

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего профессионального образования

**«УФИМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АВИАЦИОННЫЙ  
ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

Кафедра физического воспитания

## **АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ<sup>1</sup>**

**МОДУЛЯ ДИСЦИПЛИН**

**1) ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

**2) ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

Уровень подготовки  
высшее образование – бакалавр

Направление подготовки  
*22.03.01 «Материаловедение и технологии материалов»*

Направленность подготовки (профиль):  
*«Материаловедение и технологии новых материалов»*

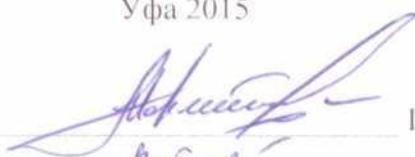
Квалификация (степень) выпускника  
бакалавр

Форма обучения  
очная

Уфа 2015

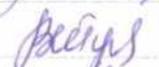
Исполнители:

доцент кафедры ФВ \_\_\_\_\_



Г.М.Максимов

доцент кафедры ФВ \_\_\_\_\_



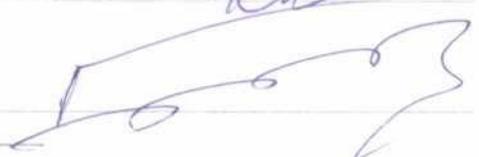
В.И. Тулубаева

зав. метод. кабинетом кафедры ФВ \_\_\_\_\_



Н.В. Тютокова

Заведующий кафедрой ФВ \_\_\_\_\_



Г.И. Мокеев

<sup>1</sup> Аннотация рабочей программы дисциплины отражает краткое содержание рабочей программы дисциплины, являющейся неотъемлемой частью основной профессиональной образовательной программы

## Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Физическая культура» является базовой дисциплиной. Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования по направлению подготовки (специальности) 22.03.01 «Материаловедение и технологии материалов (уровень бакалавриата)». утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от "12"ноября 2015 г. №1331.

**Целью освоения дисциплины** «Физическая культура» 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 ее роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности:
  - знание научно-биологических, педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни:
  - формирование мотивационного ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом:
  - овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья. психического благополучия. развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности.
  - приобретение личного опыта, повышение двигательных и функциональных возможностей. обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту:
- создание основы творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

### Перечень результатов обучения

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций.

№	Формируемые компетенции	Код	Знать	Уметь	Владеть
1	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ОК-8	Научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни	Использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стили жизни	Средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности

## Содержание и структура дисциплины

№	Наименование раздела	Содержание раздела
1	Теоретический раздел	Тема №1. Физическая культура в профессиональной подготовке студентов и раздел социокультурное развитие личности студента. Тема №2. Образ жизни и его отражение в профессиональной деятельности. Тема №3. Общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе. Тема № 4. Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль в процессе занятий. Тема № 5. Профессионально-прикладная физическая подготовка будущих специалистов (ППФП)
2	Методико-практический раздел	К теме 1. Методика проведения производственной гимнастики с учетом заданных условий и характера труда. К теме 2. Методы оценки уровня здоровья. Методы самоконтроля за функциональным состоянием организма (функциональные пробы). К теме 3. Методы регулирования психоэмоционального состояния. Методика самооценки уровня и динамики общей и специальной физической подготовленности по избранному виду спорта или системе физических упражнений. Методика проведения учебно-тренировочного занятия. К теме 4. Методы оценки и коррекции оценки и телосложения. Методы самоконтроля и состояния здоровья, физического развития и функциональной подготовленности. К теме 5. Методики самостоятельного освоения отдельных элементов профессионально-прикладной физической подготовки. Методики эффективных и экономических способов овладения жизненно важными умениями и навыками (ходьба, передвижение на лыжах, плавание).
3	Практический раздел	Специализации по видам спорта
4	Контрольный раздел	Тесты для определения физической подготовленности.

Подробное содержание дисциплины, структура учебных занятий, трудоемкость изучения дисциплины, входные и исходящие компетенции, уровень освоения, определяемый этапом формирования компетенций, учебно-методическое, информационное, материально-техническое обеспечение учебного процесса изложены в рабочей программе дисциплины.