

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

Образовательная программа

Направление: 44.05.01 Педагогика и психология девиантного поведения

Специализация: Психолого-педагогическое сопровождение детей и подростков группы риска

Квалификация: Социальный педагог

Форма обучения: очная

Срок обучения: 5 лет

Год начала подготовки:

2017 г.

Аннотация рабочей программы дисциплины

Физическая культура

1. Цель дисциплины:

Формирование у обучающихся 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 ОП.

3. Требования к результатам освоения дисциплины:

Выпускник программы бакалавриата должен обладать следующими компетенциями:

Коды	Содержание компетенций
ОК-9	способность организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни

В результате изучения дисциплины студент должен:

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 з.е. (72 ч).

5. Семестры:

Семестр	Трудоёмкость											Контроль		
	Зачетных единиц	Часов всего	Контактная работа	Лекции	Практические занятия и семинары	Лабораторные занятия	консультации	Контрольные работы	Курсовые работы	Практика	Самостоятельная работа	зачет	дифференцированный зачет	экзамен
1	1	36	36	18	18									
2	1	36	36	18	16							2		

6. Основные разделы дисциплины:

1. Физическая культура в профессиональной подготовке студентов. Социальные функции физической культуры и спорта. Основные понятия теории физической культуры.
2. Основы здорового стиля жизни студентов.
3. Медико-биологические основы физической культуры.
4. Характеристика принципов, средств и методов физической культуры.
5. Развитие двигательных способностей занимающихся физической культурой.
6. Обучение двигательным действиям в процессе занятий физической культурой.
7. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.
8. Контроль и самоконтроль при занятиях физической культурой.

7. Автор:

Вишняков Алексей Викторович, кандидат педагогических наук, доцент.