

Аннотация дисциплины Б.1.1.2 Дисциплина. Физическая культура и спорт

Дисциплина "Физическая культура и спорт" изучается обучающимися по основной профессиональной образовательной программе "Математика и экономика" направления подготовки "44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)".

Дисциплина изучается в 1 семестре. Общая трудоемкость дисциплины составляет 72/2 часов/з.ед. Самостоятельная работа заключается в выполнении работ, указанных в разделе 4.

В ходе изучения дисциплины осуществляется текущий контроль в форме технологии рейтингового контроля в соответствии с технологической карты дисциплины, размещенной на электронном курсе, а также промежуточный контроль в форме зачет.

Целью изучения дисциплины является формирование следующих компетенций:

1. УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

В ходе изучения дисциплины последовательно рассматриваются темы:

1. Введение в физическую культуру и спорт.
Определение и значение физической культуры. История развития физической культуры. Цели и задачи физического воспитания. Физическая культура и спорт как социальные феномены. Роль физической культуры в формировании личности.
2. Физиология физической активности.
Анатомия и физиология мышечной системы. Энергетическое обеспечение физических нагрузок. Адаптация организма к физическим нагрузкам. Сердечно-сосудистая система и физическая активность. Дыхательная система и физические упражнения.
3. Теория и методика физического воспитания.
Принципы физического воспитания. Методы и средства физического воспитания. Периодизация тренировочного процесса. Индивидуализация тренировочных программ. Методы и критерии оценки физической подготовленности.
4. Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний.
Компоненты здорового образа жизни. Роль физической активности в профилактике заболеваний. Психологические аспекты здорового образа жизни. Профилактика травм и реабилитация. Формирование мотивации к ведению здорового образа жизни.
5. Спорт и его виды.
Классификация видов спорта. Индивидуальные и командные виды спорта. Олимпийские и паралимпийские виды спорта. Становление и развитие олимпийского и паралимпийского движения. Спартакиады, универсиады. Спортивные технологии и инновации.
6. Психология спорта.
Психологическая подготовка спортсменов. Мотивация и целеполагание в спорте. Психологические аспекты соревнований. Стресс и его преодоление. Психологическая поддержка и консультирование спортсменов.
7. Организация и управление в спорте.
Спортивные организации и их функции. Деятельность международных спортивных комитетов. Правовые аспекты в спорте. Планирование и проведение спортивных мероприятий на базе учебного заведения.
8. Социальная и воспитательная значимость спортивных мероприятий.
Спорт как инструмент социальной интеграции. Взаимодействие спорта и культуры, национальные виды спорта. Спорт и национальная идентичность. Роль этических и моральных аспектов в спорте. Кодекс спортсмена.
9. Преподавание физической культуры и воспитательная работа.
Методика преподавания физической культуры. Психолого-педагогические основы

физического воспитания. Воспитательная работа в сфере физической культуры.

Инклюзивное физическое воспитание. Оценка и контроль в физическом воспитании.

Основными стратегическими образовательными технологиями являются: практические занятия, лекционные занятия, процедуры самообучения.

В рамках указанных технологий применяются тактические образовательные технологии: информационные, классическая лекция, задания.