

АННОТАЦИЯ

Дисциплины «Физическая культура и спорт» Б.1Б.17 по направлению подготовки 46.03.01 История (Историческое образование) ОФО

Объем трудоемкости: 2 зачетные единицы (72 часа, из них – 18,2 часа контактных часов: лекционных - 16 ч., 2ч. – практических, 0,2 – иная контактная работа, 53,8 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 части Блока 1 «Дисциплины (модули)» учебного плана.

Требования к уровню освоения дисциплины

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих общекультурных компетенций: ОК-8 - способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

ОК-9 - Способностью использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций.

№ п.п	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть
1.	ОК -8	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.
2	Ок-9	Способностью использовать	основы оказания	применять знания в области оказания	умениями оказания первой помощи в

№ п.п	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть
		приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций.	первой помощи и методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций.	первой помощи при несчастных случаях, травмах, отравлениях и других состояниях, угрожающих жизни и здоровью; а так же правильно действовать в условиях чрезвычайных ситуаций.	ситуациях, угрожающих жизни и здоровью.

Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ.

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 2 зач.ед. (72 часа), их распределение по видам работ представлено в таблице (для студентов ОФО).

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:	53,8	20	33,8	
<i>Курсовая работа</i>	-	-	-	
<i>Проработка учебного (теоретического) материала</i>	40	10	30	
<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 трудоёмкость	час.	72	36	36
	в том числе контактная работа	18,2	18	0,2
	зач. ед	2	1	1

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

Курсовые работы: не предусмотрены
Форма аттестации: зачет.

Основная литература

Основная литература:

1. Бегидова, Т. П. Основы адаптивной физической культуры : учеб. пособие для вузов / Т. П. Бегидова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 191 с. — (Серия: Университеты России). — ISBN 978-5-534-07190-0. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.biblio-online.ru/bcode/438915> (дата обращения: 09.05.2019). То же [Электронный ресурс]. <https://www.biblio-online.ru/viewer/osnovy-adaptivnoy-fizicheskoy-kultury-438915#page/1>
2. Безопасность жизнедеятельности: учебник / Под редакцией: Арустамов Э. А. Издательство: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2018
3. Горбунова Л. Н., Батов Н. С. Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие. Издательство: СФУ, 2017.
4. Кузнецов, И.А. Прикладная физическая культура для студентов специальных медицинских групп: учебное пособие / И.А. Кузнецов, А.Э. Буров, И.В. Качанов. - Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2019. - 179 с. : ил. табл. - Библиогр.: с. 143-145 - ISBN 978-5-4475-2783-9;
5. Письменский И. А. Физическая культура: Учебник для бакалавриата и специалитета / И.А. Письменский, Ю.В. Альянов. – М: Издательство: Юрайт, 2019.- 493с. Серия (бакалавр и специалист). ISBN 978-5-534-09116-8. Научная школа: [Финансовый университет при Правительстве РФ \(г. Москва\)](#). Год: 2019 / Гриф УМО ВО. То же [Электронный ресурс]. URL: <https://www.biblio-online.ru/viewer/fizicheskaya-kultura-431427#page/1>
То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=494862> (09.05.2019).
http://biblioclub.ru/index.php?page=book_view_red&book_id=494862
6. 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 Дорошенко В.В.