

# АННОТАЦИЯ

## рабочей программы по дисциплине СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ МОНИТОРИНГ

Основная профессиональная образовательная программа  
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки  
**49.03.01 – Физическая культура**

Квалификация - Бакалавр

Форма обучения – очная/заочная

### 1. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

#### 1.1. ЦЕЛЬ ДИСЦИПЛИНЫ:

Рабочая программа учебной дисциплины «Спортивно-оздоровительный мониторинг» составлена в соответствии с учебным планом подготовки *бакалавров* по направлению **49.03.01 Физическая культура** в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования и утвержденными стандартами и положениями Университета.

Целью освоения дисциплины является освоением студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области спортивно-оздоровительного мониторинга и реализация их в своей профессиональной деятельности.

#### 1.2. ЗАДАЧИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

Результатом освоения дисциплины определяются способностью применять знания, умения и личные качества в соответствии с задачами профессиональной деятельности.

*Бакалавр* по программе подготовки 49.03.01 Физическая культура должен решать следующие профессиональные задачи в соответствии с видами профессиональной деятельности и профилем подготовки:

##### *Рекреационная деятельность:*

- способствовать осознанному использованию средств физической культуры как средства восстановления и укрепления здоровья, приобщение к здоровому образу жизни.

#### 1.3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП:

Дисциплина «Спортивно-оздоровительный мониторинг» относится к Блоку 1 *вариативной* части ОПОП. Дисциплины и курсы по выбору студента, устанавливаемые вузом. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе (5 семестр) по очной форме обучения, на 4 курсе (7 семестр) по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: (*зачет*).

Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и компетенции студента, полученные по следующим дисциплинам: Естественно – научные основы физической культуры и спорта, Анатомия человека, Физиология человека, Биомеханика двигательной деятельности, Биохимия человека.

#### 1.4. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

1.4.1. В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

##### *а) общепрофессиональные (ОПК):*

способностью оценивать физические способности и функциональное состояние обучающихся, технику выполнения физических упражнений (ОПК-5).

##### *б) профессиональными (ПК):*

способностью использовать в процессе спортивной подготовки средства и методы профилактики травматизма и заболеваний, организовывать восстановительные мероприятия с учетом возраста и пола занимающихся, применять методики спортивного массажа (ПК-12)

1.4.2. В результате изучения дисциплины студент будет:

Знать:	✓ средства и методы рекреационной двигательной деятельности с учетом возраста, пола, профессиональной деятельности и психофизиологического состояния занимающихся (ОПК-5); (ПК-12)
Уметь:	✓ выбирать средства и методы рекреационной двигательной деятельности для коррекции состояния занимающихся (ОПК-5); (ПК-12)
Владеть:	✓ технологией проведения рекреационных занятий для коррекции функционального состояния занимающихся (ОПК-5); (ПК-12)

### 1.5. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

#### *очная форма обучения*

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры			
		5			
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	<b>36</b>	<b>36</b>			
В том числе:	-	-			
Лекции	14	14			
Семинары (С)	22	22			
Практические занятия (ПЗ)					
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	<b>36</b>	<b>36</b>			
В том числе:					
Изучение теоретического материала	18	18			
Работа с Интернет-ресурсами	4	4			
Выполнение письменного домашнего задания	4	4			
Подготовка к зачету	10	10			
Вид промежуточной аттестации (зачет)	зачет	+			
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>Часы</b>	<b>72</b>	<b>72</b>		
	<b>зачетные единицы</b>	<b>2</b>	<b>2</b>		

#### *заочная форма обучения*

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры			
		7			
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	<b>8</b>	<b>8</b>			
В том числе:					
Лекции	2	2			
Практические занятия (ПЗ)	6	6			
Семинары (С)	-	-			
Лабораторные работы (ЛР)					
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	<b>64</b>	<b>64</b>			
В том числе:					
Изучение теоретического материала	6	6			
Работа с Интернет-ресурсами	10	10			
Подготовка к текущим контролям	10	10			
Анализ литературы	8	8			
Контрольная работа	20	20			
Подготовка к зачету	10	10			
Вид промежуточной аттестации (зачет)	зачет	+			
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>Часы</b>	<b>72</b>	<b>72</b>		
	<b>зачетные единицы</b>	<b>2</b>	<b>2</b>		