

МОДУЛЬ 3 " ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЙ" **Физическая культура и спорт**

аннотация к рабочей программе дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Физической культуры и спорта**
Направление подготовки **44.03.01 Педагогическое образование, профиль Физическая культура**

Форма обучения **заочная**
Программу составил: **к.п.н., доцент, Ахметов А.М.**

Распределение часов дисциплины по курсам

Курс	1		Итого	
	уп	рпд		
Лекции	4	4	4	4
Практические	4	4	4	4
Итого ауд.	8	8	8	8
Контактная работа	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 физического воспитания обучающихся 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.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	
Цикл (раздел) ОП:	Б1.О.03
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Ациклические виды спорта
2.1.2	Безопасность жизнедеятельности
2.1.3	Возрастная анатомия, физиология и гигиена
2.1.4	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни
2.1.5	Теория и технология воспитания
2.1.6	Циклические виды спорта
2.2	Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
2.2.1	Практика по воспитательной работе
2.2.2	Теория и технология обучения
2.2.3	Врачебно-педагогический контроль в системе физической культуры и спорта
2.2.4	Гигиена физического воспитания и спорта
2.2.5	Основы адаптивного физического воспитания
2.2.6	Технологии обучения детей с особыми образовательными потребностями
2.2.7	Физическая рекреация
2.2.8	Компьютерная обработка данных экспериментальных исследований в физической культуре и спорте
2.2.9	Национальные виды спорта
2.2.10	Организация дополнительного образования
2.2.11	Спортивная метрология
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-7.1: Умеет использовать средства и методы физической культуры, необходимые для планирования и реализации физкультурно - педагогической деятельности	
УК-7.2: Демонстрирует необходимый уровень физических кондиций для самореализации в профессиональной деятельности	
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	

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

3.1	Знать:
<p>основы физического воспитания и здорового образа жизни, социально-биологические основы адаптации организма человека к физической и умственной деятельности;</p> <p>научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни;</p> <p>способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;</p> <p>влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;</p> <p>правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности;</p> <p>теории и технологии обучения и воспитания ребенка, сопровождения субъектов педагогического процесса;</p> <p>методологию педагогических проблем образования, основы воспитания.</p>	
3.2	Уметь:
<p>выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации;</p> <p>использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа жизни;</p> <p>преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения;</p> <p>выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки;</p> <p>осуществлять самоконтроль за состоянием организма и использовать средства физической культуры для оптимизации собственной работоспособности;</p> <p>выполнять индивидуально-подобные комплексы оздоровительной и адаптивной физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнений атлетической гимнастики.</p> <p>осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культуры и спортом;</p> <p>организовывать внеучебную деятельность обучающихся;</p> <p>осуществлять педагогический процесс в различных возрастных группах и различных типах образовательных учреждений;</p>	
3.3	Владеть:
<p>навыками организации процесса физической культуры, прикладной физической культуры на педагогической практике;</p> <p>средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности;</p> <p>навыками основных методических приёмов и средств физической культуры и спорта;</p> <p>способами предупреждения девиантного поведения и правонарушений;</p> <p>способами взаимодействия с другими субъектами образовательного процесса;</p>	