МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
"Набережночелнинский государственный педагогический университет"

(ФГБОУ ВО "НГПУ")

Физическая культура и спорт

аннотация к рабочей программе дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой	**Физической культуры и спорта**
Направление подготовки	**44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), профили Начальное образование и 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

Курс	1		Итого	
Вид занятий	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

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
1.1	Целью освоения дисциплины является формирование знаний, умений и навыков по физической культуре, направленных на развитие личности обучающегося и способности применения средств и методов физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.
1.2	Задачи освоения дисциплины:
1.3	формирование навыков межличностного общения в коллективе, толерантного восприятия социальных, этнических и культурных различий;
1.4	формирование способности к поддержанию должного уровня физической подготовленности для полноценной деятельности;
1.5	формирование у обучающихся мотивационно- ценностного отношения к здоровью и занятиям физкультурно-спортивной деятельностью;
1.6	освоение системой знаний о социально – биологических, психолого-педагогических основах физической культуры;
1.7	овладение системой методических умений, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование двигательных умений и психофизических качеств, необходимых в профессиональной деятельности;
1.8	приобретение опыта использования методико - практических знаний для самосовершенствования.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	
Цикл (раздел) ОП:	Б1.Б
2.1	**Требования к предварительной подготовке обучающегося:**
2.1.1	Для изучения дисциплины необходимы знания, полученные обучающимися на предыдущем этапе образования: физическая культура, ОБЖ
2.2	**Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:**
2.2.1	Информационные системы и технологии в профессиональной деятельности
2.2.2	Научные основы естествоведческого и обществоведческого образования
2.2.3	Основы математической обработки информации
2.2.4	Противодействие терроризму и экстремизму
2.2.5	Защита выпускной квалификационной работы, включая подготовку к процедуре защиты и процедуру защиты

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО КАЖДОЙ ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), ОБЕСПЕЧИВАЮЩИЕ ДОСТИЖЕНИЕ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	
ОК-8:	**готовностью поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность**
Знать:	
	содержание и направленность различных систем физических упражнений, их оздоровительную и развивающую эффективность
	влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;
	способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;
Уметь:	
	проводить самостоятельные занятия физическими упражнениями с общей развивающей, профессионально-прикладной и оздоровительно-корригирующей направленностью
	осуществлять самоконтроль за состоянием организма и использовать средства физической культуры для оптимизации собственной работоспособности;
	выполнять индивидуально-подобные комплексы оздоровительной и адаптивной физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнений атлетической гимнастики.
Владеть:	
	способами определения дозировки физической нагрузки и направленности физических упражнений
	приемами страховки и способами оказания первой помощи во время занятий физическими упражнениями
	навыками основных методических приёмов и средств физической культуры и спорта;

ОПК-6:	**готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся**
Знать:	
	основы обеспечения охраны жизни и здоровья обучающихся;
	механизмы сохранения здоровья обучающихся и влияние факторов окружающей среды на состояние здоровья обучающихся;
	принципы, правила и требования безопасного поведения, защиты от опасностей обучающихся в различных видах деятельности и чрезвычайных ситуациях разного характера.

Уметь:	
	оценивать психическое и физическое состояние обучающихся, учитывать их индивидуальные и возрастные особенности развития в процессе воспитания и обучения.
	организовать учебно-воспитательный процесс с использованием здоровьесберегающих технологий, внеурочную деятельность, направленную на формирование здорового образа жизни
	организовать взаимодействие с детьми, подростками и взрослым населением в локальных опасных и чрезвычайных ситуациях, применять своевременные меры по ликвидации их последствий
Владеть:	
	методами комплексной оценки состояния здоровья
	системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья обучающихся
	основными способами защиты жизни и здоровья обучающихся в различных условиях, в том числе и в условиях чрезвычайных ситуаций, навыками оказания первой медицинской помощи.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

3.1	**Знать:**
3.1.1	основы физической культуры и здорового образа жизни;
3.1.2	способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;
3.1.3	правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности.
3.2	**Уметь:**
3.2.1	использовать средства физической культуры для оптимизации
3.2.2	делать индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений;
3.2.3	применять основные методики самостоятельных занятий и уметь вести самоконтроль за состоянием своего организма
3.3	**Владеть:**
3.3.1	методами физического воспитания и укрепления здоровья для
3.3.2	влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, фенотип обучающихся, профилактику вредных привычек;
3.3.3	простейшие способы контроля и оценки физического состояния, физического развития и физической подготовленности.