

Аннотация рабочей программы дисциплины

Б1.Б.5 Физическая культура и спорт

- | | |
|---|-------------------------------|
| 1. Направление подготовки: | Педагогическое образование |
| 2. Профиль подготовки: | Иностранный язык (английский) |
| 3. Форма обучения: | Очная |
| 4. Цель и задачи изучения дисциплины | |

Цель изучения дисциплины - формирование физической культуры личности, способности использовать разнообразные формы физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, качественной жизни и эффективной профессиональной деятельности

Задачи дисциплины:

- овладение знаниями педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;;
- понимание значения целостности физической культуры в общекультурном, профессиональном и специальном развитии человека; ;
- понимание социальной значимости физической культуры, её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;;
- приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями;;
- создание основ для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений;;
- приобретение творческого опыта использования деятельности в сфере физической культуры и спорта для достижения жизненных и профессиональных целей; ;
- 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. .

5. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина Б1.Б.5 «Физическая культура и спорт» относится к базовой части учебного плана.

Освоение дисциплины Б1.Б.5 «Физическая культура и спорт» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

Б1.В.ДВ.1 Элективные курсы по физической культуре

6. Содержание дисциплины

Содержание дисциплины представлено в модулях имеющих следующее наполнение:

Модуль 1. Лёгкая атлетика:

Техника безопасности на занятиях по легкой атлетике. Основы техники видов ходьбы и бега. Техника различных вариантов старта в беге на короткие дистанции. Техника бега с низкого старта и стартового разбега в беге на 100 м. ОФП. Техника финиширования в беге на 100 м. Развитие скоростно-силовых качеств, ловкости и координации.

Модуль 2. Спортивные игры:

Техника безопасности на занятиях по баскетболу. Техника ведения и бросков по кольцу в баскетболе. Техника ведения мяча и передач в баскетболе. Техника приема мяча и передач мяча в нападении.

Модуль 3. Лыжная подготовка:

Вводно-подготовительное занятие по лыжной подготовке. Техника передвижения на лыжах попеременным двухшажным ходом. Специально-подготовительные и строевые упражнения лыжника. Техника торможения и поворотов на лыжах при спуске.

Модуль 4. Спортивные игры Лёгкая атлетика:

Техника бесшажного одновременного хода. Техника безопасности на занятиях по волейболу. Техника игры в волейбол. Специально-подготовительные упражнения волейболиста. Развитие скоростной выносливости.

7. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций и трудовых функций (профессиональный стандарт Педагог (педагогическая деятельность в дошкольном, начальном общем, основном общем, среднем общем образовании) (воспитатель, учитель), утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты №544н от 18.10.2013):

Выпускник должен обладать следующими общекультурными компетенциями (ОК):

ОК-8. готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность	
ОК-8 готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none">- ценности физической культуры и спорта; значение физической культуры в жизнедеятельности человека;;- факторы, определяющие здоровье человека, понятие здорового образа жизни и его составляющие;; <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none">- придерживаться здорового образа жизни;;- самостоятельно поддерживать и развивать основные физические качества в процессе занятий физическими упражнениями; ; <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none">- способами повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья;;- активной творческой деятельностью по формированию здорового образа жизни.

8. Общая трудоемкость дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч.

9. Разработчик

МГПИ им. М. Е. Евсевьева, кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин, канд. пед. наук, доцент Шуняева Е. А.