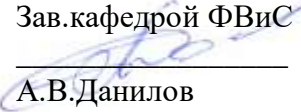


УТВЕРЖДАЮ
Зав.кафедрой ФВиС

А.В.Данилов
« 27 » 08 2020 г.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ
ЭЛЕКТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ
(общая физическая подготовка)
Направление Дизайн
Направленность (профиль) Графический дизайн
Семестр V
2020-2021 уч. год

Цель дисциплины.

Целью элективных курсов по физической культуре 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

Задачи дисциплины:

- понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- знание биологических, психолого-педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- 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;
- 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.

Развитие компетенций

В процессе изучения дисциплины формируются и развиваются следующие компетенции, предусмотренные федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования:

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

Трудоемкость дисциплины:

| | Всего | Аудиторная | | | СРС |
|-------------------|-------|------------|-----|-----|-----|
| | | ЛК | КСР | ПЗ | |
| Общая | 328 | 10 | - | 286 | 30 |
| В данном семестре | 44 | - | - | 32 | 12 |

Критерии оценки:

«Зачтено» - от 70 до 100 баллов

«Не зачтено» - 0 - 69 баллов

Контрольные точки по дисциплине:

| Вся дисциплина в семестре 100% | Работа в семестре 100% | КТ (% КТ, дата КТ) | 100% КТ приходится на: | Распределение % освоения по виду занятий | Что оценивается |
|--------------------------------|------------------------|--|------------------------|--|----------------------------------|
| | | КТ №1 50 % 8 неделя КТ 1 это: | Лек. | - | - |
| | | | Пр. | 70 | Выполнение задания в системе lms |
| | | | Лаб. | 30 | Составление комплекса ОРУ |
| | | | Др. | - | - |
| | | КТ №2 50 % 14 неделя КТ 2 это: | Лек. | - | - |
| | | | Пр. | 70 | Посещение |
| | | | Лаб. | 30 | Контрольные нормативы |
| | | | Др. | - | - |

Составитель

Доцент



Р.М. Ямилева