

**Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Липецкий государственный педагогический университет
имени П.П. Семенова-Тян-Шанского»**

Образовательная программа

Направление: 44.03.01 Педагогическое образование

Профиль: Русский язык

Квалификация: бакалавр

Форма обучения: заочная

Срок обучения: 5 лет

Год начала подготовки: 2016 г.

**Аннотация рабочей программы дисциплины
Физическая культура**

1. Цель 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:

Дисциплина относится к базовой части «Дисциплины (модули)» и входит в модуль «Здоровый образ жизни и охрана здоровья детей».

3. Требования к результатам освоения дисциплины:

Выпускник программы бакалавриата должен обладать следующими компетенциями:

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).

В том числе контактная работа 4 часов. Из них: аудиторная: 4 ч.; самостоятельная работа: 68 ч. КСР: 0 ч.

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
				Ауд.	КСР	Ауд.	КСР	Ауд.	КСР	Ауд.	КСР				
0	1	36	2	2							34				
1	1	36	2	2							34		3		

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

6. Основные разделы дисциплины:

- Физическая культура в профессиональной подготовке студентов
- Основы теории физической культуры.
- Социальные функции физической культуры и спорта
- Характеристика принципов физического воспитания
- 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. Автор:

Вишняков Алексей Викторович, доцент, кандидат педагогических наук