

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:

ФИО: Худин Александр Николаевич

Должность: Ректор

Дата подписания: 22.02.2018 13:29:21

Уникальный программный ключ:

08303ad8de1c60b987361de7085acb509ac5dad431e1536271a0ee37e79a194

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

"Курский государственный университет"

Кафедра теории и методики физической культуры

УТВЕРЖДЕНО

протокол заседания

Ученого совета от 24.04.2017 г., №10

Рабочая программа дисциплины Прикладная физическая культура

Направление подготовки: 11.03.04 Электроника и нанoeлектроника

Профиль подготовки: Технологии в нанoeлектронике

Квалификация: бакалавр

Факультет физики, математики, информатики

Форма обучения: очная

Общая трудоемкость 0 ЗЕТ

Виды контроля в семестрах:

зачет(ы) 2, 4, 6

Распределение часов дисциплины по семестрам

| Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>) | 2 (1.2) | | 3 (2.1) | | 4 (2.2) | | 5 (3.1) | | 6 (3.2) | | Итого | |
|---|---------|-----|---------|-----|---------|-----|---------|-----|---------|-----|-------|-----|
| | уп | рпд | уп | рпд | уп | рпд | уп | рпд | уп | рпд | | |
| Неделя | 18 | | 18 | | 18 | | 18 | | 18 | | | |
| Вид занятий | уп | рпд | уп | рпд | уп | рпд | уп | рпд | уп | рпд | уп | рпд |
| Практические | 72 | 72 | 72 | 72 | 72 | 72 | 72 | 72 | 54 | 54 | 342 | 342 |
| Итого ауд. | 72 | 72 | 72 | 72 | 72 | 72 | 72 | 72 | 54 | 54 | 342 | 342 |
| Контактная работа | 72 | 72 | 72 | 72 | 72 | 72 | 72 | 72 | 54 | 54 | 342 | 342 |
| Итого | 72 | 72 | 72 | 72 | 72 | 72 | 72 | 72 | 54 | 54 | 342 | 342 |

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

| | |
|-----|---|
| 1.1 | является |
| 1.2 | -использование разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности; |
| 1.3 | - формирование мотивов, необходимых для физического совершенствования и самосовершенствования; |
| 1.4 | - создание у студентов системного комплекса практических навыков для реализации их потребностей в двигательной активности с творческим освоением ценностей физической культуры; |
| 1.5 | - обеспечение разносторонней физической подготовленности; |
| 1.6 | - повышение умственной работоспособности средствами физической культуры и спорта; |
| 1.7 | - формирование навыков и потребностей в здоровом образе жизни; снижение заболеваемости; |
| 1.8 | - приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей. |

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП

| | |
|--------------------|----|
| Цикл (раздел) ООП: | Б4 |
|--------------------|----|

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**ОК-6: способностью работать в команде, толерантно воспринимая социальные и культурные различия****Знать:**

Методы командной работы, формы наиболее эффективного взаимодействия

Уметь:

Пользоваться методами командной работы, формируя наиболее эффективное взаимодействие между членами команды

Владеть:

Методами командной работы, реализуя формы наиболее эффективного взаимодействия с учетом социальных, этнических, конфессиональных и культурных различий

ОК-8: способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности**Знать:**

основы здорового образа жизни

основы самостоятельных занятий физическими упражнениями

основы методик развития физических качеств

Уметь:

осуществлять самоконтроль психофизического состояния организма

контролировать и регулировать величину физической нагрузки самостоятельных занятий физическими упражнениями

составлять индивидуальные программы физического совершенствования различной направленности

Владеть:

основными жизненно важными двигательными действиями

навыками использования физических упражнений с целью сохранения и укрепления здоровья, физического совершенствования

самостоятельными системами физических упражнений для развития физических качеств