

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

**КАФЕДРА ГУМАНИТАРНЫХ ДИСЦИПЛИН**



**УТВЕРЖДАЮ**  
Проректор  
ЧОО ВО СПИ  
З.Н. Касумова  
**«08» сентября 2017 г.**

**АННОТАЦИЯ**

к рабочей программе  
дисциплины «Физическая культура и спорт»  
индекс по ФГОС ВО (учебному плану) – **Б1.Б.5**

Направление подготовки  
**44.03.01 Педагогическое образование,**  
профиль:  
**«Начальное образование»**

**Дербент 2017**

## **Цели и задачи дисциплины:**

### **Цель курса:**

способствовать гармоничному развитию студентов и сформировать у них представление о системе физического воспитания.

### **Задачи курса:**

- сформировать у студентов систему знаний в области физической культуры;
- обучить студентов средствам и методам физкультурно-спортивной деятельности;
- способствовать развитию у студентов физических качеств;
- совершенствовать двигательные навыки в обще развивающих упражнениях и в спортивной деятельности;
- обеспечить приобретение личного практического опыта в тренировочной деятельности;
- способствовать профилактике заболеваний;
- подготовить студентов к выполнению профессиональных обязанностей педагога по оздоровительно-профилактической и физкультурной работе со школьниками;
- дать представление о спортивных соревнованиях.

### **Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы:**

Дисциплина «Психология» относится к базовой части блока 1 дисциплины (модули) программы бакалавриата по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование». Дисциплина реализуется на кафедре Гуманитарных дисциплин.

### **Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

- способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-6);
- готовностью поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность (ОК-8)

В результате изучения дисциплины обучающийся должен

#### **знать:**

- физическую культуру и спорт, физическое воспитание, самовоспитание и самообразование, ценности физической культуры;
- ценностные отношения и ориентации, физическое развитие, физическая и функциональная подготовленность;

#### **уметь:**

- использовать средства и методы физической культуры в развитии и формировании основных физических качеств и свойств личности;
- использовать виды, формы и средства физической культуры для самоопределения в ней, творческого развития личности;

#### **владеть:**

средствами, методами и способами восстановления организма, организации активного отдыха и реабилитации после травм и перенесенных заболеваний;

### **Краткое содержание дисциплины:**

1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной

2. подготовке студентов
3. Социально-биологические основы физической культуры.
4. Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в
5. обеспечении здоровья.
6. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной
7. деятельности. Средства физической культуры в регулировании
8. работоспособности
9. Общая физическая и специальная подготовка в системе
10. физического воспитания.
11. Основы методики самостоятельных занятий физическими
12. Упражнениями
13. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем
14. физических упражнений
15. Особенности занятий избранным видом спорта или системой
16. физических упражнений.

**Общая трудоемкость дисциплины:** 2 зачетные единицы 72 часа.