

Документ подписан простой электронной подписью Информация о владельце: ФИО: Нализко Наталья Александровна Должность: Директор Дата подписания: 09.10.2023 11:11:46 Уникальный идентификатор программы дисциплины "Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Мини-футбол" по направлению подготовки (специальности) "Юриспруденция" направленности (профилю) Юриспруденция	МИНОБРАЗОВАНИЯ РОССИИ Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ») Костанайский филиал	стр. 1 из 3
--	--	-------------

## **Аннотация рабочей программы дисциплины (модуля)**

Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Мини-футбол

Направление подготовки (специальность)

40.03.01 Юриспруденция

Направленность (профиль)

Юриспруденция

Присваиваемая квалификация (степень)

Бакалавр

Форма обучения

очная

Костанай, 2023 г.

Аннотация рабочей программы дисциплины "Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Мини-футбол" по направлению подготовки (специальности) "Юриспруденция" направленности (профилю) Юриспр	стр. 2 из 3
--	-------------

## 1 ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### 1.1 Цели

Целью освоения дисциплины является формирование компетенций по "Элективным дисциплинам (модулям) по физической культуре и спорту. Мини футболу", направленных на развитие личности студента и способности применения средств и методов Мини футболу для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

### 1.2 Задачи

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;
- освоение системы знаний о социально-биологических, психолого-педагогических основах мини футбола;
- овладение системой методических умений, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование двигательных умений и психофизических качеств, необходимых в профессиональной деятельности;
- приобретение опыта использования методико-практических знаний для самосовершенствования.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Цикл (раздел) ОПОП:	К.М.02.ДВ.01.07
---------------------	-----------------

## 3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**УК-7.1: Применяет знания здоровьесберегающих технологий для поддержания должного уровня физической и функциональной подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.**

### Знать:

Уровень 1	Нормы здорового образа жизни. Требование к уровню физической подготовленности. Нормы здорового образа жизни и требования к уровню физической подготовленности, обеспечивающему полноценную социальную и профессиональную деятельность.
Уровень 2	Требование к уровню физической подготовленности.
Уровень 3	Нормы здорового образа жизни и требования к уровню физической подготовленности, обеспечивающему полноценную социальную и профессиональную деятельность.

### Уметь:

Уровень 1	Использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
Уровень 2	Использовать методы и средства физической культуры для повышения своих функциональных и двигательных возможностей.
Уровень 3	Использовать методы и средства физической культуры для достижения личностных и жизненных целей.

### Владеть:

Уровень 1	Средствами им методами укрепления индивидуального здоровья.
Уровень 2	Средствами им методами физического самосовершенствования.
Уровень 3	Средствами им методами укрепления индивидуального здоровья и средствами им методами физического самосовершенствования.

**УК-7.2: Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности.**

### Знать:

Уровень 1	Требования к физическим качествам, предъявляемые профессией.
Уровень 2	Представление о предоставляемых физической культурой возможностях укрепления здоровья.

Аннотация рабочей программы дисциплины "Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Мини-футбол" по направлению подготовки (специальности) "Юриспруденция" направленности (профилю) Юриспр		стр. 3 из 3
Уровень 3	Совершенствование физических качеств, в том числе профессионально необходимых.	
<b>Уметь:</b>		
Уровень 1	Оценивать свой уровень физической подготовленности на основе рекомендованных критериев.	
Уровень 2	Выявлять проблемы в сфере сформированности физических качеств.	
Уровень 3	Уметь ставить цели по совершенствованию собственной физической подготовленности.	
<b>Владеть:</b>		
Уровень 1	Владеть основами оздоровительной физической культуры.	
Уровень 2	Владеть основами оздоровительной физической культуры с учетом внутренних и внешних условий.	
Уровень 3	Владеть основами оздоровительной физической культуры с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.	

**УК-7.3: Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности.**

<b>Знать:</b>		
Уровень 1	Основные требования к уровню психофизической подготовки личности к конкретной профессиональной деятельности.	
Уровень 2	Знать влияние условий и характера труда работника на выбор содержания производственной физической культуры.	
Уровень 3	Знать влияние условий и характера труда работника на выбор содержания производственной физической культуры, направленного на повышение производительности труда.	
<b>Уметь:</b>		
Уровень 1	Поддерживать уровень физической подготовленности.	
Уровень 2	Поддерживать уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	
Уровень 3	Проводить подготовительные и специально-подготовительные части учебно-практического занятия.	
<b>Владеть:</b>		
Уровень 1	Методиками и методами самодиагностики и самооценки.	
Уровень 2	Средствами оздоровления для саммокорекции здоровья различными формами двигательной деятельности.	
Уровень 3	Методиками и методами самодиагностики и самооценки, средствами оздоровления для саммокорекции здоровья различными формами двигательной деятельности, удовлетворяющими потребности человека в рациональном использовании свободного времени.	

**4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

<b>Общая трудоемкость</b>		<b>0 ЗЕТ</b>
Часов по учебному плану	: 328	Виды контроля в семестрах: зачеты 1, 2, 3, 4, 5
в том числе	:	
аудиторные занятия	: 320	
самостоятельная работа	: 8	
:	:	