

Документ подписан простой электронной подписью  
 Информационно-образовательные ресурсы  
 ФИО: Агабекян Раиса Левоновна  
 Должность: ректор «Академия маркетинга и социально-информационных технологий – ИМСИТ»  
 Дата подписания: 20.01.2024 16:00:36 (г. Краснодар)  
 Уникальный программный ключ: (НАН ЧОУ ВО Академия ИМСИТ)  
 4237c7ccb9b9e111bbaf1f4fcd9201d015c4dbaa123ff774747307b9b9fbcbe

УТВЕРЖДАЮ  
 Проректор по учебной работе,  
 доцент Севрюгина Н.И.  
 25 декабря 2023

**Б1.О.ДЭ.01.01**  
**Физическая культура и спорт: общая физическая**  
**ПОДГОТОВКА**

**Аннотация к рабочей программе дисциплины (модуля)**

Закреплена за кафедрой **Кафедра педагогики и межкультурных коммуникаций**  
 Учебный план 09.03.01 Информатика и вычислительная техника  
 Квалификация **бакалавр**  
 Форма обучения **очная**  
 Программу составил(и): Тиньгаев Е.Г.

**Распределение часов дисциплины по семестрам**

| Семестр<br>(<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 | Физическая культура и спорт: общая физическая подготовка студентов 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.ДЭ.01   |
| <b>2.1</b>         | <b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>   |
| 2.1.1              | "Физическая культура" школьного курса  |
| 2.1.2              | Физическая культура и спорт  |
| <b>2.2</b>         | <b>Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b> |
| 2.2.1              | Физическая культура и спорт  |
| 2.2.2              | Физическая культура и спорт  |

**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: Знать: виды физических упражнений; научно-практические основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни**

**Знать:**

методические принципы физического воспитания; методы физического воспитания

основы обучения движениям; основы совершенствования физических качеств

особенности формирования психических качеств в процессе физического воспитания

**УК-7.2: Уметь: применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности; использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни**

**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

**УК-7.3: Владеть: средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования**

**Владеть:**

средствами освоения основных двигательных действий

средствами совершенствования основных физических качеств

методикой формирования психических качеств в процессе физического воспитания

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

|            |  |
|------------|--|
| <b>3.1</b> | <b>Знать:</b>  |
|            | методические принципы физического воспитания; методы физического воспитания                    |
| <b>3.2</b> | <b>Уметь:</b>  |
|            | подбирать и применять средства физической культуры для освоения основных двигательных действий |
| <b>3.3</b> | <b>Владеть:</b>  |
|            | средствами освоения основных двигательных действий   |