**Аннотация рабочей программы дисциплины**

**«Физическая культура»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Цель изучения дисциплины** | Целью освоения дисциплины «Физическая культура» является формирование у обучающихся отношения к физической культуре как к необходимому звену общекультурной ценности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья.  |
| **Место дисциплины в структуре образовательной программы** | Дисциплина «Физическая культура» относится к базовой части (Б1.Б.28) учебного плана по направлению подготовки 40.03.01.Юриспруденция |
| **Формируемые компетенции** | В результате освоения дисциплины выпускник должен обладать следующими компетенциями:-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 обучающийся должен:**Знать:** значение ценностей физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; методические основы физического воспитания, основы самосовершенствования физических качеств и свойств личности; основные требования к уровню его психофизической подготовки к конкретной профессиональной деятельности; влияние условий и характера труда специалиста на выбор содержания производственной физической культуры, направленного на повышение производительности труда.**Уметь:** самостоятельно применять методы и средства познания, обучения и самоконтроля, выстраивать и реализовывать перспективные линии физического, интеллектуального, культурного, нравственного, духовного и профессионального саморазвития и самосовершенствования; разрабатывать и использовать индивидуальные программы для повышения адаптационных резервов организма, коррекции физического развития и телосложения; использовать различные методы и средства физической культуры для самостоятельных занятий физической культурой и обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.**Владеть:**целостной системой знаний об окружающем мире, ориентироваться в ценностях жизни, культуры, бытия; работать самостоятельно и в коллективе, руководить людьми и подчиняться; обладать способностью к организации жизни в соответствии с социально-значимыми представлениями о здоровом образе жизни; должным уровнем физической подготовленности и физического развития, необходимых для освоения профессиональных умений и навыков в процессе обучения в вузе, а также для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности после окончания учебного заведения; навыками рефлексии и самокоррекции, с использованием методов и средств самоконтроля за своим состоянием**.** |
| **Содержание дисциплины** | **I.Практический раздел:*****1. Методико-практический подраздел***Методико-практические занятия***2. Учебно-тренировочный подраздел***1. Легкая атлетика.2. Плавание3. Спортивные игры.4. Общефизическая подготовка.**II. 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 и Интернет-ресурсы***Овчаренко Э.В. [Физическая культура и спорт. Сборник студенческих работ](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=225696&sr=1).Издатель: Студенческая наука, 2012, 2299 стр. https://biblioclub.ru/index.php?page=book\_red&id=225696&sr=1Витун В. Г., Витун Е. В. [Повышение адаптационных возможностей студентов средствами физической культуры: учебное пособие](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=439101&sr=1). Издатель: ОГУ, 2015, 103 стр. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=439101&sr=1>Алексеев, С. В. Спортивное право России: учебник для студентов вузов, обучающихся по направлениям «Юриспруденция» и «Физическая культура и спорт» М.: ЮНИТИ-ДАНА: Закон и право, 2012. 1055 с. URL: http://znanium.com/catalog.php?item=booksearch&code=none Варфоломеева, З. С. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре: учеб.пособие 3-е изд., испр. и доп. М: ФЛИНТА: Наука,2012.131с.URL:<http://znanium.com/catalog.php?item=booksearch&code=2>Кикоть В.Я. Физическая культура и физическая подготовка учебник для студентов вузов, курсантов и слушателей образовательных учреждений высшего профессионального образования МВД России М.: ЮНИТИ-ДАНА,2012, 431с.URL: http://znanium.com/catalog.php?item=booksearch&code Муллер, А. Б. Физическая культура студента : учеб.пособие. Красноярск: Сибирский федеральный университет, 2011. 172с. URL: http://znanium.com/catalog.php?item=booksearch&code ***Средствами материально-технического обеспечения освоения дисциплины являются:*** - зал общефизической подготовки;- тренажерный зал (с инвентарным обеспечением);- открытые площадки;- спортивное оборудование и инвентарь (тренажеры, гимнастические стенки, скамейки, обручи, штанги, мячи и т.д.). |
| **Фонд оценочных средств текущего контроля успеваемости обучающихся** | Критерием оценки успешности освоения учебного материала выступает экспертная оценка преподавателя и оценка результатов соответствующих заданий:• оценки теоретических и методических знаний дисциплины;• оценки общей физической и спортивно-технической подготовки в виде выполнения тестов; • оценки жизненно необходимых умений и навыков в виде выполнения контрольных нормативов;• написания и презентации докладов, рефератов, индивидуальных заданий. |
| **Форма промежуточной аттестации** | Зачет. |