

АННОТАЦИЯ

дисциплины «Физическая культура и спорт», 07.03.01 Архитектура, ОФО, академическая, «Архитектурное проектирование»

Объем трудоемкости: 2 зачетные единицы (72 часа, из них – 18,2 часа аудиторной работы: лекционных 16 ч., 2ч. – практических, 0,2 – иная контактная работа, 53,8 ч – самостоятельная работа).

Цель дисциплины

Формирование физической культуры студента как системного и интегративного качества личности и способности целенаправленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины

- формирование биологических, психолого-педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание, привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- владение 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;
- формирование умения научного, творческого и методически обоснованного использования средств физической культуры, спорта и туризма в профессиональной деятельности и повседневной жизни.

Место дисциплины в структуре ООП ВО

Дисциплина «Физическая культура и спорт» входит в Б1.О.06 учебного плана.

Требования к уровню освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-8.

| № п/п | Индекс компет енции | Содержание компетенции или её части | В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны | | |
|-------|---------------------|--|---|---|--|
| | | | знать | уметь | владеть |
| 1. | ОК -8 | способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. | научно - практические основы физической культуры и спорта, профессионально - прикладной физической подготовки, обеспечивающ ие готовность к | целенаправленно использовать средства и методы физического культуры и спорта для повышения и поддержания уровня физической подготовки и профессионально - личностного развития, физического самосовершенствован | прикладными двигательными умениями и навыками, способствующими поддержанию уровня физической подготовки на должном уровне, освоению профессии и самостоятельного |

| № п/п | Индекс компет енции | Содержание компетенции или её части | В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны | | |
|----------|---------------------------|---|---|--|---|
| | | | знать | уметь | владеть |
| | | | достижению и поддержанию должного уровня физической подготовленности. | ия, формирования здорового образа жизни. | их использования в повседневной жизни и трудовой деятельности; физическими и психическими качествами, необходимых будущему специалисту. |

Основные разделы дисциплины

| Вид учебной работы | Всего часов | Семестры(часы) | | |
|--|--------------------------------------|----------------|------------|------------|
| | | 1 | 2 | |
| Контактная работа, в том числе: | | | | |
| Аудиторные занятия (всего): | 18,2 | 16 | 2,2 | |
| Занятия лекционного типа | 16 | 16 | - | |
| Лабораторные занятия | - | - | - | |
| Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия) | 2 | - | 2 | |
| Иная контактная работа: | | | | |
| Контроль самостоятельной работы (КСР) | - | - | - | |
| Промежуточная аттестация (ИКР) | 0,2 | - | 0,2 | |
| Самостоятельная работа, в том числе: | | | | |
| <i>Курсовая работа</i> | - | - | - | |
| <i>Проработка учебного (теоретического) материала</i> | 40 | 20 | 20 | |
| <i>Выполнение индивидуальных заданий (подготовка сообщений, презентаций)</i> | - | - | - | |
| <i>Реферат</i> | 10 | - | 10 | |
| Подготовка к текущему контролю | 3,8 | - | 3,8 | |
| Контроль: | | | | |
| Подготовка к экзамену | - | - | - | |
| Общая трудоемкость | час. | 72 | 36 | 36 |
| | в том числе контактная работа | 18,2 | 16 | 2,2 |
| | зач. ед | 2 | 1 | 1 |

Курсовые работы: *не предусмотрены*

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

Основная литература:

1. Письменский, И. А. Физическая культура : учебник для академического бакалавриата / И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 493 с. — (Серия

: Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-00329-1. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/1D5B5EFC-C902-4B41-A5F9-46E2A51BEE22.

2. Аварханов, М.А. Биометрия в сфере физической культуры и спорта : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / М.А. Аварханов ; Министерство образования и науки Российской Федерации. - Москва : МПГУ, 2015. - 120 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4263-0207-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=469432>

3. Чертов, Н.В. Физическая культура : учебное пособие / Н.В. Чертов ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Южный федеральный университет», Педагогический институт, Факультет физической культуры и спорта. - Ростов-н/Д : Издательство Южного федерального университета, 2012. - 118 с. библиогр. с: С. 112. - ISBN 978-5-9275-0896-9 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=241131>

4. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С.П. Евсеев. - Москва : 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>

5. Мельникова, Н.Ю. История физической культуры и спорта : учебник / Н.Ю. Мельникова, А.В. Трескин. - 2-е изд. - Москва : Спорт, 2017. - 432 с. - ISBN 978-5-906839-97-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=475389>

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

Дополнительная литература:

1. Верхошанский, Ю.В. Основы специальной силовой подготовки в спорте / Ю.В. Верхошанский. - 3-е изд. - Москва : Советский спорт, 2013. - 214 с. - (Атланты спортивной науки). - ISBN 978-5-9718-0609-7; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210523>

2. Григорьев А. Ю., Пономарев В. В. Формирование двигательной компетенции студентов в процессе физического воспитания в вузе. Монография. Красноярск, СибГТУ, 211. То же [Электронный ресурс].- URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=428860&sr=1

3. Сладкова, Н.А. Организация физкультурно-оздоровительной и спортивной работы в клубах инвалидов / Н.А. Сладкова. - Москва : Советский спорт, 2012. - 215 с. - ISBN 978-5-9718-0591-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210492>

4. Фохтин, В.Г. Атлетическая гимнастика без снарядов / В.Г. Фохтин. - Москва : Директ-Медиа, 2016. - 170 с. : ил. - ISBN 978-5-4475-7566-3; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=436074>

5. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник / под общ. ред. С.П. Евсеева ; авт.-сост. О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев. - Москва : Спорт, 2016. - 385 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-906839-18-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461367>

6. Третьякова, Н.В. Теория и методика оздоровительной физической культуры : учебное пособие / Н.В. Третьякова, Т.В. Андрюхина, Е.В. Кетриш. - Москва : Спорт, 2016. - 281 с. : ил. - Библиогр.: с. 241-246. - ISBN 978-5-906839-23-7 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461372>

7. Николаев, И.В. Формирование физической культуры студентов в процессе занятий теннисом / И.В. Николаев. - Москва : Прометей, 2013. - 140 с. - ISBN 978-5-7042-2436-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=240519>

8. Сладкова, Н.А. Организация физкультурно-оздоровительной и спортивной работы в клубах инвалидов / Н.А. Сладкова. - Москва : Советский спорт, 2012. - 215 с. - ISBN 978-5-9718-0591-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210492>

Периодические издания

1. Ежемесячный журнал «Спортивная жизнь России с приложением газеты "Здоровье всему голова"».

Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля).

1. Электронная библиотечная система издательства «Лань» <https://e.lanbook.com/>
2. Электронная библиотечная система «Университетская библиотека ONLINE» www.biblioclub.ru
3. <http://megapro.kubsu.ru/MegaPro/Web> - автоматизированная интегрированная библиотечная система (АИБС) «МегаПро». Электронный каталог научной библиотеки КубГУ.

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

Авторы: доцент, к.п.н., доцент Р.В. Титулов