

Аннотация рабочей программы дисциплины
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»

основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы
специалитета по специальности 32.05.01 Медико-профилактическое дело,
утвержденной 24.05.2023 г.

Форма обучения: очная

Срок освоения ОПОП ВО: 6 лет

Кафедра: общая гигиена и физическая культура

1. Цель дисциплины: формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств и методов физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО: дисциплина относится к дисциплинам базовой части Блока 1 «Дисциплины (модули)» ФГОС ВО по специальности 32.05.01 Медико-профилактическое дело.

3. Требования к результатам освоения дисциплины:

В основе преподавания данной дисциплины лежат следующие виды профессиональной деятельности: профилактическая.

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование и развитие компетенций: готовностью к самостоятельной, индивидуальной работе, способностью к самосовершенствованию, саморегулированию, самореализации (ОК-8).

В результате изучения дисциплины студент должен

– **знать:**

- ✓ социальную роль физической культуры в развитии личности и подготовки ее к профессиональной деятельности;
- ✓ основы формирования двигательных действий в физической культуре; структуру подготовленности: техническая, физическая, тактическая, психическая подготовка;
- ✓ методы и средства физической культуры и спорта для организации самостоятельных занятий с целью повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья

– **уметь:**

- ✓ осуществлять самоконтроль за состоянием своего организма во время самостоятельных занятий;
- ✓ оценивать уровень развития основных физических качеств с помощью двигательных тестов;
- ✓ составлять комплексы физических упражнений для самостоятельной тренировки физических качеств и поддержания высокой работоспособности;
- ✓ использовать физкультурно-спортивную деятельность для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных и профессиональных целей;
- ✓ использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни

– **владеть:**

- ✓ методикой обучения различным двигательным навыкам, сочетая с профессионально-прикладной физической подготовкой, методам оценки физического, функционального, психоэмоционального и энергетического состояния организма и методам коррекции средствами физической культуры;
- ✓ приемами саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний при выполнении профессиональной деятельности;
- ✓ средствами самостоятельного, методически правильного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья, готовностью к достижению должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

4. Общая трудоемкость дисциплины: составляет 2 зачетные единицы (72 часа).

5. Семестр: 1,8.

6. Основные разделы дисциплины:

- | | | |
|-----------------------------|---|---|
| <i>Теоретический раздел</i> | – | теоретические основы физической культуры и здорового образа жизни |
| <i>Практический раздел</i> | – | методико-практические основы физической культуры и здорового образа жизни |
| <i>Контрольный раздел</i> | – | диагностика индивидуального физического развития и уровня физической подготовленности обучающегося. |

Зав. кафедрой общей гигиены и физической культуры, д.м.н., профессор

Старший преподаватель кафедры общей гигиены и физической культуры



А.Р. Кусова

Е.Ю. Ростиашвили