

АННОТАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Наименование дисциплины (модуля) Физическая культура и спорт

Наименование ОПОП ВО 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки). Английский язык и китайский язык

Цели и задачи дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины Физическая культура и спорт является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- понимание социальной значимости физической культуры и спорта и их роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- формирование знаний научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, понимание ее значимости в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- овладение системой знаний, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в жизни.

Результаты освоения дисциплины (модуля)

Планируемыми результатами обучения по дисциплине (модулю), являются знания, умения, навыки. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы, представлен в таблице 1.

Таблица 1 – Компетенции, формируемые в результате изучения дисциплины (модуля)

Название ОПОП ВО, сокращенное	Код и формулировка компетенции	Код и формулировка индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине		
			Код результата	Формулировка результата	
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки). Английский язык и китайский язык	УК-7 : Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1в : Понимает роль и значение физической культуры в жизни человека и общества; научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни	РД1	Знание	методических основ физического воспитания с учетом профессиональной деятельности.

		УК-7.2в : Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	РД2	Умение	применять средства и методы физического воспитания с целью личностного и физического развития, с учетом индивидуальных особенностей и особенностей профессиональной деятельности.
		УК-7.3в : Формулирует цель и задачи физического развития, подбирает адекватные средства физической культуры в зависимости от особенностей своей физической подготовленности	РД3	Навык	использования средств физической подготовки для эффективного выполнения социальных и профессиональных функций.

Основные тематические разделы дисциплины (модуля)

1. Физическая культура и спорт в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.
2. Социально-биологические основы физической культуры студентов.
3. Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: чтение лекций, просмотр презентаций, вопросы самопроверки.
4. Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья.
5. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности.
6. Основы спортивной тренировки - физические качества (сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость).
7. Общая и специальная подготовка в системе физического воспитания студентов.
8. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений.
9. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.
10. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом.
11. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов.
12. Физическая культура и профессиональной деятельности.

Трудоемкость дисциплины (модуля) и виды учебной работы

Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу с обучающимися (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу, приведен в таблице 2.

Таблица 2 – Общая трудоемкость дисциплины

Название ОПОП ВО	Форма обуче- ния	Часть УП	Семестр (ОФО) или курс (ЗФО, ОЗФО)	Трудо- емкость	Объем контактной работы (час)						СРС	Форма аттес- тации
				(З.Е.)	Всего	Аудиторная			Внеауди- торная			
						лек.	прак.	лаб.	ПА	КСР		
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) Английский язык и китайский язык	ОФО	Б.1.Б.11	2	2	19	18	0	0	1	0	53	3

Составитель(и):

Власенко Т.Н., кандидат педагогических наук, доцент Педагогического института