

Документ подписан простой электронной подписью

Информационно-образовательное учреждение высшего образования  
Негосударственное аккредитованное некоммерческое частное образовательное учреждение высшего образования

ФИО: Агабекян Раиса Левоновна

Должность: ректор «Академия маркетинга и социально-информационных технологий – ИМСИТ»

Дата подписания: 11.12.2023 19:34:40

(г. Краснодар)

Уникальный программный ключ:

(НАН ЧОУ ВО Академия ИМСИТ)

4237c7ccb9b9e111bbaf1f4fcd9201d015c4dbaa123ff774747307b9b9fbcbe

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе,

доцент Севрюгина Н.И.

20 ноября 2023

**Б1.О.03.04**

## **МОДУЛЬ 3 «ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЙ» Физическая культура и спорт**

### **Анотация к рабочей программе дисциплины (модуля)**

Закреплена за кафедрой	<b>Кафедра педагогики и межкультурных коммуникаций</b>
Учебный план	44.03.02 Психолого-педагогическое образование
Квалификация	<b>бакалавр</b>
Форма обучения	<b>очная</b>
Программу составил(и):	старший преподаватель, Пипопуло В.Ю.

#### **Распределение часов дисциплины по семестрам**

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	1 (1.1)		Итого	
	Неделя		Итого	
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	16	16	16	16
Практические	32	32	32	32
Контактная работа на аттестации	0,2	0,2	0,2	0,2
Итого ауд.	48	48	48	48
Контактная работа	48,2	48,2	48,2	48,2
Сам. работа	23,8	23,8	23,8	23,8
Итого	72	72	72	72

**1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

1.1	Целью освоения дисциплины является формирование физической культуры личности и способности направленного использования
1.2	разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления дисциплины здоровья, психологической подготовки и самоподготовки к будущей деятельности (профессиональной, социальной и т. д.).

**2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП**

Цикл (раздел) ООП:	Б1.О.03
<b>2.1</b>	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>
2.1.1	Программа курса ориентирована на теоретическую, методическую и практическую подготовку в области физической культуры и спорта, а также на психофизическую подготовку к
2.1.2	будущей профессиональной деятельности. Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья устанавливается особый порядок освоения дисциплин по физической
2.1.3	культуре и спорту с учетом состояния их здоровья.
<b>2.2</b>	<b>Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>
2.2.1	Для изучения данной учебной дисциплины необходимы следующие знания, умения, навыки, формируемые предшествующими дисциплинами: учебный курс логически связан с теоретическими основами истории физической культуры, биологии и безопасности жизнедеятельности.

**3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности**

**Планируемые результаты обучения (показатели освоения индикаторов компетенций)**

**УК-7.1: Знает: закономерности функционирования здорового организма; принципы распределения физических нагрузок; нормативы физической готовности по общей физической группе и с учетом индивидуальных условий физического развития человеческого организма; способы пропаганды здорового образа жизни**

**Знать:**

Удовлетворительно знает закономерности функционирования здорового организма

Хорошо знает закономерности функционирования здорового организма; принципы распределения физических нагрузок

Отлично знает закономерности функционирования здорового организма; принципы распределения физических нагрузок; нормативы физической готовности по общей физической группе и с учетом индивидуальных условий физического развития человеческого организма, способы пропаганды здорового образа жизни

**Уметь:**

Удовлетворительно умеет использовать закономерности функционирования здорового организма

Хорошо умеет использовать закономерности функционирования здорового организма, грамотно распределять физические нагрузки

Отлично умеет использовать закономерности функционирования здорового организма; использовать принципы распределения физических нагрузок и нормативы физической готовности по общей физической группе и с учетом индивидуальных условий физического развития человеческого организма, а также применять способы пропаганды здорового образа жизни.

**Владеть:**

Удовлетворительно владеет закономерностями функционирования здорового организма

Хорошо владеет навыками использования закономерностей функционирования здорового организма; принципов распределения физических нагрузок

Отлично владеет навыками использования закономерностей функционирования здорового организма; принципов распределения физических нагрузок; нормативов физической готовности по общей физической группе и с учетом индивидуальных условий физического развития человеческого организма; способов пропаганды здорового образа жизни

**УК-7.2: Умеет: поддерживать должный уровень физической подготовленности; грамотно распределить нагрузки; выработать индивидуальную программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития организма**

**Знать:**

Удовлетворительно знает способы поддержания должного уровня физической подготовленности

Хорошо знает как поддерживать должный уровень физической подготовленности; грамотно распределять нагрузки

Отлично знает каким образом поддерживать должный уровень физической подготовленности; грамотно распределять нагрузки; выработать индивидуальную программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития организма

<b>Уметь:</b>
Удовлетворительно умеет использовать способы поддержания должного уровня физической подготовленности
Хорошо умеет применять способы поддержания должного уровня физической подготовленности; грамотного распределения нагрузки
Отлично умеет поддерживать должный уровень физической подготовленности; грамотно распределять нагрузки; разрабатывать индивидуальную программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития организма.
<b>Владеть:</b>
Удовлетворительно владеет способами поддержания должного уровня физической подготовленности
Хорошо владеет навыками поддержания должного уровня физической подготовленности; грамотного распределения нагрузки
Отлично владеет навыками поддержания должного уровня физической подготовленности; грамотного распределения нагрузки; разработки индивидуальной программы физической подготовки, учитывающая индивидуальные особенности развития организма.
<b>УК-7.3: Владеет: методами поддержки должного уровня физической подготовленности; навыками обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; базовыми приемами пропаганды здорового образа жизни</b>
<b>Знать:</b>
Удовлетворительно знает методы поддержки должного уровня физической подготовленности
Хорошо знает различные методы поддержки должного уровня физической подготовленности; навыки обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Отлично знает различные методы поддержки должного уровня физической подготовленности; навыки обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; базовые приемы пропаганды здорового образа жизни
<b>Уметь:</b>
Удовлетворительно умеет использовать методы поддержки должного уровня физической подготовленности
Хорошо умеет применять методы поддержки должного уровня физической подготовленности; навыки обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Отлично умеет применять методы поддержки должного уровня физической подготовленности; навыки обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; базовые приемы пропаганды здорового образа жизни.
<b>Владеть:</b>
Удовлетворительно владеет методами поддержки должного уровня физической подготовленности
Хорошо владеет навыками применения различных методов поддержки должного уровня физической подготовленности; способами обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Отлично владеет навыками применения различных методов поддержки должного уровня физической подготовленности; способов обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; базовых приемов пропаганды здорового образа жизни

### В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен

<b>3.1 Знать:</b>
Удовлетворительно знает закономерности функционирования здорового организма
Удовлетворительно знает способы поддержания должного уровня физической подготовленности
Удовлетворительно знает методы поддержки должного уровня физической подготовленности
<b>3.2 Уметь:</b>
Удовлетворительно умеет использовать закономерности функционирования здорового организма
Удовлетворительно умеет использовать способы поддержания должного уровня физической подготовленности
Удовлетворительно умеет использовать методы поддержки должного уровня физической подготовленности
<b>3.3 Владеть:</b>
Удовлетворительно владеет закономерностями функционирования здорового организма
Удовлетворительно владеет способами поддержания должного уровня физической подготовленности
Удовлетворительно владеет методами поддержки должного уровня физической подготовленности