

**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: заочная

Срок обучения: 5 лет

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.	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, экзамен	Курсовые работы
0	1	36	2	2				34			
1	1	36	2		2			34		3	

* 3 – зачет, 0 – 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