

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

**Образовательная программа**

Направление: 44.03.01 Педагогическое образование

Профиль: Начальное образование

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).

Для освоения дисциплины необходимы компетенции, сформированные в рамках изучения следующих дисциплин: «Безопасность жизнедеятельности», «Возрастная анатомия физиология и гигиена», «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»

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

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.

**Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:**

Коды компетенций	Результаты освоения ООП (Содержание компетенций)	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
ОК-8	готовностью поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность	Знать: научно-биологические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни Уметь: использовать физкультурно-спортивную деятельность для достижения жизненных и профессиональных умений Владеть: системой теоретико-

		практических и инструктивных умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья.
--	--	---

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

### 5. Семестры:

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

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

### 6. Основные разделы дисциплины:

1. Физическая культура в профессиональной подготовке студентов
2. Основы теории физической культуры.
3. Социальные функции физической культуры и спорта
4. Характеристика принципов физического воспитания
5. Средства физического воспитания
6. Методы физического воспитания
7. Обучение движениям в физическом воспитании
8. Развитие двигательных способностей в процессе физического воспитания.
9. Характеристика современных физкультурно-спортивных и оздоровительных технологий
10. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.
11. Спорт и спортивная подготовка в процессе физического воспитания студентов.
12. Профессионально-прикладная физическая подготовка студента
13. Проверка и оценка успеваемости, учет и отчетность по физической культуре

**7. Автор:** Вишняков Алексей Викторович