

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.1.3.6.1 «Игровые виды спорта»

направления подготовки 09.03.01 «Информатика и вычислительная техника»

профиль: Программное обеспечение средств вычислительной техники и
автоматизированных систем

форма обучения – заочная

курс – 2

семестр – 3

зачетных единиц – нет

часов в неделю –

всего часов –328

в том числе:

лекции – 2

коллоквиумы – нет

практические занятия – нет

лабораторные занятия – нет

самостоятельная работа – 326

зачет – 3

экзамен – нет

РГР – нет

курсовая работа – нет

курсовой проект – нет

1. Цели и задачи дисциплины.

Базовой целью развития физической культуры студента, в широком смысле, является выполнение социального заказа на воспитание гармонично развитой личности путем удовлетворения потребностей данной сферой культуры, разработки ее важнейших характеристик, структуры программ по четырем направлениям развития:

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

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, гармоничным развитием интеллекта, воли, эмоциональной и мотивационно - потребностной сфер личности.

Задачи изучения дисциплины:

- выработать у студентов понимание роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- предоставить знания о научно-практических основах физической культуры и здорового образа жизни;
- сформировать мотивационно-ценностное отношение к физической культуре, установку на здоровый образ жизни, физическое совершенствование и самовоспитание, потребность в регулярных занятиях спортом;
- помочь овладеть системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности;
- выработать общую и профессионально-прикладную физическую подготовленность, определяющую психофизическую готовность студента к будущей профессии;
- предоставить опыт творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина «Игровые виды спорта» входит в часть дисциплин по выбору общеобразовательных программ бакалавриата. «Игровые виды спорта» представляет собой уникальную учебную дисциплину, реализация которой проходит, главным образом, во внеаудиторной форме. Приступая к занятиям физической культурой, студент опирается на знания и навыки, приобретенные в рамках программ общего (основного и среднего общего) и среднего профессионального образования по физической культуре. На данном этапе своего развития студент должен владеть основными методами физического воспитания и укрепления здоровья, быть готовым к выполнению основных комплексов физических упражнений по гимнастике, специальных упражнений по легкой атлетике и наиболее распространенным видам спортивных игр.

3. Требования к результатам освоения студентами дисциплины.

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций: УК–7.

В результате освоения дисциплины 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, методику, практику)
- профессионально-прикладную физическую подготовку студентов с учетом выбранной профессии.

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.

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} . – знает основы здорового образа жизни, здоровье-сберегающих технологий, физической культуры. |
| | ИД-2 _{УК-7} . – умеет выполнять комплекс физкультурных упражнений |
| | ИД-3 _{УК-7} . – имеет практический опыт занятий физической культурой |
| Код и наименование индикатора достижения компетенции | Наименование показателя оценивания (результата обучения по дисциплине) |
| ИД-1 _{УК-7} . – знает основы здорового образа жизни, здоровье-сберегающих технологий, физической | - знает роль и значение физической культуры и здоровья в профессиональном становлении личности; - знает правила и методику составления комплексов гигиенической гимнастики и общеразвивающих |

| | |
|---|---|
| культуры. | <p>упражнений.</p> <ul style="list-style-type: none"> - знает цели и задачи профессионально-прикладной физической подготовки, средства и методы формирования психо-физических качеств посредством игровых видов спорта и физической культуры, необходимых в профессиональной деятельности; - знает основы здорового образа жизни; - знает основы организации активного отдыха в выходные дни для восстановления функциональных резервов организма; - знает основы методики самостоятельных занятий; - знает цели и задачи производственной физической культуры; - знает формы и виды производственной гимнастики; - знает правила и методику составления комплексов гигиенической гимнастики производственной гимнастики; - знает основы самомассажа; - знает основы здоровьесберегающих технологий способствующие профилактике и сохранению профессионального здоровья; - знает влияние биоритмов на работоспособность и профессиональную деятельность человека. |
| ИД-2 _{УК-7} . – умеет выполнять комплекс физкультурных упражнений | <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывает комплексы общеразвивающих упражнений для формирования необходимых физических качеств, двигательных умений и навыков применительно к избранной профессии; - разрабатывает комплексы гигиенической гимнастики, производственной гимнастики: физкультминутки, физкультпаузы, микропаузы активного отдыха; - владеет техникой выполнения общеразвивающих физических упражнений, навыками использования средств физической культуры в профилактических и оздоровительных целях; - владеет актуальными здоровьесберегающими средствами, методами, технологиями для профилактики профессиональных заболеваний; - владеет техникой самомассажа; - владеет методами самодиагностики своего здоровья, самосовершенствования своего образа и стиля жизни; - владеет методами сохранения профессионального здоровья; - владеет методами профилактики последствий стрессовых ситуаций (аутотренинг, релаксация). |
| ИД-3 _{УК-7} . – имеет практический опыт занятий физической культурой | <p>Применяет на практике:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы и средства профессионально-прикладной физической подготовки в сохранении и укреплении здоровья, развития качеств и свойств личности, необходимых в избранной профессии; - здоровьесберегающие технологии в производственной деятельности и в быту; - методы и технологии формирования, укрепления и |

| | |
|--|---|
| | <p>сохранения профессионального здоровья;</p> <ul style="list-style-type: none">- анализирует и оценивает состояние своего здоровья и влияние на него факторов окружающей и производственной среды;- выявляет производственные факторы, отрицательно влияющие на здоровье;- активизирует внешние и внутренние ресурсы для сохранения профессионального здоровья и своих сотрудников;- организует свой образ жизни с позиций здоровьесбережения;- использует активный отдых в выходные дни для восстановления функциональных резервов организма. |
|--|---|