

**УТВЕРЖДАЮ**  
Зав.кафедрой ФВиС

\_\_\_\_\_  
А.В.Данилов  
«30» 08 2021  
г.

## **ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ**

### **ЭЛЕКТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛИ) ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ**

Для направления 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)  
Направленность (профиль) Родной (башкирский) язык, литература и иностранный  
(английский) язык

Семестр 3  
2021-2022 уч. год

#### **Цель дисциплины.**

Целью физического воспитания студентов является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности

#### **Задачи дисциплины:**

- понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- знание биологических, психолого-педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте;
- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

#### **Развитие компетенций**

В процессе изучения дисциплины формируются и развиваются следующие компетенции, предусмотренные федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования:

Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7);

**Трудоемкость дисциплины:**

|                   | Всего | Аудиторная |     |     | СРС |
|-------------------|-------|------------|-----|-----|-----|
|                   |       | ЛК         | КСР | ПЗ  |     |
| Общая             | 328   |            | -   | 286 | 42  |
| В данном семестре | 68    |            |     | 56  | 12  |

**Критерии оценки:**

«Зачтено» - от 70 до 100 баллов

«Не зачтено» - 0 - 69 баллов

**Контрольные точки по дисциплине:**

| Вся дисциплина в семестре 100% | Работа в семестре 100% | КТ (процент КТ, дата КТ)                | 100% КТ приходится на: | Распределение % освоения по виду занятий | Что оценивается           |
|--------------------------------|------------------------|---|------------------------|--|---------------------------|
|                                |                        | КТ №1<br>50 %<br>8 неделя<br>КТ 1 это:  | Лек.                   |  |                           |
|                                |                        |   | Пр.                    | 70                                       | Посещение                 |
|                                |                        |   | Лаб.                   | 30                                       | Составление комплекса ОРУ |
|                                |                        |   | Др.                    |  |                           |
|                                |                        | КТ №2<br>50 %<br>14 неделя<br>КТ 2 это: | Лек.                   |  |                           |
|                                |                        |   | Пр.                    | 70                                       | Посещение                 |
|                                |                        |   | Лаб.                   |  |                           |
|                                |                        |   | Др.                    | 30                                       | Контрольные нормативы     |

Преподаватель



/Кинзябулатова Л.И./