

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

**Основная образовательная программа**

Направление: 44.03.01. Педагогическое образование

Профиль: Дошкольное образование

Квалификация: Бакалавр

Форма обучения: заочная

Срок обучения: 5 лет

Год начала подготовки 2014 г.

Год утверждения: 2016 г.

**Аннотация рабочей программы дисциплины**

Физическая культура

**1. Цель дисциплины:**

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 деятельности.

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

Дисциплина базовой части блока Б1.

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

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование и развитие следующих компетенций:

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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

**-знать** методы физического воспитания и укрепления здоровья с помощью физических упражнений;

**-уметь** использовать средства и методы физического воспитания для достижения должного уровня физической подготовке для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

**-владеть** методиками самооценки работоспособности, применение средств физической культуры, основами самомассажа.

**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
Установочная сессия	1	36	2	2				34			
1	1	36	2		2			34		3	

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

**6. Основные разделы дисциплины:**

1. Физическая культура и спорт в России. Спорт. индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений.
2. Особенности занятий избранным видом спорта (системой физических упражнений) с учетом профессиональных особенностей.

**7. Автор** (ФИО, должность, ученое звание):

доцент, канд. биолог. наук Мозгунов А.И.