МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
"Набережночелнинский государственный педагогический университет"

(ФГБОУ ВО "НГПУ")

Физическая культура и спорт

аннотация к рабочей программе дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой	**Физической культуры и спорта**
Учебный план	44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) Профиль: Иностранный язык и Второй иностранный язык

Форма обучения	**очная**
Программу составил(и):	к.п.н. , доцент, Ахметов А.М.;ст.преп., Школьникова Л.Е.

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	**1 (1.1)**		Итого	
Недель	18 5/6			
Вид занятий	УП	РПД	УП	РПД
Лекции	18	18	18	18
Практические	18	18	18	18
Итого ауд.	36	36	36	36
Контактная работа	36	36	36	36
Сам. работа	36	36	36	36
Итого	72	72	72	72

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
1.1	Цель дисциплины: формирование физической культуры личности, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.
1.2	Задачи дисциплины:
1.3	воспитание у обучающихся высоких моральных, волевых и физических качеств, подготовка к высокопроизводительному труду и защите Родины;
1.4	сохранение и укрепление здоровья обучающихся , содействие правильному формированию и всестороннему развитию организма, поддержание высокой работоспособности на протяжении всего периода обучения;
1.5	профессионально-прикладная физическая подготовка обучающихся с учетом особенностей будущей трудовой деятельности;
1.6	приобретение обучающимися необходимых знаний по основам теории, методики и организации физического воспитания и спортивной тренировки, подготовка обучающихся к работе в качестве общественных тренеров, судей;
1.7	совершенствование спортивного мастерства обучающихся;
1.8	воспитание у обучающихся убежденности в необходимости регулярных занятий физической культурой.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	
Цикл (раздел) ОП:	Б1.Б
2.1	**Требования к предварительной подготовке обучающегося:**
2.1.1	Для освоения дисциплины блока Б1.Б необходимы навыки и компетенции, полученные обучающимися в средней общеобразовательной школе.
2.1.2	Для изучения дисциплины необходимы знания, полученные обучающимися на ранее изученных предметах школьного курса:
2.1.3	Физическая культура
2.1.4	ОБЖ
2.2	**Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:**
2.2.1	Возрастная анатомия, физиология и гигиена
2.2.2	Практика по получению первичных профессиональных умений и навыков (второй иностранный язык)
2.2.3	Практика по получению первичных профессиональных умений и навыков (первый иностранный язык)
2.2.4	Противодействие терроризму и экстремизму
2.2.5	Преддипломная практика (второй иностранный язык)
2.2.6	Защита выпускной квалификационной работы, включая подготовку к процедуре защиты и процедуру защиты
2.2.7	Преддипломная практика (первый иностранный язык)

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО КАЖДОЙ ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), ОБЕСПЕЧИВАЮЩИЕ ДОСТИЖЕНИЕ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ
ОК-8: готовностью поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность
Знать:
содержание и направленность различных систем физических упражнений, их оздоровительную и развивающую эффективность.
Уметь:
проводить самостоятельные занятия физическими упражнениями с общей развивающей, профессионально-прикладной и оздоровительно-корригирующей направленностью.
Владеть:
способами определения дозировки физической нагрузки и направленности физических упражнений.
ОПК-6: готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся
Знать:
основы охраны жизни, безопасности жизнедеятельности, возможные последствия аварий, катастроф, стихийных бедствий.
Уметь:
оценивать психическое и физическое состояние обучающихся, учитывать их индивидуальные и возрастные особенности развития в процессе воспитания и обучения.
Владеть:
методами комплексной оценки состояния здоровья.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

3.1	**Знать:**
- основы физического воспитания и здорового образа жизни, социально-биологические основы адаптации организма человека к физической и умственной деятельности; - научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни; - способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; - влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; - правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности; - теории и технологии обучения и воспитания ребенка, сопровождения субъектов педагогического процесса; - методологию педагогических проблем образования, основы воспитания.	
3.2	**Уметь:**
- выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации; - использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, - физического самосовершенствования, формирования здорового образа жизни; - преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения; - выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки; - осуществлять самоконтроль за состоянием организма и использовать средства физической культуры для оптимизации собственной работоспособности; - выполнять индивидуально-подобные комплексы оздоровительной и адаптивной физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнений атлетической гимнастики. - осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культуры и спортом; - организовывать внеучебную деятельность обучающихся; - осуществлять педагогический процесс в различных возрастных группах и различных типах образовательных учреждений;	
3.3	**Владеть:**
- навыками организации процесса физической культуры, прикладной физической культуры на педагогической практике; - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности; - навыками основных методических приёмов и средств физической культуры и спорта; - способами предупреждения девиантного поведения и правонарушений; - способами взаимодействия с другими субъектами образовательного процесса.	