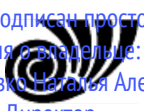


Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Нализко Наталья Александровна
Должность: Директор
Дата подписания: 04.06.2024 11:26:02
Уникальный программный ключ:
25467908655d9e9abdc452e51cab97e46aa1bcb



МИНОБРАЗОВАНИЯ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ») Костанайский филиал

Аннотация рабочей программы дисциплины "Физическая культура и спорт" по направлению подготовки направленности (профилю) Уголовно-правовой профиль

Аннотация рабочей программы дисциплины (модуля)

Физическая культура и спорт

Направление подготовки (специальность)

40.03.01 Юриспруденция

Направленность (профиль)

Уголовно-правовой профиль

Присваиваемая квалификация (степень)

Бакалавр

Форма обучения

очная

Костанай, 2024 г.

1 ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1 Цели

формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

1.2 Задачи

- сформировать готовность к психолого-педагогическому сопровождению учебно-воспитательного процесса средствами физической культуры, обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся;

- сформировать навыки поддержания необходимого уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной деятельности и проведения учебных занятий по физической культуре на основе базовых видов спорта с учетом особенностей обучающихся;

- сформировать способность использовать возможности образовательной среды для достижения личностных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами физической культуры.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

| | |
|---------------------|-----------|
| Цикл (раздел) ОПОП: | К.М.02.03 |
|---------------------|-----------|

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 | Знает основное содержание здоровьесберегающих технологий. |
|-----------|---|

| | |
|-----------|--|
| Уровень 2 | Знает требования к уровню физической подготовленности. |
|-----------|--|

| | |
|-----------|--|
| Уровень 3 | Знает требования к уровню физической подготовленности, обеспечивающему полноценную социальную и профессиональную деятельность. |
|-----------|--|

Уметь:

| | |
|-----------|--|
| Уровень 1 | Умеет использовать методы и средства физической культуры для повышения своих функциональных и двигательных возможностей. |
|-----------|--|

| | |
|-----------|---|
| Уровень 2 | Умеет использовать методы и средства физической культуры для достижения личностных и жизненных целей. |
|-----------|---|

| | |
|-----------|---|
| Уровень 3 | Умеет использовать методы и средства физической культуры, знания здоровьесберегающих технологий для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. |
|-----------|---|

Владеть:

| | |
|-----------|--|
| Уровень 1 | Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья. |
|-----------|--|

| | |
|-----------|--|
| Уровень 2 | Владеет средствами и методами физического самосовершенствования. |
|-----------|--|

| | |
|-----------|--|
| Уровень 3 | Владеет методами и средствами здоровьесберегающих технологий для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. |
|-----------|--|

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

Знать:

| | |
|-----------|--|
| Уровень 1 | Знает понятие, технологию, принципы, правила и методы планирования рабочего и свободного времени для систематических занятий физической культурой. |
|-----------|--|

| | |
|-----------|--|
| Уровень 2 | Знает и понимает роль физической и умственной нагрузки для обеспечения работоспособности |
|-----------|--|

| | |
|-----------|---|
| Уровень 3 | Знает требования к оптимальному сочетанию физической и умственной нагрузки и обеспечению работоспособности. |
|-----------|---|

Уметь:

| | |
|-----------|--|
| Уровень 1 | Умеет проводить сопоставительный анализ различных подходов к планированию задач личного развития с учетом сохранения физического и умственного здоровья. |
|-----------|--|

| | |
|-----------|--|
| Уровень 2 | Умеет формировать здоровый образ жизни и эффективно использовать ресурс работоспособности. |
|-----------|--|

| | |
|-----------|---|
| Уровень 3 | Умеет планировать свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки. |
|-----------|---|

| | |
|---|-------------|
| Аннотация рабочей программы дисциплины "Физическая культура и спорт" по направлению подготовки (специальности) "Юриспруденция" направленности (профилю) Уголовно-правовой профиль | стр. 3 из 3 |
|---|-------------|

Владеть:

| | |
|-----------|--|
| Уровень 1 | Владеет навыками планирования рабочего и свободного времени. |
| Уровень 2 | Владеет методами сохранения физического и умственного здоровья для обеспечения работоспособности. |
| Уровень 3 | Владеет способностью к устойчивому обеспечению работоспособности на основании оптимального сочетания физической и умственной нагрузки. |

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

Знать:

| | |
|-----------|---|
| Уровень 1 | Знает основные нормы здорового образа жизни. |
| Уровень 2 | Знает влияние условий и характера труда работника на физическое состояние человека. |
| Уровень 3 | Знает особенности выбора содержания производственной физической культуры, направленного на повышение производительности труда и соблюдения норм здорового образа жизни. |

Уметь:

| | |
|-----------|---|
| Уровень 1 | Умеет поддерживать достаточный для различных жизненных ситуаций уровень физической подготовленности. |
| Уровень 2 | Умеет поддерживать уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. |
| Уровень 3 | Умеет выявлять проблемы в сфере сформированности физических качеств, использовать методы и средства физической культуры для повышения своих функциональных и двигательных возможностей в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности. |

Владеть:

| | |
|-----------|--|
| Уровень 1 | Владеет методиками и методами самодиагностики и самооценки собственной физической подготовленности. |
| Уровень 2 | Владеет средствами оздоровления для самокоррекции здоровья различными формами двигательной деятельности. |
| Уровень 3 | Владеет средствами оздоровления для самокоррекции здоровья различными формами двигательной активности и пропаганды здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности. |

4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

| | | |
|---------------------------|------|--|
| Общая трудоемкость | | 2 ЗЕТ |
| Часов по учебному плану | : 72 | Виды контроля в семестрах: зачеты 1 |
| в том числе | : | |
| аудиторные занятия | : 16 | |
| самостоятельная работа | : 56 | |
| : | : | |