

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Липецкий государственный педагогический университет»**

Образовательная программа

Направление: 39.03.02 – Социальная работа
Профиль: Социальная защита и социальное обслуживание семей и детей
Квалификация: бакалавр
Форма обучения: очная
Срок обучения: 4 года

Год начала подготовки: 2014 г.

Аннотация рабочей программы дисциплины

Физическая культура

1. Цель освоения дисциплины – формирование у студентов физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, теоретической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

2. Место дисциплины в структуре ОП бакалавриата
Дисциплина реализуется в рамках базовой части (Б.1.Б.75).

3. Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

<i>Коды компетенций</i>	<i>Результаты освоения ООП (Содержание компетенций)</i>
ОК-8	готовностью поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность

В результате освоения ОП бакалавриата обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине:

- **знать** методы физического воспитания и укрепления здоровья с помощью физических упражнений;
- **уметь** использовать средства и методы физического воспитания для достижения должного уровня физической подготовки для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;
- **владеть** методиками самооценки работоспособности, методами применения средств физической культуры для личного физического самосовершенствования.

4. Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы (72 часа).

5. Семестры:

Семестр	Трудоемкость											Контроль		
	Зач. ед.	Всего часов	Контактная работа	Лекции	Прак. групп. и семинары	Прак. мал. гр. и лаб. занятия	Индивид. занятия	Самостоятельная ра-	Контроль-ные	Зачет, зачет с оценкой,	Курсовые работы			
1	1	36		4	32									
2	1	36		4	32								3	

* 3 – зачет, 0 – зачет с оценкой, Э - экзамен

6. Основные разделы дисциплины:

- Физическая культура в профессиональной подготовке студентов
- Основы теории физической культуры.
- Средства физического воспитания
- Методы физического воспитания
- Обучение движениям в физическом воспитании
- Развитие двигательных способностей в процессе физического воспитания.
- Характеристика современных физкультурно-спортивных и оздоровительных технологий
- Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.
- Спорт и спортивная подготовка в процессе физического воспитания студентов.
- Профессионально-прикладная физическая подготовка студента
- Проверка и оценка успеваемости, учет и отчетность по физической культуре.

7. Авторы: Старкина Л.А., старший преподаватель кафедры спортивных дисциплин,

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

Магун Т.Я., к.п.н., доцент кафедры спортивных дисциплин,

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