент физической культуры и спорта : учебник для бакалавриата и магистратуры / А. В. Мелёхин. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 479 с. — (Серия : Бакалавр и магистр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-03037-2. — Режим доступа : <https://www.biblio-online.ru/book/54066786-EB52-46F6-8B44-2E761EE1B05E>
2. Никитушкин, В. Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта : учебное пособие для академического бакалавриата / В. Г. Никитушкин. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 280 с. — (Серия : Бакалавр и магистр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-04167-5— Режим доступа : <https://www.biblio-online.ru/book/BBA3522B-67EF-4362-A029-C0870632584A>
3. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под ред. С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 247 с. — (Серия : Университеты России). — ISBN 978-5-534-04766-0. — Режим доступа : <https://www.biblio-online.ru/book/3757A2B0-DEF9-4A8E-B56D-B64B94406E68>

Дополнительная литература:

1. Бурухин, С. Ф. Методика обучения физической культуре. гимнастика : учебное пособие для академического бакалавриата / С. Ф. Бурухин. — 3-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 240 с. — (Серия : Образовательный процесс). — ISBN 978-5-534-02432-6. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/E371508A-957B-43C0-A1CE-C205DAA3974A
2. Дворкин, Л. С. Тяжелая атлетика: методика подготовки юного тяжелоатлета : учебное пособие для вузов / Л. С. Дворкин. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 395 с. — (Серия : Авторский учебник). — ISBN 978-5-534-03738-8. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/4730C513-6E69-42A4-883E-CDC1C53B6DF2
3. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для академического бакалавриата / А. Е. Ловягина [и др.] ; под ред. А. Е. Ловягиной. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 531 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-01035-0. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/5710B85C-9645-4251-9323-07591D5F4790
4. Рубанович, В. Б. Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой : учебное пособие / В. Б. Рубанович. — 3-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 264 с. — (Серия : Университеты России). — ISBN 978-5-534-05130-8. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/F1DF558B-F2A7-4977-BF31-4F3509E330B8
5. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 161 с. — (Серия : Университеты России). — ISBN 978-5-534-03264-2. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/096356A9-8346-4C3C-90D7-C5662E7765BE

| | |
|---|--|
| | <p>б. Спортивная метрология : учебник для вузов / В. В. Афанасьев, И. А. Осетров, А. В. Муравьев, П. В. Михайлов ; отв. ред. В. В. Афанасьев. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 246 с. — (Серия : Университеты России). — ISBN 978-5-534-04120-0. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/1AC73925-6FDD-4474-BCFE-922D0CDAD3DB</p> <p><i>Средствами материально-технического обеспечения освоения дисциплины являются:</i> игровой и тренажерный залы; открытые спортивные площадки; спортивное оборудование и инвентарь (тренажеры, гимнастические стенки, скамейки, обручи, штанги, мячи и т.д.); стенды по обеспечению наглядно-методической информацией.</p> |
| <p>Фонд оценочных средств текущего контроля успеваемости обучающихся</p> | <p>Критериями оценки успешности освоения учебного материала студента выступает экспертная оценка преподавателя по результатам:</p> <ul style="list-style-type: none"> • уровня теоретических и методических знаний дисциплины; • степени выполнения тестов и контрольных нормативов по общей физической и спортивно-технической подготовкам; • оценивания качества написания и презентации докладов, рефератов, индивидуальных заданий. |
| <p>Форма промежуточной аттестации</p> | <p>Зачет</p> |