

МИНИСТЕРСТВО КУЛЬТУРЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ОРЛОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ КУЛЬТУРЫ»
(ФГБОУ ВО «ОГИК»)
ФАКУЛЬТЕТ СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
КАФЕДРА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Декан факультета социально-
культурной деятельности
ФГБОУ ВО «ОГИК»
Р.В. Комраков
«17» мая 2017 г.



АННОТАЦИЯ
рабочей программы
по дисциплине
ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

Направление подготовки:
51.03.02 Народная художественная культура

Профиль подготовки:
руководство любительским театром

Квалификация (степень) выпускника
бакалавр

Форма обучения **очная, заочная**

Орел 2017 год

1. Цели и задачи учебной дисциплины.

Основной целью образовательного процесса по учебной дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту» является формирование физической культуры обучающегося, способности методически обоснованно и целенаправленно использовать разнообразные средства, методы и организационные формы физической культуры и спорта, позволяющие выпускнику сформировать индивидуальную здоровьесберегающую жизнедеятельность, необходимую для профессионально-личностного становления.

Задачи дисциплины:

1. Сформировать у обучающихся устойчивую положительную мотивацию к учебным занятиям, участию в соревнованиях и научно-практических конференциях по физической культуре и спорту.
2. Развивать у обучающихся знания по теории, истории и методике физической культуры на основе инновационных технологий обучения.
3. Научить обучающихся практическим умениям и навыкам занятий различными видами спорта, современными двигательными и оздоровительными системами.
4. Сформировать у обучающихся готовность применять спортивные и оздоровительные технологии для достижения высокого уровня физического здоровья и поддержания его в процессе обучения в вузе, дальнейшей профессиональной деятельности.
5. Развивать у обучающихся индивидуально-психологические и социально-психологические качества и свойства личности, необходимые для успешной учебной и профессиональной деятельности.

Использовать возможности образовательного процесса по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту» для решения задач по формированию у обучающихся готовности к инновационной деятельности на основе проведения научных междисциплинарных исследований.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО – программы бакалавриата: Б1.В.ДВ

Дисциплина «Элективные курсы по физической культуре и спорту», являясь составной частью профессиональной подготовки обучающегося, включена в Блок 1 и относится к ее вариативной части дисциплин по выбору.

Учебная дисциплина ориентирована на формирование понимания социальной значимости физической культуры и спорта и их роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности, привития мотивационно-ценностного отношения к физической культуре и спорту, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание, а также привычки к регулярным занятиям как физическими упражнениями, так и спортом, овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие.

3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения учебной дисциплины (модуля)/ планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы обучающимися.

Требования к входным компетенциям, а также знаниям и умениям обучающегося, необходимым для ее изучения:

- способностью к самоорганизации и самообразованию (ОК-7).

Выпускник, освоивший программу бакалавриата, должен обладать следующей **общекультурной компетенцией:**

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

В результате освоения дисциплины бакалавр должен:

Знать и понимать:

- знать социальный заказ общества на подготовку бакалавров по направлению «**Народная художественная культура**», понимать роль физической культуры и спорта в формировании профессионально важных физических качеств и психических свойств личности;

- знать научно-теоретические основы формирования базовой, спортивной, оздоровительной, рекреационной, профессионально-прикладной физической культуры обучающегося и понимать их интегрирующую роль в процессе формирования здоровьесбережения будущих специалистов;

- знать особенности воздействия на организм условий и характера различных видов профессионального труда и понимать важность поддержания высокого уровня физического и психического здоровья;

- способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности

- правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности;

Уметь применять:

- уметь управлять своим физическим здоровьем и применять высокоэффективные оздоровительные и спортивные технологии;

- уметь самостоятельно заниматься различными видами спорта, современными двигательными и оздоровительными системами и применять свои навыки для организации коллективных занятий и соревнований;

- уметь воспитывать индивидуально-психологические и социально-психологические свойства личности и применять средства спортивных состязаний;

- готовность применять практические умения и навыки по физической культуре и спорту в экстремальных ситуациях производственной деятельности;

- уметь переносить предметные знания по теории и методике физического воспитания на другие предметные области в процессе профессиональной подготовки в вузе.

Владеть:

- способностью к самоопределению, саморазвитию и самосовершенствованию в выборе средств и методов оздоровительных и спортивных технологий;

- высоким уровнем готовности к развитию в сфере физической культуры и спорта (мотивация, знания, умения, навыки и самооценка достижений);

- технологией мониторинга собственного физического развития, функционального состояния систем организма, физической и психической работоспособности;

- способностью передавать систему формирования индивидуальной здоровьесберегающей жизнедеятельности членам трудового коллектива.

4. Структура и содержание учебной дисциплины.

Базовая физическая культура.

Оздоровительная физическая культура обучающегося.

Спортивная культура обучающегося.

Спортивно-массовая и физкультурно-оздоровительная деятельность в вузе.

Рекреационная физическая культура обучающегося.

Профессионально-прикладная физическая культура обучающегося.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 328 часов.

Форма промежуточной аттестации – зачет.

5. Материально-техническое обеспечение учебной дисциплины (модуля).

№	Наименование	Количество
1.Тренажерный зал № 198 (площадью 131,6 м²)		
1.	Z-гриф диам.50 мм	1 шт.
2.	Сайкл-велотренажер Tomahawk S-серия	4 шт.
3.	Велотренажер горизонтальный	1 шт.
4.	Велотренажер стандартный	1 шт.
5.	Диск диам.50мм 1,25кг	2 шт.
6.	Диск диам.50мм 2,5кг	2 шт.

7.	Диск диам.50мм 25кг	2 шт.
8.	Диск диам.50мм 5кг	4 шт.
9.	Диск диам.50мм 10кг	8 шт.
10.	Диск диам.50мм 20кг	2 шт.
11.	Диск диам.50мм 15кг	6 шт.
12.	Дорожка беговая с LED консолью	3 шт.
13.	Кроссовер блочный	1 шт.
14.	Кросс-тренажер	1 шт.
15.	Многофункциональный тренажер 4 блока	1 шт.
16.	Набор гантелей 2,5-25 кг, 10 пар	1 шт.
17.	Силовая универсальная стойка(50мм)	1 шт.
18.	Универсальная скамья	1 шт.
19.	Универсальная скамья с опорой для ног	1 шт.
20.	Скамья Скотта (бицепс руки)	1 шт.
21.	Степпер	1 шт.
22.	Тренажер жим ногами в положении лежа	1 шт.
23.	Тренажер для мышц нижней области спины	1 шт.
24.	Тренажер для мышц груди с разными хватами (УЛС)	1 шт.
25.	Тренажер для мышц плеча под наклоном(УЛС)	1 шт.
26.	Тренажер для мышц брюшного пресса с хватом в области плечей	1 шт.
27.	Тренажер подтягивание/отжимание с противовесом	1 шт.
Оборудование для видео и звукового сопровождения		
1.	Телевизор LCD «Philips26»	1 шт.
2.	Минисистема Philips FWD876/58	1 шт.
2. Зал для занятий фитнесом № 236 б (площадью 102, 2 м²)		
1.	Сайкл-велотренажер Tomahawk S-серия	6 шт.
2.	Гантели 0,5 кг	20 шт.
3.	Гантели 1,0 кг	20 шт.
4.	Гантели 2,0 кг	20 шт.
5.	Гантели 3,0 кг	20 шт.
6.	Гантели 4,0 кг	20 шт.
7.	Гантели 5,0 кг	20 шт.
8.	Гимнастическая палка 3 кг	30 шт.
9.	Гимнастический коврик 180x59x1,0 синий	20 шт.
10.	Медицинский мяч 1 кг желтый	20 шт.
11.	Медицинский мяч 2 кг зеленый	20 шт.
12.	Медицинский мяч 3 кг оранжевый	20 шт.
13.	Медицинский мяч 4 кг синий	20 шт.
14.	Мяч 55 см	20 шт.
15.	Мяч 65 см	20 шт.
16.	Мяч 75 см	20 шт.
17.	Скакалка с регулировкой длины	20 шт.
18.	Степ-платформа	20 шт.
19.	Эспандер для кора/степа №2	20 шт.
20.	Эспандер для кора/степа №3	20 шт.
21.	Эспандер для кора/степа №1	20 шт.
Оборудование для звукового сопровождения		
1.	Минисистема Philips FWD876/58	1 шт.

3. Спортивный зал № 22 (площадью 309 м²)		
1.	Весы механические BR 9019-13, 120кг (553) синие	1 шт.
2.	Гимнастические скамейки	6 шт.
3.	Дартс	2 шт.
4.	Маты гимнастические	10 шт.
5.	Мяч б/б	6 шт.
6.	Мяч в/б	10 шт.
7.	Мяч ф/б	2 шт.
8.	Мяч фитнес	3 шт.
9.	Мяч футзал	1 шт.
10.	Ракетка н/тенниса	10 шт.
11.	Сетка волейбольная	1 шт.
12.	Сетка н. теннис	2 шт.
13.	Стол для настольного тенниса	2 шт.
14.	Щит б/б пластик. с кольцом и сеткой	2 шт.
4. Открытая спортивная площадка (площадью 800 м²)		
1.	Щит б/б с кольцом и сеткой	2 шт.
2.	Брусья параллельные	2 шт.
3.	Турник гимнастический	1 шт.
4.	Ворота для мини-футбола	2 шт.
Туристическое снаряжение		
1.	Костюм в/з	20 шт.
2.	Палатка 4-х местная	2 шт.
3.	Палатка Диоген 3	1 шт.
4.	Палатка Диоген 4	3 шт.
5.	Мешок спальный	6 шт.
6.	Мешок спальный АТЕМІ «Lion 150»	10 шт.
7.	Рюкзак	2 шт.
8.	Тент АТЕМІ закрытый 3x3м полиэтилен/сетка	1 шт.
9.	Фонарь АТЕМІ туристический	1 шт.
10.	Фонарь ERA прожектор водозащ.кам. аккумуля.3млн.св.адапт.прик.	1 шт.
Оборудование для звукового сопровождения		
1.	Микросистема Samsung MAX-KT75G	1 шт.
2.	Усилитель «Форманта» 0540	1 шт.
Мультимедийное и электронное оборудование		
1.	Цифровой фотоаппарат Panasonic DMC-FS62 Lumix Black	1 шт.
2.	Монитор Beng 19 "TFT FP91G+	1 шт.
3.	Системный блок INPAQ P-2800/x512Mb/160Gb/DVD-RW/FDD/кл/мышь/сф/ИБП	1 шт.

1. Научная библиотека института
2. Электронный зал образовательных ресурсов
3. Мультимедийные устройства для образовательного процесса
4. Спортивный инвентарь в достаточном количестве

