

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

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

**Ациклические виды спорта**

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

Закреплена за кафедрой	<b>Физической культуры и спорта</b>
Направление подготовки	<b>44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), профили Иностранный язык и Второй иностранный язык</b>
Форма обучения	<b>очная</b>
Программу составил(и):	ст. преподаватель Валинуров Р.Р.

**Распределение часов дисциплины по семестрам**

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	1 (1.1)		2 (1.2)		3 (2.1)		4 (2.2)		5 (3.1)		6 (3.2)		Итого	
Неделя	18 4/6		20		17 4/6		15 5/6		13 3/6		14 3/6			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП
Практические	36	36	60	60	42	42	58	58	72	72	60	60	328	328
Итого ауд.	36	36	60	60	42	42	58	58	72	72	60	60	328	328
Контактная	36	36	60	60	42	42	58	58	72	72	60	60	328	328
Итого	36	36	60	60	42	42	58	58	72	72	60	60	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 обучающегося 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.Б.ДВ.01
<b>2.1</b>	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>
2.1.1	Для изучения дисциплины необходимы знания, полученные обучающимися на ранее изученных предметах школьного курса:
2.1.2	Физическая культура
2.1.3	ОБЖ.
<b>2.2</b>	<b>Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>
2.2.1	Защита выпускной квалификационной работы, включая подготовку к процедуре защиты и процедуру защиты
2.2.2	Противодействие терроризму и экстремизму
2.2.3	Производственная педагогическая практика
2.2.4	Производственная преддипломная практика

<b>3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО КАЖДОЙ ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), ОБЕСПЕЧИВАЮЩИЕ ДОСТИЖЕНИЕ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ</b>	
<b>ОК-8: готовностью поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность</b>	
<b>Знать:</b>	
	влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек
<b>Уметь:</b>	
	выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной физической культуры
<b>Владеть:</b>	
	простейшими приемами ведения здорового образа жизни

<b>ОПК-6: готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся</b>	
<b>Знать:</b>	
	основы охраны жизни, безопасности жизнедеятельности, возможные последствия аварий, катастроф, стихийных бедствий.
<b>Уметь:</b>	
	оценивать психическое и физическое состояние обучающихся, учитывать их индивидуальные и возрастные

	особенности развития в процессе воспитания и обучения.
<b>Владеть:</b>	
	методами комплексной оценки состояния здоровья.

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен**

<b>3.1</b>	<b>Знать:</b>
<p>историю развития физической культуры и спорта;  научно-биологические и практические основы физической культуры; основные компоненты здорового образа жизни;  влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;  способы контроля и оценки функционального состояния и уровня физического развития;  правила соблюдения техники безопасности при занятиях физической культурой.</p>	
<b>3.2</b>	<b>Уметь:</b>
<p>определять оптимальные и доступные средства физической культуры в здоровьесбережении;  использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья;  применять в профессиональной деятельности опыт межличностных отношений, полученный в процессе занятий физической культурой;  выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной физической культуры;  выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации.</p>	
<b>3.3</b>	<b>Владеть:</b>
<p>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).  опытом использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей</p>	