

АННОТАЦИЯ

дисциплины Б.1.Б.16 «Физическая культура и спорт»
Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование
Направленность (профиль) История

Объем трудоемкости: 2 зачетных единиц (72 часа, из них – 18 часов контактной учебной работы, 54 часа самостоятельной работы)

Целью физического воспитания обучающихся вуза является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

Задачами дисциплины являются:

- понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- знание научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- 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;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

Для изучения дисциплины Б.1.Б.16 –направления подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, направленность (профиль) История, необходимы отдельные знания, полученные обучающимися в ходе изучения дисциплины: «Безопасность жизнедеятельности», «Возрастная анатомия и физиология», «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни».

Требования к результатам освоения содержания дисциплины:

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций (в соответствии с ФГОС ВО и ООП): ОК–8, ОК-9.

№ п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть
1.	ОК–8	готовностью поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность	научно-биологические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни; принципы, методы формирования	обеспечивать общую и профессионально-прикладную физическую подготовленность, определяющую психофизическую готовность к	системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья,

№ п.п.	Индекс компет енции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть
			здорового образа жизни;	будущей профессии;	
2	ОК-9	способностью использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	Знать основные природные и техногенные опасности, их свойства и характеристики характер воздействия вредных и опасных факторов на человека и природную среду, методы и способы защиты от них теоретические основы безопасности жизнедеятельн ости при ЧС возможные последствия аварий, катастроф, стихийных бедствий и способы применения современных средств поражения правовые, нормативно- технические и организационн ые основы безопасности жизнедеятельн ости	Уметь идентифицирова ть основные опасности среды обитания человека, оценивать риск их реализации принимать решения по целесообразным действиям в ЧС распознавать жизненные нарушения при неотложных состояниях и травмах	Владеть понятийно- терминологич еским аппаратом в области безопасности жизнедеятель ности приемами и способами использовани я индивидуаль ных средств защиты в ЧС основными методами защиты производстве нного персонала и населения при возникновени и ЧС приемами оказания первой помощи пострадавши м в ЧС и экстремальны х ситуациях.

Структура дисциплины:

		Количество часов
--	--	------------------

№ темы	Наименование раздела	Всего	Контактная учебная работа				Самостоятельная
			Л	ПЗ	ЛР	КСР	
1.	научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;	24	6				18
2.	системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья	24	4	2			18
3.	профессионально-прикладной физической подготовленности	24	6				18
	<i>Всего:</i>	72	16	2			54

Курсовые работы: не предусмотрены.

Форма проведения аттестации по дисциплине: зачет

Основная литература:

1. *Стриханов, М. Н.* Физическая культура и спорт в вузах : учебное пособие / М. Н. Стриханов, В. И. Савинков. — 2-е изд. — М. : Издательство Юрайт,. — 153 с. — (Серия : Образовательный процесс). — ISBN 978-5-534-05852-9. URL: <https://biblio-online.ru/book/1B3DA446-6A1E-44FA-8116-798C79A9C5BA>
2. *Каракеян, В. И.* Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для вузов / В. И. Каракеян, И. М. Никулина. — 3-е изд., перераб. и доп. — М. : Издательство Юрайт,— 313 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-05849-9. URL: <https://biblio-online.ru/book/A53169BF-7E2A-46ED-AAA5-074540CC4D9E>
3. *Дробинская, А. О.* Анатомия и возрастная физиология : учебник для академического бакалавриата / А. О. Дробинская. — 2-е изд., перераб. и доп. — М. : Издательство Юрайт, — 414 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-04086-9. URL: <https://biblio-online.ru/book/A9D80AC6-B1E5-4A88-9DC0-8A2899FBEFF1>
4. Социальная медицина : учебник для вузов / А. В. Мартыненко [и др.] ; под ред. А. В. Мартыненко. — М. : Издательство Юрайт,. — 475 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-05267-1. URL: <https://biblio-online.ru/book/FD7375A2-ABBB-4638-9270-D32A4B2F2533>