

АННОТАЦИЯ

Дисциплины «Физическая культура и спорт» по направлению подготовки 42.03.02 Журналистика Б.1.Б.36 (Печать и информационные агентства ОФО)

Объем трудоемкости: 2 зачетные единицы (72 часа, из них – 20,2 часа контактных часов: лекционных 16 ч., 2ч. – практических, 2,2ч. – иная контактная работа, 51,8 ч – самостоятельная работа). Форма аттестации – зачет.

Цель дисциплины

Формирование физической культуры студента как системного, интегративного качества личности, способности целенаправленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения здоровья, психофизической подготовки к полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины

- формирование биологических, психолого-педагогических и практических основ физической культуры и спорта для сохранения здоровья;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков для сохранения здоровья, психофизической готовности к социальной и профессиональной деятельности;
- формирование умения научного, творческого и методически правильного использования средств физической культуры и спорта в профессиональной деятельности и повседневной жизни.

Место дисциплины в структуре ООП ВО

Дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к базовой части Блока 1 «Дисциплины (модули)» учебного плана.

Требования к уровню освоения дисциплины

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих общекультурных компетенций: ОК-9 - способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

№ п.п	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть
1.	ОК -9	способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	научно – практические основы физической культуры и здорового образа жизни.	рационально использовать знания в области физической культуры для профессионально – личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни.	знаниями и умениями в области физической культуры и спорта для успешной социально-культурной, профессиональной деятельности.

Основные разделы дисциплины

Разделы дисциплины, изучаемые в 1 семестре

№ разд.	Наименование разделов (темы)	Количество часов				
		Всего	Аудиторная работа			Внеаудиторная работа СРС
			Л	ПЗ	ЛР	
1	2	3	4	5	6	7
1.	Физическая культура и спорт в профессиональной подготовке студентов и социокультурное развитие личности.	3	2	-	-	1
2.	Социальные и биологические основы физической культуры.	3	2	-	-	1
3.	Основы здорового образа и стиля жизни студента.	4	2	-	-	2
4.	Общая физическая и спортивная подготовка студентов.	6	2	-	-	4
5.	Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями.	6	6	-	-	-
6.	Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов.	2	2	-	-	-
7.	Реферат	10				10
8.	ИКР	2				
	<i>Итого по дисциплине:</i>	36	16	-	-	

Разделы дисциплины, изучаемые во 2 семестре

№ разд.	Наименование разделов (темы)	Количество часов				
		Всего	Аудиторная работа			Внеаудиторная работа СРС
			Л	ПЗ	ЛР	
1.	Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями.	22	-	-	-	22
2.	Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов.	8	-	-	-	8
3.	Организация и методика проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями различной направленности.	2	-	2	-	-
5.	Подготовка к текущему контролю	3,8	-	-	-	3,8
		35,8	-	2	-	33,8
	Промежуточная аттестация (ИКР)	0,2	-	-	-	-
	<i>Итого по дисциплине:</i>	36	-	-	-	-

Примечание: Л – лекции, ПЗ – практические занятия, СРС – самостоятельная работа студента.

Курсовые работы: *не предусмотрены*

Форма проведения аттестации по дисциплине «Физическая культура и спорт»:
зачет.

Основная литература

1. Бегидова, Т. П. Основы адаптивной физической культуры: учебное пособие для вузов [Электронный ресурс] / Т. П. Бегидова. 2-е изд., испр. и доп. М.: Издательство Юрайт, 2017. 188 с. (Серия: Университеты России). ISBN 978-5-534-04932-9. Режим доступа: <https://biblio-online.ru/viewer/2B7A64A5-0F1A-4365-8987-4E59F8984293#page/1>.
2. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник / С.П. Евсеев. – М.: Спорт, 2016. - 616 с.: ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-906839-42-8; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454238>.
3. Иванков, Ч. Технология физического воспитания в высших учебных заведениях: учебное пособие для студентов вузов / Ч. Иванков, С.А. Литвинов. – М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2015. - 304 с.: ил. - ISBN 978-5-691-02197-8; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429625>.
https://biblioclub.ru/index.php?page=book_view_red&book_id=429625.
4. Письменский, И. А. Физическая культура: учебник для академического бакалавриата / И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов. - М.: Издательство Юрайт, 2018. - 493 с. – (Серия: Бакалавр. Академический курс). - ISBN 978-5-534-00329-1. - Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/1D5B5EFC-C902-4B41-A5F9-46E2A51BEE22.
5. Третьякова Н. В., Андрюхина Т. В., Кетриш Е. В. Теория и методика оздоровительной физической культуры: учебное пособие; М.: Спорт, 2016; 281с.
http://biblioclub.ru/index.php?page=book_view_red&book_id=461372#

*Для освоения дисциплины инвалидами и лицами с ВОЗ имеются издания в электронном виде в электронно-библиотечных системах «Лань» и «Юрайт».

Составители: Доцент Алферова И.А., ст. преподаватель Харьковская Е.В.