

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.О.06 «Физическая культура и спорт»

Код и наименование направления подготовки, профиль: 50.03.01 Искусства и гуманитарные науки

Музыка и музыкальный театр

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: очная

Планируемые результаты освоения дисциплины:

Код компетенции	Индикаторы достижения компетенции	Результаты обучения
УК -7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК -7. Участвует в организованных и самостоятельных физкультурно-оздоровительных и спортивных занятиях	<p>на уровне знаний:</p> <ul style="list-style-type: none"> - знать основы самостоятельного поддержания и развития основных физических качеств <p>на уровне умений:</p> <ul style="list-style-type: none"> - уметь осуществлять подбор физических упражнений для адаптации организма к различным условиям труда и специфическим воздействиям внешней среды <p>на уровне навыков:</p> <ul style="list-style-type: none"> - владеть методами самостоятельного выбора вида спорта или системы физических упражнений для укрепления здоровья

Объем дисциплины

№п/п	Наименование разделов	Объем дисциплины, час.						Форма текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации
		Всего	Работа обучающихся по видам учебных занятий				СР/ ЭО, ДОТ*	
			Л/ ЭО, ДОТ*	ЛР	ПЗ	КСР		
Практический раздел								
1.	Атлетическая гимнастика	10			8		2	Тестирование, Реферат, Упражнения
2.	Баскетбол	10			8		2	Тестирование, Реферат, Упражнения
3.	Волейбол	10			8		2	Тестирование, Реферат, Упражнения
4.	Легкая атлетика	10			8		2	Тестирование, Реферат, Упражнения
5.	Плавание	10			8		2	Тестирование, Реферат, Упражнения
6.	Фитнес-аэробика	6			4		2	Тестирование, Реферат, Упражнения
7.	Футбол	6			4		2	Тестирование, Реферат, Упражнения
Теоретический раздел								
8.	Теория физической культуры (лекции, СДО**)	10*	8*	-	-	-	2*	Тестирование, Реферат
Промежуточная аттестация		зачет (1, 2 семестры)						Тестирование, Реферат, Сдача нормативов

№п/п	Наименование разделов	Объем дисциплины, час.					Форма текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации	
		Всего	Работа обучающихся по видам учебных занятий					СР/ ЭО, ДОТ*
			Л/ ЭО, ДОТ*	ЛР	ПЗ	КСР		
Практический раздел								
Итого		72	8*	-	48	-	16*	

Структура дисциплины

№ семестра	Наименование тем	Всего часов	Аудиторные часы практические занятия / лекции ДОТ*	Самостоятельная работа ДОТ*
1 семестр	Теория физической культуры (лекции, СДО)	6	4*	2*
	Атлетическая гимнастика	6	5*	1*
	Баскетбол	6	5*	1*
	Волейбол	5	4*	1**
	Легкая атлетика	5	4*	1*
	Фитнес-аэробика	4	3*	1*
	Футбол	4	3*	1*
	Всего:	36	28	8
2 семестр	Теория физической культуры (лекции, СДО)	6	4*	2*
	Атлетическая гимнастика	6	5*	1*
	Баскетбол	6	5*	1*
	Волейбол	5	4*	1**
	Легкая атлетика	5	4*	1*
	Фитнес-аэробика	4	3*	1*
	Футбол	4	3*	1*
	Всего:	6	4*	2*
	Итого:	72	56	16

Форма промежуточной аттестации:

Зачет

Основная литература:

1. Физическая культура и спорт: учебное пособие / А.В. Зюкин [и др.].. — Санкт-Петербург: Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена, 2019. — 372 с. — ISBN 978-5-8064-2668-1. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/98630.html>