

**АННОТАЦИЯ**  
рабочей программы по дисциплине  
**ДИСЦИПЛИНЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ**  
**(легкая атлетика)**

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 «Дисциплины по физической культуре и спорту» 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 (модуля) является приобретение студентами системы практических знаний, умений и компетенций в области спортивной тренировки в избранном виде спорта и реализация их в своей профессиональной деятельности.

### **1.2. ЗАДАЧИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:**

Результаты 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 профилем подготовки:

*педагогическая деятельность:*

- способствовать социализации, формированию общей культуры личности обучающихся средствами физической культуры в процессе физкультурно-спортивных занятий, ее приобщению к общечеловеческим ценностям и здоровому образу жизни;
- осуществлять обучение и воспитание обучающихся в процессе занятий;
- определять содержание обучения в рамках учебных планов, с учетом результатов оценивания физического и функционального состояния учащихся;
- обеспечивать уровень подготовленности обучающихся, соответствующий требованиям федеральных государственных образовательных стандартов, обеспечивать необходимый запас знаний, двигательных умений и навыков, а также достаточный уровень физической подготовленности учащихся для сохранения и укрепления их здоровья и трудовой деятельности;

*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.

### **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 легкой атлетики для развития физических качеств (ОК-8);
Уметь:	✓ Организовать и проводить тренировочные занятия с учетом возраста, пола и уровня подготовленности занимающихся (ОК-8); ✓ Дозировать нагрузку в процессе проведения тренировочных занятий с различным контингентом (ОК-8);
Владеть:	✓ Средствами избранного вида спорта, направленными на развитие физических качеств с учетом возраста, пола, спортивной специализации и уровня подготовленности занимающихся (ОК-8); ✓ Навыками по определению уровня физической подготовленности с учетом квалификации спортсменов (ОК-8).

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

#### *очная форма обучения*

Виды учебной работы		Всего часов	Семестры					
			I	II	III	IV	V	VI
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>		<b>328</b>	<b>62</b>	<b>82</b>	<b>62</b>	<b>82</b>	<b>40</b>	
Практические занятия (ПЗ)		328	62	82	62	82	40	
Вид промежуточной аттестации: (з - зачет)				з		з	з	
<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*

Виды учебной работы		Всего часов	Семестры					
			I	II	III	IV	V	VI
<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>
Практические занятия (ПЗ)		40	6	6	6	6	8	8
<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:								
<i>Подготовка реферата</i>			10	10	10	10	10	10
<i>Подготовка к проведению фрагмента занятия</i>			14	8	10	14	8	
<i>Изучение теоретического материала</i>			12	10	10	12	4	8
<i>Выполнение письменного домашнего задания</i>			12	16	6	8		
<i>Подготовка к тестированию</i>			8	2	6	2		8
<i>Подготовка контрольной работы</i>							10	
<i>Подготовка к зачёту</i>				10		10	10	10
Вид промежуточной аттестации: (к – контрольная) (з - зачет)				з		з	з	з
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>Часы</b>	<b>328</b>	<b>62</b>	<b>62</b>	<b>48</b>	<b>62</b>	<b>50</b>	<b>44</b>
	<b>Зачетные единицы</b>							

ПРИМЕЧАНИЕ: \* - ИНТЕРАКТИВНЫЕ ЗАНЯТИЯ (14 ЧАСОВ)