

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Липецкий государственный педагогический университет имени П.П. Семенова-Тян-Шанского»  
(ЛГПУ имени П.П. Семенова-Тян-Шанского)**

**Образовательная программа**

Направление: 44.03.05. Педагогическое образование (с двумя профилями)  
Профиль: Иностранный язык (первый язык) и иностранный язык (второй язык)  
Квалификация: бакалавр  
Форма обучения: очная  
Срок обучения: 5 (лет)

Год начала подготовки: 2013 г.

Год утверждения: 2016 г.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

**1. Цель дисциплины:**

Целью дисциплины «Физическая культура» является формирование физической культуры личности студентов и способностей направленного использования средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к профессиональной деятельности.

**2. Место дисциплины в структуре ОП:**

Дисциплина относится к базовой части.

**3. Требования к результатам освоения дисциплины:**

Выпускник программы бакалавриата должен обладать следующей компетенцией:

Коды	Содержание компетенций
ОК-8	готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность

**В результате изучения дисциплины студент должен:**

**знать:** научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни

**уметь:** использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни.

**владеть:** средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности.

**4. Общая трудоемкость дисциплины:**

Общая трудоемкость дисциплины 72 часа, 2 зачетные единицы.

## 5. Семестры

Семестр	Трудоёмкость											Контроль			
	Зач. ед.	Часов всего	Контактная работа	Лекции		Практ. групп. и семинары		Практ. мал. гр. и лаб. занятия		Индивид. занятия		Самостоятельная работа	Контрольные работы	Зачет, зачет с оценкой, Э	Курсовые работы
				Ауд.	КСР	Ауд.	КСР	Ауд.	КСР	Ауд.	КСР				
1	1	36		4		32									
2	1	36		4		32							3		

\* 3 - зачет, О - зачет с оценкой, Э - экзамен

## 6. Основные разделы дисциплины

1.	Теоретический
2.	Методико-практический
3.	Учебно-тренировочный
4.	Контрольный (ФОС)

## 7. Авторы:

Мозгунов А. И., доцент кафедры спортивных дисциплин, к.б.н., доцент.

Акулова К.Ю., доцент кафедры спортивных дисциплин, к.п.н., доцент.

Старкина Л.А., старший преподаватель кафедры спортивных дисциплин.