

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**«Физическая культура и спорт»****Автор:**

доцент кафедры ФВиЗ РАНХиГС, к.псх.н, доцент
Заведующий кафедрой ФВиЗ РАНХиГС, к.н.

Сайганова Е.Г.
Самоуков А.Ф.

Код и наименование направления подготовки, профиля:

41.03.01 Зарубежное регионоведение

«Зарубежное регионоведение» (Liberal Arts)

Квалификация (степень) выпускника: бакалавр**Форма обучения: очная**

Цель освоения дисциплины: сформировать способность поддерживать уровень физического здоровья, достаточного для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

План курса:

| № п/п | Наименование тем (разделов) | Содержание тем (разделов) |
|-------|-----------------------------|--|
| 1. | Практический раздел | Учебный материал раздела направлен на повышение уровня функциональных и двигательных способностей, формирование необходимых качеств и свойств личности, на овладение методами и средствами физкультурно-спортивной деятельности, на приобретение личного опыта направленного использования средств физической культуры. |
| 2. | Теоретический раздел | Материал раздела предусматривает овладение студентами системой научно-практических и специальных знаний, необходимых для понимания природных и социальных процессов функционирования физической культуры общества и личности, умения их адаптивного, творческого использования для личностного и профессионального развития, самосовершенствования, организации здорового стиля жизни при выполнении учебной, профессиональной и социокультурной деятельности. |
| 3. | Контрольный раздел | Контрольный раздел осуществляет дифференцированный и объективный учет процесса и результатов учебной деятельности студентов. Итоговая аттестация (зачет) проводится в форме выполнения студентом практического раздела программы, также учитывается опрос по теоретическому разделу программы. |

Формы текущего контроля и промежуточной аттестации:

Зачет в 1, 2 семестрах проводится по результатам контрольных тестов и теоретической подготовленности:

| Наименование темы (раздела) | Показатели оценивания | Критерии оценивания | Оценка (баллы) |
|--------------------------------|---|--|--|
| Практический раздел | Физическая и техническая подготовленность | Формирование двигательных умений и навыков; соответствующий возрасту уровень скоростно-силовой, силовой подготовленности, общей выносливости | Комплексная оценка (тестирование, опрос, беседы, визуальная оценка) |
| Теоретический раздел | Теоретическая, подготовленность | Усвоение информации, знаний, овладения когнитивными стратегиями, сформированности ценностного отношения к людям, событиям и т.д. | |

Основная литература:

1. Орлова С.В. Физическая культура. Издательство РГУФК, 2011. <http://www.iprbookshop.ru/15687.html>
2. Кабачков В.А., Полиевский С.А., Буров А.Э. Профессиональная физическая культура в системе непрерывного образования молодежи. Изд.: Советский спорт/ Учебное-методическое пособие, 2010. <http://www.iprbookshop.ru/9868.html>
3. Земскова Е.А. Гимнастика: типология уроков физической культуры в школе: учебное пособие. Изд. – «Физическая культура», 2008. http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=9143
4. Лысова И.А. Физическая культура. М.: Московский гуманитарный университет, 2011. <http://www.iprbookshop.ru/8625.html>