

Документ подписан простой электронной подписью Информация о владельце: ФИО: Нализко Наталья Александровна Должность: Директор Дата подписания: 04.05.2024 15:31:27 Уникальный идентификатор программы дисциплины "Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Баскетбол" по направлению подготовки (специальности) "Филология" направленности (профилю) "Преподавание русского языка и литературы" 2546790885507e0abd432e51caba97c10aa10cc	МИНОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИИ Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ») Костанайский филиал	
	Аннотация рабочей программы дисциплины "Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Баскетбол" по направлению подготовки (специальности) "Филология" направленности (профилю) "Преподавание русского языка и литературы"	стр. 1 из 3

Аннотация рабочей программы дисциплины (модуля)

Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Баскетбол

Направление подготовки (специальность)

45.03.01 Филология

Направленность (профиль)

Преподавание русского языка и литературы

Присваиваемая квалификация (степень)

Бакалавр

Форма обучения

очная

Костанай, 2024 г.

Аннотация рабочей программы дисциплины "Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Баскетбол" по направлению подготовки (специальности) "Филология" направленности (профилю) Преподавание русского языка и литературы	стр. 2 из 3
1 ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
1.1 Цели	
формирование физической культуры личности и способностей направленного использования разнообразных методов и средств физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности посредством освоения и изучения техники баскетбола.	
1.2 Задачи	
- сформировать мотивационно-ценностное отношение к физической культуре, установке на здоровый образ жизни;	
- сформировать навыки поддержания необходимого уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной деятельности;	
- развить физические качества посредством освоения обучающимися техники и тактики игры в баскетбол, обучение новым видам движений, обогащение занимающихся двигательным опытом;	
- сформировать способность использовать возможности образовательной среды для достижения личностных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами баскетбола.	

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП	
Цикл (раздел) ОПОП:	К.М.02.ДВ.01.05

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
УК-7.1: Применяет знания здоровьесберегающих технологий для поддержания должного уровня физической и функциональной подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	
Знать:	
Уровень 1	Знает основное содержание здоровьесберегающих технологий.
Уровень 2	Знает требования к уровню физической подготовленности.
Уровень 3	Знает требования к уровню физической подготовленности, обеспечивающему полноценную социальную и профессиональную деятельность.
Уметь:	
Уровень 1	Умеет использовать методы и средства физической культуры для повышения своих функциональных и двигательных возможностей.
Уровень 2	Умеет использовать методы и средства физической культуры для достижения личностных и жизненных целей.
Уровень 3	Умеет использовать методы и средства физической культуры, знания здоровьесберегающих технологий для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
Владеть:	
Уровень 1	Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья.
Уровень 2	Владеет средствами и методами физического самосовершенствования.
Уровень 3	Владеет методами и средствами здоровьесберегающих технологий для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

УК-7.2: Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности.	
Знать:	
Уровень 1	Знает понятие, технологию, принципы, правила и методы планирования рабочего и свободного времени для систематических занятий физической культурой.
Уровень 2	Знает и понимает роль физической и умственной нагрузки для обеспечения работоспособности
Уровень 3	Знает требования к оптимальному сочетанию физической и умственной нагрузки и обеспечению работоспособности.
Уметь:	
Уровень 1	Умеет проводить сопоставительный анализ различных подходов к планированию задач личного развития с учетом сохранения физического и умственного здоровья.
Уровень 2	Умеет формировать здоровый образ жизни и эффективно использовать ресурс работоспособности.

Аннотация рабочей программы дисциплины "Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту. Баскетбол" по направлению подготовки (специальности) "Филология" направленности (профилю) Преподавание русского языка и литературы		стр. 3 из 3
Уровень 3	Умеет планировать свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки.	
Владеть:		
Уровень 1	Владеет навыками планирования рабочего и свободного времени.	
Уровень 2	Владеет методами сохранения физического и умственного здоровья для обеспечения работоспособности.	
Уровень 3	Владеет способностью к устойчивому обеспечению работоспособности на основании оптимального сочетания физической и умственной нагрузки.	

УК-7.3: Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности.		
Знать:		
Уровень 1	Знает основные нормы здорового образа жизни.	
Уровень 2	Знает влияние условий и характера труда работника на физическое состояние человека.	
Уровень 3	Знает особенности выбора содержания производственной физической культуры, направленного на повышение производительности труда и соблюдения норм здорового образа жизни.	
Уметь:		
Уровень 1	Умеет поддерживать достаточный для различных жизненных ситуаций уровень физической подготовленности.	
Уровень 2	Умеет поддерживать уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	
Уровень 3	Умеет выявлять проблемы в сфере сформированности физических качеств, использовать методы и средства физической культуры для повышения своих функциональных и двигательных возможностей в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности.	
Владеть:		
Уровень 1	Владеет методиками и методами самодиагностики и самооценки собственной физической подготовленности.	
Уровень 2	Владеет средствами оздоровления для самокоррекции здоровья различными формами двигательной деятельности.	
Уровень 3	Владеет средствами оздоровления для самокоррекции здоровья различными формами двигательной активности и пропаганды здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности.	

4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
Общая трудоемкость	0 ЗЕТ
Часов по учебному плану : 328 в том числе : аудиторные занятия : 300 самостоятельная работа : 28 :	Виды контроля в семестрах: зачеты 2, 3, 5, 6, 8