

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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



УТВЕРЖДАЮ
Проректор по УР

Гайфутдинов А.М.
2020 г.

Физическая культура и спорт

аннотация к рабочей программе дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой	Физической культуры и спорта
Направление подготовки	09.03.03 Прикладная информатика, профиль Прикладная информатика в дизайне
Квалификация	бакалавр
Форма обучения	заочная
Общая трудоемкость	2 ЗЕТ

Распределение часов дисциплины

Курс	2		Итого	
	УП	РП		
Лекции	2	2	2	2
Практические	2	2	2	2
Итого ауд.	4	4	4	4
Контактная	4	4	4	4
Сам. работа	64	64	64	64
Часы на контроль	4	4	4	4
Итого	72	72	72	72

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
1.1	Целью освоения дисциплины является 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.О
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Знания, полученные на предыдущем этапе образования:
2.1.2	Физическая культура
2.1.3	Основа Безопасности жизнедеятельности
2.2	Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
2.2.1	Производственная технологическая (проектно-технологическая) практика
2.2.2	Выполнение и защита выпускной квалификационной работы
3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО КАЖДОЙ ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), ОБЕСПЕЧИВАЮЩИЕ ДОСТИЖЕНИЕ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	
УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	
УК-7.3: Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования	
УК-7.2: Демонстрирует необходимый уровень физических кондиций для самореализации в профессиональной деятельности	
УК-7.1: Умеет использовать средства и методы физической культуры, необходимые для планирования и реализации физкультурно - педагогической деятельности	

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

3.1	Знать:
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.
3.2	Уметь:
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;
3.3	Владеть:
3.3.1	навыками организации процесса физической культуры, прикладной физической культуры на педагогической практике;
3.3.2	средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности;
3.3.3	навыками основных методических приёмов и средств физической культуры и спорта;
3.3.4	способами предупреждения девиантного поведения и правонарушений;
3.3.5	способами взаимодействия с другими субъектами образовательного процесса;