

Документ подписан простой электронной подписью

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

ФИО: Агабекян Раиса Левоновна

образования

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

Дата подписания: 11.12.2023 19:33:27

(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.ДЭ.01.01

МОДУЛЬ 3 «ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЙ» Физическая культура и спорт: общая физическая подготовка

Анотация к рабочей программе дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой	Кафедра педагогики и межкультурных коммуникаций
Учебный план	37.03.01 Психология
Квалификация	бакалавр
Форма обучения	очная
Программу составил(и):	кпн, и.о. зав.кафедрой, доцент, Прилепский В.В.

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	1 (1.1)		2 (1.2)		3 (2.1)		4 (2.2)		5 (3.1)		6 (3.2)		Итого
	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	
Неделя	16 5/6		16 1/6		16 5/6		16 1/6		16 5/6		16 1/6		
Вид занятий	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП
Практические	64	64	64	64	64	64	36	36	64	64	36	36	328
Контактная работа на аттестации			0,2	0,2			0,2	0,2			0,2	0,2	0,6
Итого ауд.	64	64	64	64	64	64	36	36	64	64	36	36	328
Контактная работа	64	64	64,2	64,2	64	64	36,2	36,2	64	64	36,2	36,2	328,6
Сам. работа			1,8	1,8			0,8	0,8			0,8	0,8	3,4
Итого	64	64	66	66	64	64	37	37	64	64	37	37	332

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1	Целью 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.
1.2	Формирование компетенций, направленных на приобретение знаний и практических навыков, необходимых для овладения самостоятельного методически правильного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья способных обеспечить полноценную социальную и профессиональную деятельность индивида.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП

Цикл (раздел) ООП:	Б1.О.03.ДЭ.01
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Биологические основы поведения
2.1.2	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни
2.1.3	Анатомия и физиология центральной нервной системы и сенсорных систем
2.1.4	Физическая культура и спорт
2.2	Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
2.2.1	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы

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; принципы распределения физических нагрузок

Хорошо 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

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 применять закономерности функционирования здорового организма; принципы распределения физических нагрузок

Хорошо умеет применять закономерности функционирования здорового организма; принципы распределения физических нагрузок; нормативы физической готовности по общей физической группе и с учетом индивидуальных условий физического развития человеческого организма

Отлично умеет применять 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

Владеть:

Удовлетворительно владеет знаниями закономерности функционирования здорового организма; принципы распределения физических нагрузок

Хорошо владеет знаниями закономерности функционирования здорового организма; принципы распределения физических нагрузок; нормативы физической готовности по общей физической группе и с учетом индивидуальных условий физического развития человеческого организма

Отлично владеет знаниями 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

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 как поддерживать должный уровень физической подготовленности
Хорошо знает как поддерживать должный уровень физической подготовленности; грамотно распределить нагрузки
Отлично знает как поддерживать должный уровень физической подготовленности; грамотно распределить нагрузки; выработать индивидуальную программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития организма
Уметь:
Удовлетворительно умеет поддерживать должный уровень физической подготовленности
Хорошо умеет поддерживать должный уровень физической подготовленности; грамотно распределить нагрузки
Отлично умеет поддерживать должный уровень физической подготовленности; грамотно распределить нагрузки; выработать индивидуальную программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития организма
Владеть:
Удовлетворительно владеет навыком поддерживать должный уровень физической подготовленности
Хорошо владеет навыком поддерживать должный уровень физической подготовленности; грамотно распределить нагрузки
Отлично владеет навыком поддерживать должный уровень физической подготовленности; грамотно распределить нагрузки; выработать индивидуальную программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития организма
УК-7.3: Владеет методами поддержки должного уровня физической подготовленности; навыками обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; базовыми приемами пропаганды здорового образа жизни
Знать:
Удовлетворительно знает как пользоваться методами поддержки должного уровня физической подготовленности
Хорошо знает как пользоваться методами поддержки должного уровня физической подготовленности; навыками обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Отлично знает как пользоваться методами поддержки должного уровня физической подготовленности; навыками обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; базовыми приемами пропаганды здорового образа жизни
Уметь:
Удовлетворительно умеет пользоваться методами поддержки должного уровня физической подготовленности
Хорошо умеет пользоваться методами поддержки должного уровня физической подготовленности; навыками обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Отлично умеет пользоваться методами поддержки должного уровня физической подготовленности; навыками обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; базовыми приемами пропаганды здорового образа жизни
Владеть:
Удовлетворительно владеет методами поддержки должного уровня физической подготовленности
Хорошо владеет методами поддержки должного уровня физической подготовленности; навыками обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Отлично владеет методами поддержки должного уровня физической подготовленности; навыками обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; базовыми приемами пропаганды здорового образа жизни

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен

3.1	Знать:
Удовлетворительно знает закономерности функционирования здорового организма; принципы распределения физических нагрузок	
Удовлетворительно знает как поддерживать должный уровень физической подготовленности	
Удовлетворительно знает как пользоваться методами поддержки должного уровня физической подготовленности	
3.2	Уметь:
Удовлетворительно умеет применять закономерности функционирования здорового организма; принципы распределения физических нагрузок	
Удовлетворительно умеет поддерживать должный уровень физической подготовленности	
Удовлетворительно умеет пользоваться методами поддержки должного уровня физической подготовленности	
3.3	Владеть:
Удовлетворительно владеет знаниями закономерности функционирования здорового организма; принципы распределения физических нагрузок	
Удовлетворительно владеет навыком поддерживать должный уровень физической подготовленности	
Удовлетворительно владеет методами поддержки должного уровня физической подготовленности	