

## АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.О.06 «Физическая культура и спорт»

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

Предпринимательство в образовании

**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><b>на уровне знаний:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знать основы самостоятельного поддержания и развития основных физических качеств</li> </ul> <p><b>на уровне умений:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- уметь осуществлять подбор физических упражнений для адаптации организма к различным условиям труда и специфическим воздействиям внешней среды</li> </ul> <p><b>на уровне навыков:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- владеть методами самостоятельного выбора вида спорта или системы физических упражнений для укрепления здоровья</li> </ul>

### 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*
<b>1 семестр</b>	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*
	<b>Всего:</b>	<b>36</b>	<b>28</b>	<b>8</b>
<b>2 семестр</b>	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*
	<b>Всего:</b>	<b>6</b>	<b>4*</b>	<b>2*</b>
	<b>Итого:</b>	<b>72</b>	<b>56</b>	<b>16</b>

### 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>