

**МИНИСТЕРСТВО ТРАНСПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ**  
**УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**  
**«РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ТРАНСПОРТА»**

Кафедра        «Физическая культура ИУИТ»

**АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Элективные курсы по физической культуре и спорту»**

|                          |                                                    |
|--------------------------|----------------------------------------------------|
| Специальность:           | <u>38.05.02 – Таможенное дело</u>                  |
| Специализация:           | <u>Таможенные платежи и валютное регулирование</u> |
| Квалификация выпускника: | <u>Специалист таможенного дела</u>                 |
| Форма обучения:          | <u>очно-заочная</u>                                |
| Год начала подготовки    | <u>2016</u>                                        |

## 1. Цели освоения учебной дисциплины

Целью элективных курсов по физической культуре и спорту является:  
-формирование комплекса знаний, профессиональных умений и двигательных навыков в области баскетбола, ОФП и специальной медицинской группы, а также практических умений и навыков самозащиты и личной безопасности в экстремальных ситуациях служебной деятельности;

Для достижения поставленной цели предусматривается решение оздоровительных, образовательных и воспитательных задач:

Оздоровительные задачи – укрепление здоровья, улучшение физического и психического состояния, коррекция телосложения. Результатом решения этой задачи должно стать улучшение физического развития и волевых качеств студентов.

Образовательные задачи – формирование двигательных умений и навыков, физической и психологической готовности студентов к успешному выполнению оперативно-служебных мероприятий, умелому применению физической силы, боевых приемов борьбы и специальных средств при пресечении противоправных действий, а также обеспечение их высокой работоспособности в процессе служебной деятельности;

- приобретение знаний научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни, обеспечение необходимого уровня физической и психической подготовленности студентов для обеспечения жизнедеятельности, овладение умениями по самоконтролю в процессе занятий физической культурой, самоопределение в физической культуре;

- формирование двигательных умений и навыков самозащиты и личной безопасности в экстремальных ситуациях служебной деятельности.

Воспитательные задачи – формирование потребности в физическом самосовершенствовании и подготовке к профессиональной деятельности, формирование привычки к здоровому образу жизни, воспитание физических и волевых качеств, содействие эстетическому воспитанию и нравственному поведению;

- формирование необходимых интеллектуальных и профессионально-психологических качеств личности (смелость, решительность, гуманность, самодисциплина, бдительность, внимание, самообладание, настойчивость и другие).

## 2. Место учебной дисциплины в структуре ОП ВО

Учебная дисциплина "Элективные курсы по физической культуре и спорту" относится к блоку 1 и входит в его вариативную часть.

## 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

|       |                                                                                                                                             |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОК-10 | готовностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## 4. Общая трудоемкость дисциплины составляет

328 ак. ч.

## 5. Образовательные технологии

Реализация компетентностного подхода предусматривает широкое использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий в сочетании с

внеаудиторной работой с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся. К числу интерактивных форм проведения занятий относятся: методико-практические занятия, учебно-тренировочные занятия..

## **6. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам)**

### **РАЗДЕЛ 1**

Методико-практические занятия. Баскетбол как вид спорта и часть физической культуры

Обучение новым двигательным действиям умениям и навыкам, используемых в баскетболе. Методические принципы построения основной части занятия

### **РАЗДЕЛ 2**

Методико-практические занятия

Занятие по баскетболу. Техника безопасности на занятиях по баскетболу. Страховка. Правила поведения в игровом зале. Требования к спортивной форме и спортивной обуви.

### **РАЗДЕЛ 5**

Методико-практические занятия

Контроль самочувствия. Основные методы формирования двигательных навыков в баскетболе.

### **РАЗДЕЛ 6**

Методико-практические занятия

Целостный и расчлененный методы. Практическое воспроизведение. Ошибки и пути их исправления. Основы техники ведения, выбивания, бросков мяча.

### **РАЗДЕЛ 15**

Методико-практические занятия

Учебные игры: система заданий, включающая основной программный материал по технической и тактической подготовке.

### **РАЗДЕЛ 27**

Методико-практические занятия

Обязанности главной судейской коллегии (главного судьи, главного секретаря, их помощников и заместителей). Работа судейской коллегии на соревнованиях (беговая бригада).