

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ИНГУШСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ФАКУЛЬТЕТ  
КАФЕДРА «ПЕДАГОГИКИ И МЕТОДИКИ НАЧАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»**

**СОГЛАСОВАНО**

Руководитель образовательной  
программы \_\_\_\_\_/проф. М.М.  
Султыгова

«22» мая 2024г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Декан педагогического  
факультета \_\_\_\_\_/М.А.  
Измайлова

«23» мая 2024г.

**АННОТАЦИЯ  
РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)  
Б1.В. ДВ. 04.01 ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА**

Направление подготовки  
**44.03.01 Педагогическое образование**

Направленность (профиль подготовки)  
**«Специальная психология»**

Квалификация выпускника  
**Бакалавр**

Форма обучения  
**Очная**

Магас, 2024г.

## 1. Структура и общая трудоемкость дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины по выбору (элективные дисциплины по физической культуре и спорту) составляет: – 328 часов

	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
Курс	1-3	
Семестр	1-5	
Практические занятия	328	
Итого аудиторных занятий	328	
Самостоятельная работа		
Курсовая работа		
Форма контроля	зачет	
Экзамен		
Зачет	1,2,3,4,5	
Общее количество часов	328	
	Очная форма обучения	Заочная форма обучения

## 2. Цели освоения дисциплины

**Цель дисциплины** «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» (Общая физическая подготовка) является формирование физической культуры личности обучающегося и способности целенаправленно использовать средства и методы физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки к будущей профессиональной деятельности, формирования активной социальной позиции, полноценной семейной жизни

К задачам изучения дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» (Общая физическая подготовка) можно отнести:

- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих развитие и совершенствование психомоторных способностей, качеств и свойств личности;

- воспитание отдельных физических и специальных качеств, особо необходимых для высокопроизводительного труда в определенной профессии;
- приобретение профессионально-прикладных знаний по физическому воспитанию личности;

- совершенствование индивидуального фонда двигательных умений, навыков и физкультурно-образовательных знаний, способствующих освоению избранной профессиональной деятельности;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность обучающихся к будущей профессиональной деятельности;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

### **3. Место дисциплины в структуре ОПОП**

**по направлению подготовки: 44.03.03 Специальное (дефектологическое) образование Профиль "Дефектология"**

Дисциплина «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» (Общая физическая подготовка) реализуется в вариативной части Б1.В.01 блока1, формируемая участниками образовательных отношений в объеме не менее 328 академических часов. Указанные академические часы являются обязательными для освоения и в зачетные единицы не переводятся.

Рабочая программа по «Элективным дисциплинам по физической культуре и спорту» (Общая физическая подготовка) составлена в соответствии с ФГОС ВО, формируют у бакалавров набор специальных знаний, умений, навыков и компетенций, необходимых для решения образовательных, оздоровительных и воспитательных задач и связаны с дисциплиной «Физическая культура». «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» являются важнейшим компонентом целостного развития личности и тесно связаны не только с физическим развитием и совершенствованием функциональных систем организма студента, но и с формированием средствами физического воспитания жизненно необходимых морально-психических качеств, свойств и черт личности.

**4. Требования к результатам освоения дисциплины (компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (модуля))**

Коды компетенций	Содержание компетенций
УК-7	способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

#### 4.1. Взаимосвязь планируемых результатов обучения по дисциплине с формируемыми компетенциями ОПОП:

п/№	Код компетенции	Содержание компетенции (или ее части)	В результате изучения дисциплины обучающиеся должны:		
			Знать	Уметь	Имеет опыт
1.	УК-7.1Выбирает здоровые и безопасные технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма УК-7.2Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности УК-7.3Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности	-методы сохранения и укрепления физического здоровья в условиях полноценной социальной и профессиональной деятельности; -социально-гуманитарную роль физической культуры и спорта в развитии личности; подготовленности — роль физической культуры и принципы здорового образа жизни; -влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; - способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности ;	- организовывать режим времени, приводящий к здоровому образу жизни; - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования , формирования здорового образа; -выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации; -выполнять приемы страховки и самостраховки;	- опытом спортивной деятельности и физического самосовершенствования и самовоспитания; -способностью к организации своей жизни соответствии с социально-значимыми представлениями о здоровом образе жизни; -методикой самостоятельных занятий самоконтроля за состоянием своего организма; -методикой организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях.	

		-правила способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности;		
--	--	--	--	--

