

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**«Элективная дисциплина по физической культуре и спорту**  
**(основная группа/спортивная/лечебная физкультура)»**  
 по специальности «37.05.01 Клиническая психология»  
 форма обучения очная

**1. Цель и задачи освоения дисциплины**

**Целью** освоения дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту (основная группа/спортивная/лечебная физкультура)» является формирование у студентов мотиваций и стимулов к занятиям физической культурой как необходимому звену общекультурной ценности и общеоздоровительной тактики в профессиональной деятельности.

**Задачами** освоения дисциплины являются: укреплять здоровье студентов, повышать и поддерживать на оптимальном уровне физическую и умственную работоспособность, психомоторные навыки;

- развивать и совершенствовать физические качества, поддерживая их на протяжении всех лет обучения в вузе;

- вырабатывать у студентов ценностные установки на качественное применение средств и методов физической культуры как неотъемлемого компонента здорового образа жизни, фактора общекультурного развития и овладения медицинской профессией;

- прививать знания и обучать практическим навыкам использования нетрадиционных средств физической культуры для укрепления и восстановления здоровья;

- обучать различным двигательным навыкам, сочетая с профессионально-прикладной физической подготовкой, методам оценки физического, функционального, психоэмоционального и энергетического состояния организма и методам коррекции средствами физической культуры

- обучить само и взаимоконтролю на групповых и индивидуальных занятиях средствами физической культуры, ведению дневника самоконтроля, составлению и проведению комплексов утренней гимнастической и производственной гимнастики;

- формировать навыки соблюдения требований личной и общественной гигиены, мотивационно-ценностное отношение к ежедневному выполнению двигательного режима, прививать интерес к занятиям спортом и желание к отказу от вредных привычек.

**2. Перечень планируемых результатов обучения**

Формируемые в процессе изучения учебной дисциплины компетенции

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенции (или ее части)
1	2
	<b>ОК-8</b> Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
<p><b>знать</b> методы и средства физической культуры;</p> <p><b>уметь</b> использовать методы и средства физической культуры;</p> <p><b>владеть</b> на практике методом и средством физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p>	
	<b>ПК-7</b> Готовность и способность осуществлять психологическое консультирование населения в целях психопрофилактики, сохранения и улучшения психического и физического здоровья, формирования здорового образа жизни, а также личностного развития

<p><b>знать</b> средства физической культуры по предупреждению и возникновению наиболее часто встречающихся заболеваний в детском и подростковом возрасте. Социальную роль физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности, принципы здорового образа жизни;</p> <p><b>уметь</b> использовать знания в области физической культуры по предупреждению и возникновению наиболее часто встречающихся заболеваний в детском и подростковом возрасте;</p> <p><b>владеть</b> методами профилактических мероприятий средствами физической культуры по формированию здорового образа жизни</p>	
	<p><b>ПК-10</b> готовностью формировать установки, направленные на здоровый образ жизни, гармоничное развитие, продуктивное преодоление жизненных трудностей, гуманистическое взаимодействие с окружающим миром, популяризировать психологические знания</p>
<p><b>знать</b> основы теории в области физической культуры и спорта для проведения просветительской работы среди населения;</p> <p><b>уметь</b> использовать в просветительской работе знания в области физической культуры;</p> <p><b>владеть</b> навыками проведения просветительской работы средствами физической культуры по устранению факторов риска и формированию навыков здорового образа жизни.</p>	

### 3. Место учебной дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина ««Элективная дисциплина по физической культуре и спорту (основная группа/спортивная/лечебная физкультура)» относится к дисциплинам по выбору вариативной части учебного плана Б1.В.ДВ по специальности «37.05.01 Клиническая психология».

Дисциплина преподается параллельно со всеми дисциплинами с 1 по 9 семестр и предшествующих дисциплин в университете не имеет. Предшествующей дисциплиной является предмет «Физическая культура» в школьной программе.

4. **Трудоёмкость учебной дисциплины** составляет 328 академических часов.

### 5. Формы аттестации

В соответствии с учебным планом формой промежуточной аттестации является зачёт в 9 семестре.