



Исторический факультет
Кафедра «Методика преподавания истории и обществознания»

АННОТАЦИЯ

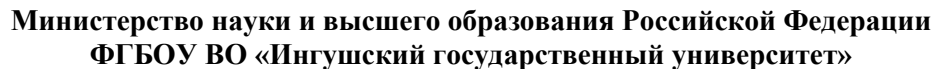
рабочей программы учебной дисциплины
Б.1.В.04 «Элективные курсы по физической культуре и спорту»

Направление подготовки бакалавр
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
История, Обществознание

1.	Цель изучения дисциплины <ul style="list-style-type: none">- овладение системой научно-практических и специальных знаний, необходимых для понимания природных и социальных процессов функционирования физической культуры общества и личности, умение их адаптивного, творческого использования для личностного, профессионального развития и самосовершенствования;- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;- организации здорового стиля жизни при выполнении учебной, профессиональной и социокультурной деятельности;- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности;- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту.		
2.	Место дисциплины в структуре ОПОП ВО бакалавр <p>Дисциплина «Элективные курсы по физической культуре и спорту» относится к дисциплинам вариативной части дисциплин специальности 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) История, Обществознание.</p> <p>В соответствии с учебным планом период обучения по дисциплине – 1-2-3-4-5-6-й семестры.</p> <p>Данная дисциплина «Элективные курсы по физической культуре и спорту» в силу занимаемого ей места в ФГОС ВО, ОПОП ВО и учебном плане по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) История, Обществознание предполагает взаимосвязь с другими изучаемыми дисциплинами.</p> <p>В качестве «входных» знаний дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» используются знания и умения, полученные обучающимися в школе.</p> <p>Дисциплина «Элективные курсы по физической культуре и спорту» может являться предшествующей при изучении дисциплин:</p> <p>– Физическая культура и спорт.</p>		
3.	Результаты освоения дисциплины (модуля) «Элективные курсы по физической культуре и спорту»		
	Код и наименование компетенций	Индикаторы	Дескрипторы
	Универсальные компетенции (УК)		



	УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности;	Знать: - ценности, функции физической культуры и спорта; роль физической культуры и спорта в развитии общества; - методы и средства физической культуры и спорта, основы формирования совершенствования физических качеств, а так же уровня физической подготовленности; - принципы и основы методики проведения учебно-тренировочных занятий с целью повышения Уметь: подбирать методику занятий физической культурой и спортом для полноценной социальной и профессиональной деятельности; - осуществлять выбор здоровьесберегающих технологий. Владеть: средствами и методами для поддержания должного уровня физической подготовленности и ведения здорового образа жизни; - теоретическими основами использования здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности; - навыками						
	УК-6: Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки и образования в течение всей жизни	УК-6.1. Использует инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей;	Знать: -Свои личностные особенности и ресурсы Уметь: - адекватно оценивать свои способности и возможности в соответствии с конкретной ситуацией Владеть: - навыками самодиагностики личностных коммуникативных способностей в деловом взаимодействии						
4.	Структура и содержание дисциплины								
4.1. Структура дисциплины (модуля)									
Вид учебной работы			Всего	Порядковый номер семестра					
				1	2	3	4	5	6
Общая трудоемкость дисциплины всего (в з.е.), в том числе:									
Курсовой проект (работа)			не предусмотрено						
Аудиторные занятия всего (в акад. часах), в том числе:			328	54	54	54	54	54	54
Лекции									
Практические занятия, семинары			328	54	54	54	54	54	54
Лабораторные работы									
Самостоятельная работа всего (в акад. Часах), в том числе:									
КСР									



	Экзамен						
	зачет						+
	Общая трудоемкость дисциплины	328	54	54	54	54	54
4.2. Содержание дисциплины							
Тема №1. Физическая культура в профессиональной подготовке студентов и социокультурное развитие личности студента. Подготовка к учебным занятиям. Изучение учебной литературы по дисциплине							
Тема №2. Простейшие методики самооценки работоспособности, усталости, утомления и применения средств физической культуры для их направленной коррекции. Простейшие методики самооценки работоспособности, усталости, утомления и применения средств физической культуры для их направленной коррекции.							
Тема №3. Функциональные изменения в организме при физических нагрузках							
Тема №4. Подготовка к учебным занятиям. Изучение учебной литературы по дисциплине							
Тема №5. Методы самоконтроля состояния здоровья и физического развития.							
Тема №6. Подготовка к учебным занятиям. Изучение учебной литературы по дисциплине.							
5.	Образовательные технологии						
Учебные занятия по дисциплине реализуются в виде практических (семинарских) занятий. Практические (семинарские) занятия формируют исследовательский подход к изучению учебного материала, формируют и развивают у обучающихся навыки самостоятельной работы, умения активно участвовать в творческой дискуссии, делать выводы, аргументировано излагать свое мнение и отстаивать его. Практическое (семинарское) занятие - особая форма учебно-теоретических занятий, служащая дополнением к лекционному курсу. В ходе занятий (текущий контроль успеваемости) предусматривается проверка освоенности компетенции в виде двух докладов или доклада и контрольной работы. Для эффективной подготовки освоения дисциплины (модуля) «Физическая культура и спорт» студенты должны готовиться к каждому практическому (семинарскому) занятию, изучить конспект по соответствующей теме, изучить рекомендованную основную и дополнительную литературу по теме. При подготовке к сдаче промежуточной аттестации (зачет) рабочей программы дисциплины (модуля) «Физическая культура и спорт» повторите лекционный материал, используя конспекты лекций. Используйте учебную литературу по дисциплине (модулю) рекомендованную преподавателем, содержащуюся в электронной библиотечной системе (ЭБС) ИнГГУ.							
6.	Используемые ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Internet»; информационные технологии, программные средства и информационно-справочные системы						



		Название ресурса	Ссылка/доступ
		Электронная библиотека онлайн «Единое окно к образовательным ресурсам»	http://window.edu.ru
		«Образовательный ресурс России»	http://school-collection.edu.ru
		Федеральный образовательный портал: учреждения, программы, стандарты, ВУЗы, тесты ЕГЭ, ГИА	http://www.edu.ru
		Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (ФЦИОР)	http://fcior.edu.ru
		Русская виртуальная библиотека	http://rvb.ru
		Кабинет русского языка и литературы	http://ruslit.ioso.ru
		Национальный корпус русского языка	http://ruscorpora.ru
		Еженедельник науки и образования Юга России «Академия»	http://old.rsue.ru/Academy/Archives/Index.htm
		Научная электронная библиотека «e-Library»	http://elibrary.ru/defaultx.asp
		Электронно-библиотечная система IPRbooks	http://www.iprbookshop.ru
		Электронно-справочная система документов в сфере образования «Информιο»	http://www.informio.ru
		Информационно-правовая система «Гарант»	Сетевая версия, доступна со всех компьютеров в корпоративной сети ИнгГУ
		Электронно-библиотечная система «Юрайт»	https://www.biblio-online.ru
7.	Формы текущего контроля		
8.	Форма промежуточного контроля		
	зачет		

Разработчик: к.ф.н., доцент Озиева Л. С.