Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Карпов Евгений Борисович
Должность: Ректор
Дата подписания: 19.03.2022 20:26:30
Уникальный программный ключ:
34e81b9ebf022d792ddf4ba544335e3bf5ea8f9d7bcf1d2f098d273e66a810b1

МЕЖДУНАРОДНАЯ ПОЛИЦЕЙСКАЯ АКАДЕМИЯ ВПА
Автономная некоммерческая организация высшего образования
АНО ВО МПА ВПА

Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту (модуль 1)

Аннотация дисциплины (модуля)

Учебный план	40.03.01 Юриспруденция Направленность (профиль) Гражданско правовой профиль
Квалификация	**бакалавр**
Форма обучения	**заочная**

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	**1 (1.1)**		**2 (1.2)**		Итого	
Недель	13 5/6		15 3/6			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП	УП	РП
Практические	2	2	2	2	4	4
Итого ауд.	2	2	2	2	4	4
Контактная работа	2	2	2	2	4	4
Сам. работа	158	158	158	158	316	316
Часы на контроль	4	4	4	4	8	8
Итого	164	164	164	164	328	328

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	
1.1	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 профессиональной деятельности.
1.2	понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
1.3	знание научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
1.4	
1.5	формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
1.6	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;
1.7	обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;
1.8	приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП	
Цикл (раздел) ООП:	Б1.В.ДВ.08
2.1	**Требования к предварительной подготовке обучающегося:**
2.1.1	Физическая культура и спорт
2.2	**Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:**
2.2.1	Физическая культура и спорт
2.2.2	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
УК-7.1: Использует виды физических упражнений; научно-практические основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни
УК-7.2: Применяет на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности; использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни
УК-7.3: Использует средства и методы укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

3.1	**Знать:**
3.1.1	-знать основы физической культуры и здорового образа жизни.
3.2	**Уметь:**
3.2.1	-уметь выполнять контрольные нормативы по общей физической и спортивно-технической подготовке.
3.3	**Владеть:**
3.3.1	-владеть системой практических умений и навыков, для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения профессиональных целей