

УТВЕРЖДАЮ

Зав.кафедрой ФВиС

А.В.Данилов

«27» 08 2020 г.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ

ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

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

Семестр 1
2020-2021 уч. год

Цель дисциплины.

Целью элективных курсов по физической культуре 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);

Трудовоемкость дисциплины:

	Всего	Аудиторная			СРС
		ЛК	КСР	ПЗ	
Общая	328		-	294	34
В данном семестре	32		-	40	6

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 50 % 8 неделя КТ 1 это:	Лек.		
			Пр.	70	Посещение
			Лаб.	30	Сдача ОРУ
			Др.		
		КТ №2 50 % 14 неделя КТ 2 это:	Лек.		
			Пр.	70	Посещение
			Лаб.		
			Др.	30	Контрольные нормативы

 Преподаватель КФВ и СБ Ков / Щербина Ю.И./