

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

«Рязанский государственный университет имени С.А. Есенина»

Утверждаю
Декан факультета истории
и международных отношений



О.И. Амурская
«31» августа 2020 г.

Аннотация рабочей программы дисциплины
*«Прикладная физическая культура (элективные дисциплины по
физической культуре и спорту)»*

Направление подготовки
41.03.04 Политология

Направленность (профиль)
Политология

Квалификация
бакалавр

Форма обучения
очная

Рязань 2020

1. Цель освоения дисциплины формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств и методов физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина относится к обязательной части Блока 1.

Дисциплина изучается на 1-3 курсах (2-6 семестр).

3. Трудоемкость дисциплины: 328 академических часов.

4. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы и индикаторами достижения компетенций:

УК-7.1. Знать: способы контроля, оценки, коррекции физического развития и физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. *Уметь:* осуществлять медико-биологический и психолого-педагогический контроль состояния организма при проведении самостоятельных физкультурно-спортивных занятий. *Владеть навыками:* средствами и методами контроля для диагностики индивидуального физического развития и уровня физической подготовленности для успешного выполнения социально-профессиональных ролей и функций.

УК-7.2. Знать: научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни; теорию и методику самостоятельных занятий по физической культуре. *Уметь:* использовать вид спорта или систему физических упражнений для профессионально-личностного развития, психофизического самосовершенствования, формирования здорового образа жизни. *Владеть:* методами самостоятельного выбора вида спорта или системы физических упражнений для укрепления здоровья, развития прикладных физических и психофизических качеств, необходимых для успешного выполнения определенных профессиональных действий.

5. Форма промежуточной аттестации и семестр (ы) прохождения

Зачет (2-6 семестры).

Дисциплина реализуется частично с применением дистанционных образовательных технологий.