

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

**Основная образовательная программа**

Направление: 44.03.01 Педагогическое образование

Профиль: Иностранный язык

Квалификация: бакалавр

Форма обучения: заочная

Срок обучения: 5 лет

Год утверждения: 2014 г.

**Аннотация рабочей программы дисциплины  
Физическая культура**

**1. Цель дисциплины:**

Целью физического воспитания студентов является 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 жизни и профессиональной.

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

Дисциплина относится к разделу физическая культура.

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

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование и развитие компетенций:

- готов использовать методы физического воспитания и самовоспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья (ОК-5);
- готов к взаимодействию с коллегами, к работе в коллективе (ОК-7);
- осознает социальную значимость своей будущей профессии, обладает мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности (ОПК-1);
- способен нести ответственность за результаты своей профессиональной деятельности (ОПК-4);
- способен использовать возможности образовательной среды, в том числе информационной, для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса (ПК-4);
- готов к обеспечению охраны жизни и здоровья, обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности (ПК-7).

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 составляет 2 зачетные единицы (400 часов).**

## 5. Семестры:

Семестр	Трудоемкость								Контроль		
	ЗЕТ	Часов всего	Аудиторная работа	Лекции	Семинары/практика	Лабораторные занятия	Индивидуальные занятия	Самостоятельная работа	Контрольные работы	Зачеты, экзамены*	Курсовые работы
0	1	36	2	2				34			
1	1	36	2		2			34		3	
2	0	72	2	2				70			
3	0	72						72			
4	0	72	2		2			70			
5	0	72						72			
6	0	40	2		2			38		3	

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

## 6. Основные разделы дисциплины:

Учебная дисциплина «Физическая культура» включает в качестве обязательного минимума следующие дидактические единицы, интегрирующие тематику **теоретического, практического и контрольного учебного материала.**

## 7. Автор(ы) (ФИО, должность, ученое звание):

Автор: Мозгунов А.И., доцент кандидат биологических наук

Программа одобрена на заседании:

кафедры физического воспитания

протокол № 11, от 26.06.14 года,

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ А.И. Мозгунов