



АННОТАЦИЯ

рабочей программы учебной дисциплины
Б1.В.ДВ.07.01 «Общая физическая подготовка»
Направление подготовки бакалавриата
46.03.01
История

1.	Цель изучения дисциплины: Общая физическая подготовка Формирование физической культуры личности и способности оптимального использования разнообразных средств физической культуры, спорта для сохранения и укрепления здоровья, должного уровня физической подготовленности с целью обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.		
2.	Место дисциплины в структуре ОПОП ВО бакалавр Дисциплина « Общая физическая подготовка » относится к вариативной части Блока Б1.В.ДВ.07.01 Элективная дисциплина по физической культуре и спорту		
3.	Результаты освоения дисциплины (модуля) «Общая физическая подготовка»		
	Код и наименование компетенций	Индикаторы	Дескрипторы
	Универсальные компетенции (УК)		
	УК-1 Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	УК-1	УК-1.1. Анализирует задачу, выделяя ее базовые составляющие
			УК-1.2. Определяет, интерпретирует и ранжирует информацию требуемую для решения поставленной задачи;
			УК-1.3. Осуществляет поиск информации для решения поставленной задачи по различным типам запросов;
	УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	УК-3	УК-3.1. Определяет свою роль в социальном Взаимодействии и командной работе, исходя из стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели;
			УК-3.2. При реализации своей роли в социальном взаимодействии и командной работе учитывает особенности поведения и интересы других участников;
			УК-3.3. Анализирует возможные последствия личных действий в социальном взаимодействии и командной работе, и строит продуктивное взаимодействие с учетом этого;
			УК- 3.4. Осуществляет обмен информацией, знаниями и опытом с членами команды; оценивает идеи других членов команды для достижения поставленной цели;
			УК-3.5. Соблюдает нормы и установленные правила командной работы; несет личную ответственность за результат.



4.	Структура и содержание дисциплины Общая физическая подготовка						
4.1. Структура дисциплины (модуля) Общая физическая подготовка							
Вид учебной работы		Всего	Порядковый номер семестра				
			2	3	4	5	6
Общая трудоемкость дисциплины всего (в з.е.), в том числе:		328 ч					
Курсовой проект (работа)		не предусмотрено					
Аудиторные занятия всего (в акад. часах), в том числе:		328	72	72	72	56	56
Лекции							
Практические занятия, семинары		180	36	36	36	36	36
Лабораторные работы							
Самостоятельная работа всего (в акад. Часах), в том числе:		148	36	36	36	20	20
КСР							
Экзамен							
зачет		+	+		+		
Общая трудоемкость дисциплины			72	72	72		
4.2. Содержание дисциплины Общая физическая подготовка							
<p>Тема №1. Физическая культура в профессиональной подготовке студентов и социокультурное развитие личности студента.</p> <p>Подготовка к учебным занятиям. Изучение учебной литературы по дисциплине</p> <p>Тема №2. Простейшие методики самооценки работоспособности, усталости, утомления и применения средств физической культуры для их направленной коррекции.</p> <p>Простейшие методики самооценки работоспособности, усталости, утомления и применения средств физической культуры для их направленной коррекции.</p> <p>Тема №3 Функциональные изменения в организме при физических нагрузках</p> <p>Тема №4 Подготовка к учебным занятиям. Изучение учебной литературы по дисциплине</p> <p>Тема №5 Методы самоконтроля состояния здоровья и физического развития.</p> <p>Тема №6 Подготовка к учебным занятиям. Изучение учебной литературы по дисциплине.</p>							
5.	Образовательные технологии						
<p>При подготовке бакалавров используются следующие основные формы проведения учебных занятий:</p> <p>Учебная аудитория</p> <p>Стандартное оборудование (учебная мебель для обучающихся, рабочее место преподавателя, доска)</p> <p>Помещение для самостоятельной работы</p>							
6.	Используемые ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Internet»; информационные технологии, программные средства и информационно-справочные системы						



	<p>Информационное обеспечение базы данных, информационно-справочные и поисковые системы http://window.edu.ru Электронная библиотека онлайн «Единое окно к образовательным ресурсам» http://school-collection.edu.ru «Образовательный ресурс России» http://www.edu.ru Федеральный образовательный портал: учреждения, программы, стандарты ВУЗы, тесты ЕГЭ, ГИА http://fcior.edu.ru Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (ФЦИОР) http://rvb.ru Русская виртуальная библиотека http://ruslit.ioso.ru Кабинет русского языка и литературы http://ruscorpora.ru Национальный корпус русского языка http://elibrary.ru/defaultx.asp Научная электронная библиотека «e-Library» http://www.iprbookshop.ru Электронно-библиотечная система IPRbooks https://lib.inggu.ru Электронно-библиотечная система ИнГУ Информационно-правовая система «Гарант» – Сетевая версия, доступна со всех компьютеров в корпоративной сети ИнГУ</p>
7.	Формы текущего контроля
8.	Форма промежуточного контроля
	Зачет во 2 и 4 семестрах

Составитель аннотации: к.ф.н., доцент, зав. Кафедрой «Физвоспитание» Озиева Л.С.