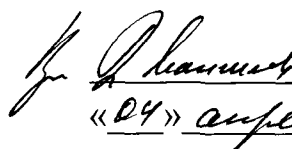


Религиозная организация –
духовная образовательная организация высшего образования
«Екатеринбургская духовная семинария Екатеринбургской Епархии
Русской Православной Церкви»

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе

 прот. П. И. Мангилев
«04» апреля 2017 г.

Аннотация рабочей программы дисциплины
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Закреплена за кафедрой: церковно-практических дисциплин

Направление подготовки: **«48.03.01 Теология»**

Профиль подготовки: **«Практическая теология Православия»**

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: очная

Автор-составитель: Фасхутдинова Людмила Владимировна

Цель и задачи освоения дисциплины

Цель дисциплины – сформировать физическую культуру личности.

Задачи дисциплины:

- 1) Понимать роль физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности пастыря;
- 2) Знать научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни;
- 3) Формировать мотивационно-ценностное отношение студентов к физической культуре, установку на здоровый образ жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребность в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- 4) Овладеть системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей и свойств личности, самоопределение в физической культуре;
- 5) Обеспечить общую и профессионально-прикладную физическую подготовленность, определяющую психофизическую готовность студентов к будущему служению;
- 6) Приобрести опыт творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей пастыря.

Распределение часов дисциплины по семестрам

Вид учебной работы	Всего часов	Контактная работа	Семестр	
			3	4
Аудиторные занятия (всего)	36	36	16	20
В том числе:				
Лекции	2	2	2	–
Практические, семинары	34	34	14	20
Самостоятельная работа (всего)	36		20	16
ИТОГО:	час.	72	36	36
	зач.ед.	2	1	1
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего)	36	36	16	20

Курс «Физическая культура» входит в Базовую часть Основной общеобразовательной программы бакалавриата. Теоретические занятия по физической культуре проходят в лекционной форме. Логически, содержательно и методически они связаны со всеми дисциплинами гуманитарного цикла, в особенности с философией, педагогикой, психологией.

Перед изучением дисциплины «Физическая культура» необходимо, чтобы студенты:

- *знали*: основные факты, процессы и явления развития и формирования человеческой личности;
- *умели*: проводить поиск информации в источниках разного типа; критически анализировать источник информации; анализировать информацию, представленную в разных знаковых системах (текст, карта, таблица, аудиовизуальный ряд); различать в информации факты и мнения целей образования, сформулированных в контекстах различных мировоззрений;
- *были готовы*: определять собственную позицию по отношению к явлениям, происходящим в разных сферах общественной жизни; использовать навыки здорового образа жизни при критическом восприятии получаемой извне социальной информации.

Указанные знания, умения и готовности студентов осваиваются за счет изучения базового школьного курса и дисциплин, изучаемых параллельно с физической культурой: «Педагогика», «Психология», «Нравственное богословие».

Данный курс является базисным для изучения таких дисциплин, как «История западных исповеданий», «Миссиология».

Дисциплина нацелена на формирование общекультурных компетенций (ОК–7), (ОК–8) профессиональных компетенций (ПК–6) выпускника. Содержание дисциплины способствует формированию гармонично развитой личности, готовой вести здоровый образ жизни, самостоятельно и эффективно заботиться о своем и своих близких психофизическом благополучии, действительно участвовать в общественной жизни и профессиональной деятельности.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать

- роль физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- о физической нагрузке и способах ее регулирования;
- о причинах возникновения травм во время занятий физическими упражнениями, профилактике травматизма;
- научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни;
- опыт творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь

- ориентироваться в основных направлениях развития физической культуры, спорта, туризма и здорового образа жизни;
- вести дневник самонаблюдения;
- выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации;
- подсчитывать частоту сердечных сокращений при выполнении физических упражнений с разной нагрузкой;

- выполнять игровые действия в футболе, баскетболе и волейболе, н. теннисе, играть по упрощенным правилам;
- оказывать доврачебную помощь при ссадинах, царапинах, легких ушибах и потертостях;
- демонстрировать уровень физической подготовленности соответствующий возрасту;
- формировать мотивационно-ценностное отношение к физической культуре, установку на здоровый образ жизни, физическое совершенствование и самовоспитание, потребность в регулярных занятиях спортом;
- анализировать физическую культуру и спорт как социокультурный феномен, как систему и процесс;
- уметь организовать и направить деятельность приходских образовательных учреждений в области туризма, экскурсий и паломнических поездок.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен владеть

- 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;
- основами современного научного знания в области физической культуры и здорового образа жизни;
- собственной позицией по отношению к явлениям, происходящим в разных сферах церковной и общественной жизни.

Преподавание дисциплины предусматривает следующие формы организации учебного процесса: лекции, практические занятия, тренировки, семинары, самостоятельная работа студента, консультации, тьюторство.

Программой дисциплины предусмотрены следующие виды контроля: текущий контроль успеваемости в форме внутрисеместровой аттестации (сдача нормативов общей и специальной физической подготовки) и промежуточная аттестация в форме зачета.

Программой дисциплины предусмотрены: лекционные (2 часа), практические (34 часов) занятия и 36 часов самостоятельной работы студента. Общая трудоемкость освоения дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 часа – базовой части и 328 часов (элективного курса) вариативной части учебного плана бакалавриата.