

## АННОТАЦИЯ

рабочей программы по дисциплине  
«Дисциплины по физической культуре и спорту (спортивная аэробика)»  
основной профессиональной образовательной программы  
по направлению подготовки высшего образования  
**49.03.01 «Физическая культура»**

Профиль подготовки:

**Антидопинговое обеспечение в спорте**

Квалификация – бакалавр

Форма обучения – очная, заочная

### 1. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

#### 1.1. ЦЕЛЬ ДИСЦИПЛИНЫ:

Рабочая программа учебной дисциплины «Дисциплины по физической культуре и спорту (спортивная аэробика)» составлена в соответствии с учебным планом подготовки *бакалавров* по направлению подготовки **49.03.01 – Физическая культура** в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования и утвержденными стандартами, и положениями Университета.

Целью освоения дисциплины (модуля) является повышение физической подготовленности в избранном виде спорта.

#### 1.2. ЗАДАЧИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

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

*Бакалавр* по направлению подготовки **49.03.01 – Физическая культура** должен решать следующие профессиональные задачи в соответствии с видами профессиональной деятельности и образовательной программы:

*тренерская деятельность:*

способствовать формированию личности обучающихся в процессе занятий избранным видом спорта, ее приобщению к общечеловеческим ценностям, здоровому образу жизни, моральным принципам честной спортивной конкуренции;

подбирать адекватные поставленным задачам средства и методы тренировки, определять величину нагрузок, адекватную возможностям индивида с установкой на достижение спортивного результата.

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

Дисциплина относится к Блоку 1. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1-5 семестрах по очной форме обучения, на 1-6 семестрах по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *зачет* (очная форма обучения 2,4,5 семестры; заочная форма обучения 2,4,5,6 семестры).

Для успешного освоения дисциплины требований к входным знаниям, умениям и компетенциям студента, полученных в структуре данной ОПОП нет.

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

**1.4.1.** В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

*а) общекультурными (ОК):*

- способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (**ОК-8**).

**1.4.2.** В результате изучения дисциплины студент будет:

Знать:	✓ средства избранного вида спорта и видов гимнастики для развития физических качеств;
Уметь:	✓ организовать и проводить тренировочные занятия с учетом возраста, пола и уровня подготовленности занимающихся; ✓ дозировать нагрузку в процессе проведения тренировочных занятий с различным контингентом;

Владеть:	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ средствами избранного вида спорта, направленными на развитие физических качеств с учетом возраста, пола, спортивной специализации и уровня подготовленности занимающихся;</li> <li>✓ навыками по определению уровня физической подготовленности с учетом квалификации спортсменов.</li> </ul>
----------	--

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

#### *очная форма обучения*

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Всего часов</i>	<i>семестры</i>					
		<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	<b>328</b>	<b>62</b>	<b>82</b>	<b>62</b>	<b>82</b>	<b>40</b>	
В том числе:							
Лекции							
Практические занятия (ПЗ)		<b>62</b>	<b>82</b>	<b>62</b>	<b>82</b>	<b>40</b>	
Семинары (С)							
Вид промежуточной аттестации (зачет)			<b>3</b>		<b>3</b>	<b>3</b>	
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>Часы</b>	<b>328</b>	<b>62</b>	<b>82</b>	<b>62</b>	<b>82</b>	<b>40</b>
	<b>Зачетные единицы</b>						

#### *заочная форма обучения*

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Всего часов</i>	<i>семестры</i>						
		<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	<b>40</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	
В том числе:								
Лекции								
Практические занятия (ПЗ)	40	6	6	6	6	8	8	
Семинары (С)								
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	<b>288</b>	<b>56</b>	<b>56</b>	<b>42</b>	<b>56</b>	<b>42</b>	<b>36</b>	
В том числе:								
Подготовка к текущим контролям		56	46	42	46	32	26	
Подготовка к зачету			10		10	10	10	
Вид промежуточной аттестации (зачет)			<b>3</b>		<b>3</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>часы</b>	<b>320</b>	<b>62</b>	<b>62</b>	<b>48</b>	<b>62</b>	<b>50</b>	<b>44</b>
	<b>зачетные единицы</b>							

*\*интерактивные занятия – 2 часа*