

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
 Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего  
 образования "Набережночелнинский государственный педагогический университет"  
 (ФГБОУ ВО "НГПУ")

**МОДУЛЬ 3 " ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЙ"**  
**Физическая культура и спорт**  
 аннотация к рабочей программе дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой  
 Направление подготовки

**Физической культуры и спорта**  
**44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями**  
**подготовки), профили Иностранный язык и Второй иностранный**  
**язык**

Форма обучения

**очная**

Программу составил(и):

к.п.н. , доцент, Ахметов А.М.

**Распределение часов дисциплины по семестрам**

Семестр (<Курс>.<Семе с тр на курсе>)	<b>1 (1.1)</b>		Ито го	
Неделя	17	2/6		
Вид занятий	У П	Р П	У П	Р П
Лекции	1 6	1 6	1 6	16
Практические	1 6	1 6	1 6	16
Итого ауд.	3 2	3 2	3 2	32
Контактная	3 2	3 2	3 2	32
Сам. работа	4 0	4 0	4 0	40

Итого	7	7	7	72
	2	2	2	

<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.03
<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	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни
2.2.2	Производственная практика по воспитательной работе
2.2.3	Теория и технология воспитания
2.2.4	Внеклассная деятельность по иностранному языку
2.2.5	Теория и технология обучения
2.2.6	Учебная практика по внеурочной деятельности
2.2.7	Инклюзивное образование детей с ограниченными возможностями здоровья
2.2.8	Методика обучения предмету "Иностранный язык"
2.2.9	Методика обучения предмету "Второй иностранный язык"
2.2.10	Технологии обучения детей с особыми образовательными потребностями
2.2.11	Производственная педагогическая практика
2.2.12	Дифференцированный подход в обучении иностранному языку
2.2.13	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена
2.2.14	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-7.2: 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	
<b>ОПК-3: Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов</b>	
ОПК-3.1: Умеет определять и формулировать цели и задачи учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями в соответствии с требованиями ФГОС	

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	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.