



Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Ингушский государственный университет»
Педагогический факультет
Кафедра «Спортивные дисциплины»

АННОТАЦИЯ

рабочей программы учебной дисциплины Б1.О.12 «Физическая культура и спорт»
Направление подготовки 44.03.01 « Педагогическое образование»
профиль подготовки «Физическая культура»

| | | | |
|----|--|---|-------------|
| 1. | Цель изучения дисциплины | | |
| | <p>Цель: формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности</p> <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none">– понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;– знание научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;– формирование мотивационно-ценностного отношения к физической установке на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование, самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;– овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование, психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;– обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;– приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей. | | |
| 2. | Место дисциплины в структуре ОПОП ВО бакалавриата | | |
| | <p>Дисциплина «Физическая культура» относится к части Блока 1 «Дисциплины (модули)» учебного плана. В соответствии с учебным планом период обучения по дисциплине – 4-й семестр.</p> <p>Дисциплина «Физическая культура» в силу занимаемого ей места в ФГОС ВО, ОПОП ВО и учебном плане по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование предполагает взаимосвязь с другими изучаемыми дисциплинами.</p> <p>В качестве «входных» знаний дисциплины «Физическая культура» используются знания и умения, полученные обучающимися при изучении дисциплин.</p> <p>Дисциплина «Физическая культура» может являться предшествующей при изучении дисциплин.</p> | | |
| 3. | Результаты освоения дисциплины (модуля) «Физическая культура и спорт» | | |
| | Код и наименование компетенций | Индикаторы | Дескрипторы |
| | Универсальные компетенции (УК) | | |
| | УК-7. Способен поддерживать должный | УК–7.1. Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических | |

| | | | |
|-----------|--|---|--|
| | уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности; | |
| | | УК-7.2. Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности; | |
| | | УК – 7.3. Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности. | |
| | Общепрофессиональные компетенции (ОПК) | | |
| | ОПК-3. Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии требованиями федеральных государственных образовательных стандартов | ОПК-3.1. Умеет определять и формулировать цели и задачи учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями в соответствии с требованиями ФГОС | |
| | | ОПК-3.2. Применяет различные приемы мотивации и рефлексии при организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями | |
| | | ОПК-3.3. Применяет формы, методы, приемы и средства организации учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями | |
| 4. | Структура и содержание дисциплины | | |
| | 4.1. Структура дисциплины (модуля) | | |
| | Вид учебной работы | Всего часов | |
| | Общая трудоемкость дисциплины | 72 | |
| | Аудиторные занятия | 64 | |
| | Лекции | 64 | |
| | Практические занятия (ПЗ) | | |
| | Контроль самостоятельной работы (КСР) | | |
| | Самостоятельная работа | 8 | |
| | ЗЕТ | | |
| | Контроль | | |

| | |
|----|--|
| | <p>4.2. Содержание дисциплины</p> <p>Тема 1. Физическая культура в профессиональной подготовке студентов</p> <p>Тема 2. Естественнаучные основы физического воспитания студентов</p> <p>Тема 3. Спорт в системе физического воспитания студентов</p> <p>Тема 4. История физической культуры. Олимпийские игры.</p> <p>Тема 5. Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья</p> <p>Тема 6. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности</p> <p>Тема 7. Средства и методы восстановления физической работоспособности</p> <p>Тема 8. Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания</p> <p>Тема 9. Основы спортивной тренировки – физические качества (сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость)</p> <p>Тема 10. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями</p> |
| 5. | <p>Образовательные технологии</p> <p>При подготовке бакалавров используются следующие основные формы проведения учебных занятий:</p> <ul style="list-style-type: none"> • интерактивные лекции; • лекции-пресс-конференции; • тренинги и семинары по развитию профессиональных навыков; <p>групповые, научные дискуссии, дебаты.</p> |
| 6. | <p>Используемые ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Internet»; информационные технологии, программные средства и информационно-справочные системы</p> <p>В ходе обучения используются средства для обеспечения коммуникации, которые включают несколько форм: электронную почту, Internet. При помощи этих средств преподаватель и обучаемые совместно используют информацию, сотрудничают в решении общих проблем, публикуют свои идеи или комментарии, участвуют в решении задач и их обсуждении.</p> <p>Возможности использования электронной почты:</p> <p>С помощью электронной почты преподаватель может немедленно распространить ответы на наиболее часто возникающие вопросы;</p> <p>С помощью электронной почты обучаемые могут посылать текущие отчеты о выполнении домашних заданий, презентациях и т.д.;</p> <p>Возможность использования Internet:</p> <p>Специфика технологий Internet заключается в том, что они предоставляют обучаемым и педагогу огромные возможности выбора источников информации, необходимой в образовательном процессе:</p> <p>Размещение базовой и дополнительной информации, необходимой для учебного процесса, на сайте</p> |

| | |
|-----------|---|
| | <p>кафедры</p> <p>Размещение ссылок на разнообразные базы данных ведущих библиотек, информационных, научных и учебных центров</p> <p>Используется стандартное программное обеспечение (MS Excel и др.).</p> |
| 7. | Формы текущего рубежного контроля |
| | Вопросы текущего контроля, групповые дискуссии, рефераты, тесты/задания, контрольные вопросы |
| 8. | Форма промежуточного контроля |
| | Зачет в 4 семестре |