

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: митрополит Аристарх (Смирнов Вадим Анатольевич)
Должность: Ректор
Дата подписания: 21.05.2021 14:48:54
Уникальный программный ключ:
236848de91e14e821fe0befcf483a35ae903684f

Приложение

Аннотация
программы учебной дисциплины
«Элективные курсы по физической культуре и спорту»
по направлению «Подготовка священнослужителей и
религиозного персонала религиозных организаций»
(уровень бакалавриата)
форма обучения – очная

1. Цель освоения учебной дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту»

Цель: подготовка обучающихся к ведению физкультурно-спортивной и оздоровительно-рекреативной деятельности.

Цель курса соотносится с требованием ФГОС ВО 48.03.01 Теология (уровень бакалавриата), который предполагает изучение системы теологического знания (ФГОС ВО 48.03.01 Теология (уровень бакалавриата), п. 4.1).

Задачи:

1. Развитие у обучающихся физических, морально-волевых и психологических качеств.
2. Овладение основными двигательными умениями и навыками.
3. Укрепление здоровья и закаливание.
4. Совершенствование знаний и умений в организации и проведении спортивно-массовых и оздоровительных мероприятий.

2. Место учебной дисциплины в структуре ООП ВО бакалавриата по направлению подготовки 48.03.01 Теология (уровень бакалавриата)

Дисциплина «Элективные курсы по физической культуре и спорту» реализуется в рамках вариативной части Блока 1 Дисциплины учебного плана программы бакалавриата по данной направленности подготовки и находится в тесной взаимосвязи с такими дисциплинами как «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности», связанных с изучением конкретных общественных подсистем.

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Исходя из поставленной цели курса и предполагаемой учебной нагрузки, по окончании изучения дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» обучающийся должен обладать следующими общекультурными и профессиональными компетенциями:

– способностью использовать методы и инструменты физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8):

знать:

- *пороговый уровень:* основные формы занятий физической культурой;
- *базовый уровень:* методы и средства физической культуры;
- *повышенный уровень:* требования к уровню физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

уметь:

- *пороговый уровень:* составить и провести разминку перед основным занятием, эстафету;
- *базовый уровень:* самостоятельно, методически правильно использовать методы и средства физической культуры;
- *повышенный уровень:* самостоятельно достигать определенного уровня физической подготовленности;

владеть:

- *пороговый уровень:* навыками общения с группой и способностью провести простейшее спортивное занятие;

– *базовый уровень*: средствами самостоятельного, методически правильного использования методов и средств физической культуры;

– *повышенный уровень*: готовностью к достижению должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

– **способностью вести соответствующую учебную, воспитательную, просветительскую деятельность в образовательных и просветительских организациях (ПК-6):**

знать:

– *пороговый уровень*: основные формы, методы и средства физической культуры;

– *базовый уровень*: средства самостоятельного, методически правильного использования методов и средств физической культуры;

– *повышенный уровень*: специфику учебно-воспитательной деятельности в образовательных и просветительских организациях различного уровня и типа;

уметь:

– *пороговый уровень*: составлять план-конспект занятия, проводить разминку и спортивные игры в соответствии с оптимальными для возраста методами обучения;

– *базовый уровень*: организовывать образовательную и просветительскую деятельность по вопросам достижения должного уровня физической подготовленности и здорового образа жизни;

– *повышенный уровень*: адаптировать полученные в ходе обучения знания применительно к специфике аудитории и в зависимости от ситуативного контекста;

владеть:

– *пороговый уровень*: навыками проведения занятия в соответствии с требованиями образовательной организации;

– *базовый уровень*: навыками доходчивого и внятного изложения материала в рамках задач учебно-воспитательной деятельности;

– *повышенный уровень*: навыками общения и преподавания аудитории различного возраста и различных духовных запросов.

4. Трудоемкость учебной дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 9 зачетных единицы (328 академических часов).

5. Краткое содержание учебной дисциплины

В структуре дисциплины выделяются следующие основные разделы:

1 семестр

Раздел 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке обучающихся.

Раздел 2. Общая физическая подготовка.

Раздел 3. Основы здорового образа жизни. Физическая культура в обеспечении здоровья.

Раздел 4. Легкая атлетика.

2 семестр

Раздел 5. Структура физической культуры личности. Значение мотивации в сфере физической культуры. Туризм.

Раздел 6. Традиционные и современные оздоровительные системы физических упражнений.

Раздел 7. Нетрадиционные (необычные) виды спорта.

3 семестр

Раздел 8. Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Раздел 9. Особенности режимов питания, распорядка дня,

противодействия неблагоприятным факторам среды вредным привычкам при занятиях физической культурой и спортом.

Раздел 10. Волейбол.

4 семестр

Раздел 10. «Волейбол» (продолжение).

Раздел 11. Диагностика и самодиагностика занимающихся физическими упражнениями и спортом.

Раздел 12. Настольный теннис.

5 семестр

Раздел 13. Студенческий спорт. Выбор видов спорта, особенности занятий избранным видом спорта.

Раздел 14. Атлетическая гимнастика.

6 семестр

Раздел 15. Учет возрастных, физиологических, гендерных и функциональных особенностей при занятиях физической культурой и спортом.

Раздел 16. Баскетбол.

7 семестр

Раздел 17. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) обучающихся.

Раздел 18. Лыжная подготовка.

6. Формы организации учебного процесса

Практические занятия, групповые консультации, индивидуальная работа обучающегося с преподавателем, промежуточная аттестация.

7. Виды промежуточной аттестации

Зачет по дисциплине.

Составитель: Левина И. Л., д-р мед. наук