

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
«ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
Тобольский педагогический институт им. Д.И. Менделеева (филиал)  
Тюменского государственного университета

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ  
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ (УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЕ ЗАНЯТИЯ)  
(ЭЛЕКТИВНАЯ ДИСЦИПЛИНА)»

44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)  
Профили русский язык; литература  
Форма обучения очная

**Трудоемкость дисциплины:** 328 часов.

**Форма промежуточной аттестации:** зачет (1-6 семестры).

**Цели и задачи освоения дисциплины:**

*Целью* освоения дисциплины «Физическая культура и спорт (учебно-тренировочные занятия) (элективная дисциплина)» является формирование физической культуры студентов и способности творческого применения разнообразных средств физической культуры и спорта для укрепления здоровья, обеспечения психофизической готовности к профессиональной деятельности и реализации личностного потенциала.

Для достижения поставленной цели предусматривается решение следующих *задач*:

- формирование у студентов мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом;
- освоение системой знаний о социально-биологических, психолого-педагогических основах физической культуры и здорового образа жизни;
- овладение системой методических умений, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование двигательных способностей и психофизических качеств, определяющих готовность бакалавра к условиям профессиональной деятельности и жизни в современном мире;
- достижение психофизической готовности студента к условиям профессиональной деятельности;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения профессиональных и жизненных целей.

**Планируемые результаты освоения:**

Код и наименование компетенции (из ФГОС ВО)	Компонент (знаниевый/функциональный)
ОК-6 способность к самоорганизации и самообразованию	Знает основы самоорганизации и самообразования. Умеет строить траекторию самоорганизации и самообразования развития физической подготовленности.

Код и наименование компетенции (из ФГОС ВО)	Компонент (знаниевый/функциональный)
ОК-8 готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность	Знает способы поддерживать должный уровень физической подготовленности Умеет модифицировать средства и методы для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

### Краткое содержание дисциплины

#### 1 семестр

- 1 Занятия по видам спорта
- 2 Общефизическая подготовка бакалавра
- 3 Профессионально-прикладная физическая подготовка бакалавра

#### 2 семестр

- 1 Общефизическая подготовка бакалавра
- 2 Занятия по видам спорта
- 3 Профессионально-прикладная физическая подготовка бакалавра

#### 3 семестр

- 1 Общефизическая подготовка бакалавра
- 2 Занятия по видам спорта
- 3 Профессионально-прикладная физическая подготовка бакалавра

#### 4 семестр

- 1 Общефизическая подготовка бакалавра
- 2 Занятия по видам спорта
- 3 Профессионально-прикладная физическая подготовка бакалавра

#### 5 семестр

- 1 Общефизическая подготовка бакалавра
- 2 Занятия по видам спорта
- 3 Профессионально-прикладная физическая подготовка бакалавра

#### 6 семестр

- 1 Общефизическая подготовка бакалавра
- 2 Занятия по видам спорта
- 3 Профессионально-прикладная физическая подготовка бакалавра



