

**Частная образовательная организация
высшего образования
«СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ»
(ЧОО ВО СПИ)**

КАФЕДРА ГУМАНИТАРНЫХ ДИСЦИПЛИН



АННОТАЦИЯ
к рабочей программе дисциплины

«Внеклассная работа по физической культуре»

индекс по ФГОС ВО (учебному плану) **ФТД.1**

**НАПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКИ 44.03.01 ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ
ОБРАЗОВАНИЕ, ПРОФИЛЬ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

Год начала подготовки по УП- 2014

Дербент 2018

ФТД.1 Внеклассная работа по физической культуре

Цель курса:

Одним из видов внеклассной работы в школе является массовая физкультурная и спортивная работа.

Целью является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять

физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность

Задачи курса:

- ✓ содействовать школе в выполнении стоящих перед ней учебно-воспитательных задач;
- ✓ содействовать укреплению здоровья, закаливанию организма, разностороннему физическому развитию учащихся;
- ✓ углублять и расширять знания, умения, навыки, получаемые учащимися на уроках, физической культуры;
- ✓ воспитывать и развивать организаторские навыки у школьников;
- ✓ организовывать здоровый отдых учащихся;
- ✓ прививать учащимся любовь к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

Студент должен

знать:

влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; правила и способы планирования систем индивидуальных занятий физическими упражнениями различной целевой направленности;

уметь:

выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнений атлетической гимнастики;

выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации;

преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения;

выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки;

- осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой;

владеет навыками:

Навыками повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья;

подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооруженных Силах Российской Федерации;

организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха, участия в массовых спортивных соревнованиях;

активной творческой деятельности, выбора и формирования здорового образа жизни.

Область профессиональной деятельности выпускников, освоивших программу бакалавриата, включает образование, социальную сферу, культуру.

Объектами профессиональной деятельности выпускников, освоивших программу

бакалавриата, являются обучение, воспитание, развитие, просвещение, образовательные системы.

Виды профессиональной деятельности, к которым готовятся выпускники, освоившие программу бакалавриата:

- педагогическая;
- проектная;
- исследовательская;
- культурно-просветительская.

Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы:

Дисциплина «**Внеклассная работа по физической культуре**» является факультативом по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль «Физическая культура»..

Внеклассная работа проводится во внеурочное время в виде занятий по легкой атлетике, туризму, в секциях, группах, командах.

Основным содержанием внеклассных занятий с детьми является материал учебной программы по физической культуре, используемый с целью совершенствования умений и навыков, учащихся в выполнении различных упражнений, как в обычных условиях, так и в усложнённых, в частности на местности.

Дополнительный материал берется из журналов «Физическая культура в школе», и соответствующей литературы. Значительное место отводится общеразвивающим упражнениям без предметов и с предметами, упражнениям на гимнастических скамейках и стенке, со скакалками, в равновесии, лазанье, прыжках. Разучиваются комбинации вольных упражнений и пирамиды для выступлений на пионерских сборах, утренниках, праздниках.

Самое большое место во внеклассной работе занимают игры. При этом программный материал по играм значительно расширяется за счет дополнительных игр, близких по своему содержанию к программным. Особое внимание при проведении внеклассных занятий, в том числе и игр, уделяется соответствию используемого материала, изучаемому на уроках учебному материалу, чтобы сочетание учебных и внеклассных занятий способствовало совершенствованию двигательных умений и навыков детей.

Чтобы добиться массового охвата учащихся внеклассной работой, используются самые различные формы организации и проведения занятий со студентами с учетом их состояния здоровья и физической подготовленности. Основными формами являются: походы, занятия в группах общей физической подготовки, спортивные соревнования, физкультурные праздники, занятия в спортивных секциях.

Краткое содержание дисциплины:

№ п/п	Наименование раздела	Наименование тем раздела дисциплины	Лекции	Практич. занятия	Лабораторные работы	СРС	Всего	Формируемые компетенции
-------	----------------------	-------------------------------------	--------	------------------	---------------------	-----	-------	-------------------------

1.	Гимнастика	Висы и упоры. М.- перекладина. Д. брусья Соскок прогнувшись. Комбинации из ранее изученных элементов. Комбинация из изученных элементов	2			10	12	ПК-3
2.	Спортивные игры Волейбол	Действия игроков в защите Действия игроков в нападении. Удары по мячу. Тактика игры в защите и нападении.		2		10	12	ПК-4
3	Легкая атлетика	Низкий старт. Спринтерский бег. Стартовый разгон Бег по дистанции на 100м Бег100 Прыжок в длину с разбега. Прыжки в длину Метание гранаты Прыжок в длину с разбега Метание гранаты на дальность. Финальное усилие. Кроссовая подготовка. Метание гранаты на дальность. Распределение сил по дистанции Бег на выносливость Игры по выбору учащихся				8	8	ПК-4 ПК-5
Итого:			2	2		28	36	

Общая трудоемкость дисциплины: 36 часов.