

# МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
"Набережночелнинский государственный педагогический университет"  
(ФГБОУ ВО "НГПУ")

## МОДУЛЬ ЗДОРОВЬЯ И БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ Циклические виды спорта

аннотация к рабочей программе дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой	<b>Физической культуры и спорта</b>
Направление подготовки	<b>44.03.02 Психолого-педагогическое образование, профиль Дошкольное образование</b>
Квалификация	<b>бакалавр</b>
Форма обучения	<b>заочная</b>
Общая трудоемкость	<b>0 ЗЕТ</b>

Часов по учебному плану	328
в том числе:	
аудиторные занятия	10
самостоятельная работа	314
зачет	4

Виды контроля на курсах:  
зачет 1

### Распределение часов дисциплины по курсам

Курс	1		Итого	
Вид занятий	уп	рп		
Практические	10	10	10	10
Итого ауд.	10	10	10	10
Контактная	10	10	10	10
Сам. работа	314	314	314	314
Часы на контроль	4	4	4	4
Итого	328	328	328	328

<b>1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>	
1.1	Цель освоения дисциплины заключается в формировании 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 профессиональной деятельности
1.2	Задачи освоения дисциплины:
1.3	сохранение и укрепление здоровья обучающихся, содействие правильному формированию и всестороннему развитию организма, поддержание высокой работоспособности на протяжении всего периода обучения;
1.4	понимание социальной значимости прикладной физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
1.5	знание научно-биологических, педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
1.6	формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
1.7	овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте;
1.8	приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
1.9	приобретение обучающимися необходимых знаний по основам теории, методики и организации физического воспитания и спортивной тренировки, подготовка к работе в качестве общественных инструкторов, тренеров и судей;
1.10	создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений;
1.11	совершенствования спортивного мастерства обучающихся – спортсменов

<b>2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ</b>	
Цикл (раздел) ОП:	Б1.О.1.04.ДВ.01
<b>2.1</b>	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>
2.1.1	Для изучения дисциплины необходимы знания, полученные обучающимися на предыдущем уровне образования: Физическая культура, ОБЖ
<b>2.2</b>	<b>Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>
2.2.1	Организация профессиональной деятельности по профилю подготовки
2.2.2	Социально-гуманитарный модуль
2.2.3	Конфликтология
2.2.4	Организация дошкольного образования
2.2.5	Основы педиатрии и гигиены
2.2.6	Основы экономических знаний в профессиональной деятельности
2.2.7	Правоведение
2.2.8	Учебная технологическая (проектно-технологическая) практика
2.2.9	Производственная педагогическая практика
2.2.10	Развивающая предметная среда в ДОО
2.2.11	Технология разработки основной образовательной программы для ДОО
2.2.12	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена
2.2.13	Выполнение и защита выпускной квалификационной работы
<b>3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО КАЖДОЙ ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), ОБЕСПЕЧИВАЮЩИЕ ДОСТИЖЕНИЕ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ</b>	
<b>УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</b>	
УК-7.3: Владеет: поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни	
УК-7.2: Умеет: использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности	
УК-7.1: Знает: основы здорового образа жизни и здоровьесберегающие технологии	
ОПК-1: Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами в	
ОПК-1.1: Знает: приоритетные направления развития образовательной системы Российской Федерации, законов и иных	

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен**

<b>3.1</b>	<b>Знать:</b>
3.1.1	историю развития физической культуры и спорта
3.1.2	научно-биологические и практические основы физической культуры
3.1.3	основные компоненты здорового образа жизни
3.1.4	влияния оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек
3.1.5	способы контроля и оценки функционального состояния и уровня физического развития
3.1.6	правила соблюдения техники безопасности при занятиях физической культурой
<b>3.2</b>	<b>Уметь:</b>
3.2.1	определять оптимальные и доступные средства физической культуры в здоровьесбережении
3.2.2	использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья
3.2.3	применять в профессиональной деятельности опыт межличностных отношений, полученный в процессе занятий физической культурой
3.2.4	выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной физической культуры
3.2.5	выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации
<b>3.3</b>	<b>Владеть:</b>
3.3.1	системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических качеств (с выполнением установленных нормативов по общефизической, спортивной и профессионально-прикладной физической подготовке)
3.3.2	опытом использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей