

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Смирнов Сергей Николаевич  
Должность: врио ректора  
Дата подписания: 06.06.2022 16:44:45  
Уникальный программный ключ:  
69e375c64f7e975d4e8830e7b4fcc2ad1bf35f08

Министерство образования и науки Российской Федерации  
ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет»

Утверждаю:

Руководитель ООП:



*С.А. Леонтьева*

06 2017г.

Рабочая программа дисциплины (с аннотацией)

**Физическая культура и спорт**

Направление подготовки

46.03.01 История

Профиль подготовки

«Социокультурная история»

Для студентов 1-2 курса очной формы обучения

Уровень высшего образования

БАКАЛАВРИАТ

Составитель:

Старший преподаватель И.А. Титкова

2017 г.

## **I. Аннотация**

### **1. Наименование дисциплины в соответствии с учебным планом:**

«Физическая культура и спорт»

### **2. Цель и задачи дисциплины:**

Целью освоения дисциплины является формирование теоретических знаний о роли физической культуры, а также изучение методов, направленных на использование разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья.

Задачами освоения дисциплины являются:

- формирование у студентов понимания социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- внедрение знания теоретических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

### **3. Место дисциплины в структуре ООП:**

Курс «Физическая культура» входит в базовую часть ООП, изучается на 1–2 курсах (1, 3 семестры).

В рамках данной дисциплины студенты актуализируют знания, умения и навыки, приобретённые ранее при освоении программы средней школы, а также при освоении курса «Русский язык и культура речи» (1 курс, 1 семестр).

Для успешного освоения дисциплины обучающиеся должны уметь грамотно строить устную и письменную речь на русском языке.

Содержательно дисциплина закладывает основы знаний для освоения дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» (1 курс, 2 семестр).

#### **4. Объём дисциплины:**

2 зачётные единицы, 72 академических часа, **в том числе контактная работа:** лекции – 72 часа.

При этом на семестр 1 приходится 1 зачётная единица, 36 академических часов, в том числе контактная работа: лекции – 36 часов.

На семестр 3 приходится 1 зачётная единица, 36 академических часов, в том числе контактная работа: лекции – 36 часов.

#### **5. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесённых с планируемыми результатами освоения образовательной программы:**

<b>Планируемые результаты освоения образовательной программы (формируемые компетенции)</b>	<b>Планируемые результаты обучения по дисциплине</b>
ОК–8 –способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<b>Семестр 1 – этап формирования компетенции: начальный</b> <b>Уметь:</b> критически анализировать свою жизнедеятельность в соответствии с требованиями здорового образа жизни. <b>Знать:</b> – научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни, – организационно-правовые основы физической культуры и спорта.
	<b>Семестр 3 – этап формирования компетенции: заключительный</b>

	<p><b>Владеть:</b> навыком комплексного подбора методов и средств физической культуры для укрепления здоровья и совершенствования основных физических качеств.</p> <p><b>Уметь:</b> правильно выбирать отдельные методы и средства физического воспитания и укрепления здоровья в зависимости от поставленных задач.</p> <p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>– научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни,</li><li>– организационно-правовые основы физической культуры и спорта,</li><li>– средства профилактики утомления,</li><li>– коррекционные возможности физических нагрузок.</li></ul>
--	---

**6. Форма промежуточной аттестации:** зачёт (семестр 3).

**7. Язык преподавания:** русский.