

Энгельсский технологический институт (филиал) федерального государственного
бюджетного образовательного учреждения
высшего образования
«Саратовский государственный технический университет имени Гагарина Ю.А.»

Кафедра «Экономика и гуманитарные науки»

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

по дисциплине

Б.1.1.34 «Физическая культура и спорт»

направления подготовки

09.03.01 «Информатика и вычислительная техника»

профиль: Программное обеспечение средств вычислительной техники и
автоматизированных систем

Формы обучения: очная; заочная

Объем дисциплины:

в зачетных единицах: 2 з.е.

в академических часах: 72 ак.ч.

1. Цели и задачи дисциплины

Цель преподавания дисциплины: развитие физической культуры студента, в широком смысле, выполнение социального заказа на воспитание гармонично развитой личности путем удовлетворения потребностей данной сферой культуры, разработки ее важнейших характеристик, структуры программ по трем направлениям развития:

- индивидуально-социализирующему;
- гуманитарно-образовательному;
- инновационно-педагогическому.

Цели образования, воспитания и развития находятся в динамической связи и при необходимости могут быть построены в различной композиции.

К *целям образования* следует отнести формирование у студентов системы знаний, позволяющих оперировать общими понятиями, фактами, причинно-следственными связями, закономерностями, принципами, правилами и в теории и в практике физической культуры.

К *целям воспитания* относится целостное формирование личности студента, приобщение его к овладению ценностями физической культуры.

Цели развития связаны с всесторонним развитием физических качеств и способностей, укреплением здоровья, совершенствованием телосложения, повышением общей работоспособности, гармоническим развитием интеллекта, воли, эмоциональной и мотивационно-потребностной сфер личности.

Задачи изучения дисциплины:

1. Понимание роль физической культуры в развитии личности и подготовке ее к трудовой деятельности.
2. Овладение умениями основ физической культуры и здорового образа жизни.
3. Формирование навыков применения на практике элементов профессионально-прикладной физической подготовки.

2. Место дисциплины в структуре ООП ВО

Дисциплина «Физическая культура» относится к обязательной части учебного плана Блока 1.

3. Требования к результатам освоения дисциплины

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

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

Студент должен знать:

- место физической культуры в общекультурной и профессиональной подготовке студентов;
- социально-биологические основы физической культуры;
- основы здорового образа и стиля жизни;
- средства физического воспитания и спорта (теорию, методiku, практику)
- профессионально-прикладную физическую подготовку студентов с учетом выбранной профессии.

Студент должен уметь:

- уметь осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде;
- правильно организовать режим времени, приводящий к здоровому образу жизни;
- диагностировать состояние здоровья и его оценку, основные формы врачебного контроля, самоконтроля (стандарты, индексы, функциональные пробы, упражнения-тесты) для контроля и оценки функциональной подготовленности, физического развития и физической подготовленности;

- применять средства и методы физической культуры для направленного развития психофизических качеств, систематически сдавать нормы комплекса ГТО в соответствии своей возрастной группы.

Студент должен владеть:

– способностью придерживаться этических ценностей и здорового образа жизни, методов физического воспитания для сохранения и укрепления здоровья, готовностью к достижению должного уровня здоровья, физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, а именно:

- методикой составления индивидуальных программ физического самовоспитания;
- методическими основами занятий с оздоровительной, рекреационной и восстановительной направленностью;
- основами методики самомассажа;
- методикой корригирующей гимнастики для глаз;
- методами оценки и коррекции осанки и телосложения;
- методами самоконтроля состояния здоровья, физического развития и физической подготовки.

Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код и наименование компетенции (результат освоения)	Код и наименование индикатора достижения компетенции (составляющей компетенции)
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ИД-1 ук-7 Применяет средства и методы физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Наименование показателя оценивания (результата обучения по дисциплине)
ИД-1 ук-7 Применяет средства и методы физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<p>Знать: 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.</p> <p>Уметь: поддерживать должный уровень физической подготовленности; грамотно распределить нагрузки; выработать индивидуальную программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития организма.</p> <p>Владеть: методами поддержки должного уровня физической подготовленности; навыками обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; базовыми приемами пропаганды здорового образа жизни.</p>

**4. Объем дисциплины и виды учебной работы
очная форма обучения**

Вид учебной деятельности	акад. часов		
	Всего	по семестрам	
		1 сем.	2 сем.
1. Аудиторные занятия, часов всего, в том числе:	64	64	-
• занятия лекционного типа,	-	-	-
• занятия семинарского типа:	-	-	-
практические занятия	64	64	-
лабораторные занятия	-	-	-
в том числе занятия в форме практической подготовки	-	-	-
2. Самостоятельная работа студентов, всего	8	8	-
– курсовая работа (проект)	-	-	-
3. Промежуточная аттестация: экзамен, зачет с оценкой, зачет		зачет	-
Объем дисциплины в зачетных единицах	2	2	-
Объем дисциплины в акад. часах	72	72	-

заочная форма обучения

Вид учебной деятельности	Заочная форма обучения (акад. часов)			Заочная форма обучения по индивидуальным планам в ускоренные сроки (акад. часов)		
	Всего	по семестрам		по семестрам		
		1 сем.	2 сем.	Всего	1 сем.	2 сем.
1. Аудиторные занятия, часов всего, в том числе:	2	2	-	-	-	-
• занятия лекционного типа,	2	2	-	-	-	-
• занятия семинарского типа:	-	-	-	-	-	-
практические занятия	-	-	-	-	-	-
лабораторные занятия	-	-	-	-	-	-
в том числе занятия в форме практической подготовки	-	-	-	-	-	-
2. Самостоятельная работа студентов, всего	70	70	-	-	-	-
– курсовая работа (проект)		-	-	-	-	-
– контрольная работа		-	-	-	-	-
3. Промежуточная аттестация: экзамен, зачет с оценкой, зачет		зачет	-	-	-	-
Объем дисциплины в зачетных единицах	2	2	-	-	-	-
Объем дисциплины в акад. часах	72	72	-	-	-	-