

# МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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

## МОДУЛЬ ЗДОРОВЬЯ И БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

### Физическая культура и спорт

#### аннотация к рабочей программе дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой	Физической культуры и спорта
Направление подготовки	44.03.02 Психолого-педагогическое образование, профиль Дошкольное образование
Квалификация	бакалавр
Форма обучения	заочная
Общая трудоемкость	2 ЗЕТ

Часов по учебному плану	72
в том числе:	
аудиторные занятия	8
самостоятельная работа	60
зачет	4

Виды контроля на курсах:  
зачет 1

#### Распределение часов дисциплины по курсам

Курс	1		Итого	
	уп	рп		
Лекции	2	2	2	2
Практические	6	6	6	6
Итого ауд.	8	8	8	8
Контактная	8	8	8	8
Сам. работа	60	60	60	60
Часы на контроль	4	4	4	4
Итого	72	72	72	72

<b>1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>	
1.1	Целью освоения дисциплины является формирование физической культуры личности, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.
1.2	Задачи освоения 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.

<b>2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ</b>	
Цикл (раздел) ОП:	Б1.О.1.04
<b>2.1</b>	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>
2.1.1	Знания, полученные на предыдущем этапе образования: Физическая культура,
2.1.2	Основа Безопасности жизнедеятельности
<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 Учебная технологическая (проектно-технологическая) практика
2.2.8	Производственная педагогическая практика
2.2.9	Развивающая предметная среда в ДОО
2.2.10	Технология разработки основной образовательной программы для ДОО
2.2.11	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена
2.2.12	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
<b>ОПК-1: Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами в сфере образования и нормами профессиональной этики</b>	
ОПК-1.1:	Знает: приоритетные направления развития образовательной системы Российской Федерации, законов и иных нормативных правовых актов, регламентирующих образовательную деятельность в Российской Федерации, нормативных документов по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи, федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования, законодательства о правах ребенка, трудового законодательства; конвенцию о правах ребенка, международные нормы и договоры в области прав ребенка и образования детей

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен**

<b>3.1</b>	<b>Знать:</b>
3.1.1	основы физического воспитания и здорового образа жизни, социально-биологические основы адаптации организма человека к физической и умственной деятельности

3.1.2	научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни
3.1.3	способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности
3.1.4	влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек
3.1.5	правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности
3.1.6	теории и технологии обучения и воспитания ребенка, сопровождения субъектов педагогического процесса
3.1.7	методологию педагогических проблем образования, основы воспитания
<b>3.2</b>	<b>Уметь:</b>
3.2.1	выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации
3.2.2	использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа жизни
3.2.3	преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения
3.2.4	выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки
3.2.5	осуществлять самоконтроль за состоянием организма и использовать средства физической культуры для оптимизации собственной работоспособности
3.2.6	выполнять индивидуально-подобные комплексы оздоровительной и адаптивной физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнений атлетической гимнастики
3.2.7	осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культуры и спортом
3.2.8	организовывать внеучебную деятельность обучающихся
3.2.9	осуществлять педагогический процесс в различных возрастных группах и различных типах образовательных учреждений
<b>3.3</b>	<b>Владеть:</b>
3.3.1	основными принципами физической культуры для повышения уровня физической подготовленности
3.3.2	системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие, совершенствование психофизических способностей и качеств
3.3.3	простейшими приёмами самомассажа и релаксации
3.3.4	приемами защиты и самообороны, страховки и самостраховки