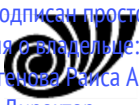


Документ подписан простой электронной подписью Информация о владельце: ФИО: Тюлегина Рамса Амиржановна Должность: Директор Дата подписания: 09.12.2021 15:13:54	 МИНОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИИ Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ») Костанайский филиал	
Уникальный идентификатор документа: 125b8acc44c550047b3879ac55c4aeeeb767840e18d6e8e0b9947984	Аннотация рабочей программы дисциплины "Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Силовая гимнастика" по направлению подготовки (специальности) "ЮРИСПРУДЕНЦИЯ" направленности (профилю) Гражданско-правовой профиль	стр. 1 из 2

## Аннотация рабочей программы дисциплины (модуля)

Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Силовая гимнастика

Направление подготовки (специальность)

40.03.01 ЮРИСПРУДЕНЦИЯ

Направленность (профиль)

Гражданско-правовой профиль

Присваиваемая квалификация (степень)

Бакалавр

Форма обучения

очно-заочная

Костанай, 2021 г.

Аннотация рабочей программы дисциплины "Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Силовая гимнастика" по направлению подготовки (специальности) "ЮРИСПРУДЕНЦИЯ" направленности (профилю) Гражданско-правовой профиль		стр. 2 из 2
<b>1 ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>		
<b>1.1 Цели</b>		
Целью освоения дисциплины является формирование компетенций по "Элективным дисциплинам (модулям) по физической культуре и спорту. Силовая гимнастика", направленных на развитие личности студента и способности применения средств и методов силовой гимнастики для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.		
<b>1.2 Задачи</b>		
Для достижения поставленной цели предусматривается решение следующих задач:		
- формирование навыков межличностного общения в коллективе, толерантного восприятия социальных, этнических и культурных различий;		
- формирование способности к поддержанию должного уровня физической подготовленности для полноценной деятельности;		
- формирование умений и навыков для оказания первой помощи в экстремальных ситуациях;		
- формирование у студентов мотивационно-ценностного отношения к здоровью и занятиям физкультурно-спортивной деятельностью.		
<b>2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП</b>		
Цикл (раздел) ОПОП:	Б1.ФКиС.ДВ.01.01	
<b>3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>		
<b>ОК-8: способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</b>		
<b>Знать:</b>		
Уровень 1	Влияние оздоровительных систем силовой гимнастики на укрепление здоровья, профилактику у профессиональных заболеваний и вредных привычек.	
Уровень 2	Способы контроля и оценки силовой гимнастики и физической подготовленности.	
Уровень 3	Правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности.	
<b>Уметь:</b>		
Уровень 1	Разрабатывать и использовать индивидуальные программы для повышения адаптационных резервов организма, коррекции физического состояния и телосложения.	
Уровень 2	Преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения.	
Уровень 3	Выполнять приемы страховки и само страховки.	
<b>Владеть:</b>		
Уровень 1	Средствами повышения физической и умственной работоспособности, формирования, сохранения и укрепления здоровья.	
Уровень 2	Средствами реализации творческой деятельности по формированию и реализации здорового образа жизни.	
Уровень 3	Средствами совершенствования профессионально важных двигательных качеств, навыков, а также свойств личности с целью подготовки к профессиональной деятельности.	
<b>4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>		
<b>Общая трудоемкость</b>		<b>0 ЗЕТ</b>
Часов по учебному плану	328	Виды контроля в семестрах: зачеты 3, 4, 5, 6, 1, 2
в том числе	:	
аудиторные занятия	108	
самостоятельная работа	220	
:	:	