Негосударственное аккредитованное некоммерческое

частное образовательное учреждение высшего образования

«АКАДЕМИЯ МАРКЕТИНГА И СОЦИАЛЬНО-ИНФОРМАЦИОННЫХ

ТЕХНОЛОГИЙ – ИМСИТ»

(г. Краснодар)

Институт экономики, управления и социальных коммуникаций

Кафедра педагогики и межкультурных коммуникаций

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Рассмотрено и одобрено на заседании кафедры Педагогики и межкультурных коммуникаций Академии ИМСИТ, протокол № 9 от 10 апреля 2020 года,  зав. кафедрой ПиМК, доцент  \_\_  \_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_ Н.И. Севрюгина | УТВЕРЖДАЮ  Проректор по учебной работе,  доцент    \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Н.И. Севрюгина  13 апреля 2020 г. |  |

**Б1.Б.21**

**ЭЛЕКТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ**

**Б1.Б.21.01**

**Физическая культура и спорт: общая физическая подготовка**

АННОТАЦИЯ

УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

для студентов направления подготовки

09.04.01 Информатика и вычислительная техника

Направленность (профиль) образовательной программы

«Автоматизированные системы обработки информации и управления»

Квалификация (степень) выпускника

«Бакалавр»

Краснодар

2020

|  |  |
| --- | --- |
| **Цель и задачи изучения дисциплины:** | **Целью освоения дисциплины** является формирование компетенций обучающегося в области физической культуры личности и способности целенаправленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.  **Задачи курса:**   1. Сформировать знания, умения, навыки для целенаправленного использования методов и средств физической культуры при обеспечении полноценной социальной, профессиональной деятельности. 2. Создание организационно-педагогических условий для формирования компетенций сохранения и укрепления своего собственного здоровья. 3. Формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование, привычки к регулярным занятиям  физическими упражнениями и спортом. 4. Организация системы физического воспитания для овладения 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. 5. Организация системы физического воспитания для приобретения личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии. 6. Создание организационно-педагогической основы для творческого и методически обоснованного использования  физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений. |
| **Место дисциплины в структуре ОПОП** | Дисциплина относится к дисциплинам базовой части блока Б1 учебного плана. |
| **Краткая характеристика учебной дисциплины (основные блоки, темы)** | Раздел 1. Гимнастика  Раздел 2. Легкая атлетика  Раздел 3. Спортивные игры  Раздел 4. Общая физическая подготовка (ОФП)  Раздел 5. Прикладные виды аэробики |
| **Компетенции, формируемые в результате освоения учебной дисциплины:** | ОК-7. Способностью к самоорганизации и самообразованию  ОК-8. Способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. |
| **Знания, умения и навыки, получаемые в процессе изучения дисциплины:** | **Знать**:  -методические принципы физического воспитания;  -методы физического воспитания;  -основы обучения движениям;  -основы совершенствования физических качеств;  -особенности формирования психических качеств в процессе физического воспитания;  -основные методы физического воспитания и укрепления здоровья;  -принципы здорового образа жизни и профилактики заболеваний  **Уметь**:  -подбирать и применять средства физической культуры для освоения основных двигательных действий;  -оценивать уровень развития основных физических качеств с помощью двигательных тестов и шкал оценок;  -использовать средства физической культуры и спорта для формирования психических качеств личности;  -поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения социальной и профессиональной деятельности;  -регулярно следовать в повседневности здоровому образу жизни, заботиться о своем здоровье и здоровье окружающих.  **Владеть**:  -методами оценки уровня развития основных физических качеств;  -средствами освоения основных двигательных действий;  -средствами совершенствования основных физических качеств;  -методикой формирования психических качеств в процессе физического воспитания;  -навыками и средствами самостоятельного, методически правильного достижения должного уровня физической подготовленности и здорового образа жизни. |
| **Формы проведения занятий, образовательные технологии:** | Лекционные занятия: проблемные лекции, лекция – визуализация, лекция-беседа, лекция - анализ ситуаций.  Практические занятия: учебно-тренировочные занятия по выбранному виду спорта. |
| **Используемые инструментальные и программные средства:** | Средства проекции (презентации), программированного контроля (тестирования) |
| **Формы промежуточного контроля:** | Текущие оценки знаний, тестирование, доклады, самостоятельные работы |
| **Общая трудоемкость изучения дисциплины:** | 332 ч |
| **Форма итогового контроля знаний:** | Зачет |