

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

**Образовательная программа**

Направление: 01.03.02 – Прикладная математика и информатика

Профиль:

Квалификация: бакалавр

Форма обучения: очная

Срок обучения: 4 года(лет)

Год начала подготовки: 2016 г.

**Аннотация рабочей программы дисциплины  
Спортивная подготовка**

**1. Цель дисциплины:**

является 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 ОП:**

Дисциплина относится к дисциплинам по выбору.

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

Выпускник программы бакалавриата должен обладать следующими компетенциями:

<b>Коды</b>	<b>Содержание компетенций</b>
ОК – 8	Способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

В результате изучения дисциплины студент должен:

**знать:** влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;

**уметь:** выполнять индивидуально подобранные комплексы общеразвивающих оздоровительных упражнений; выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации; преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения;

**владеть:** средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности.

**4. Общая трудоемкость дисциплины** составляет 0 зачетных единиц (328 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
				Ауд.	КСР	Ауд.	КСР	Ауд.	КСР	Ауд.	КСР				
1	0	36	36	4				32							
2	0	36	36	4				32						З	
3	0	72	72	8				64							
4	0	72	72	8				64						З	
5	0	72	72	4				68							
6	0	40	40	4				36						З	

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

**6. Основные разделы дисциплины:**

1	Теоретический раздел
2	Практический раздел

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

доц. А.И.Мозгунов..., Т.Я.Магун., К.Ю.Акулова., ст. пр. Л.А.Старкина