

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Попов Анатолий Николаевич  
Должность: директор  
Дата подписания: 02.02.2023 15:50:02  
Уникальный программный ключ:  
1e0c38dcc0aee73cee1e509c1e3073ku4976c8

## Аннотация рабочей программы дисциплины Б1.О.05 Физическая культура и спорт

Направление подготовки: 38.03.02 «Организация и управление в учреждениях здравоохранения»

Объем дисциплины: 4 ЗЕТ

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
Основной целью освоения дисциплины для студента является: достижение общей физической подготовленности, формирование физической культуры личности, т.е. потребности и способности методически обоснованно и целенаправленно использовать средства физической культуры для обеспечения профессиональной психофизической надежности, что позволит выпускнику успешно работать в избранной сфере деятельности, а также обладать универсальными и специализированными компетенциями, необходимыми для самоутверждения, социальной мобильности и устойчивости на рынке труда.
<b>Задачи данной дисциплины:</b> - укрепление здоровья, содействие нормальному физическому развитию; - обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам; развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей; - приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта; - воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья; - содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитию психических процессов и свойств личности.
При наличии обучающихся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья, которым необходим особый порядок освоения дисциплины (модуля), по их желанию разрабатывается адаптированная к ограничениям их здоровья рабочая программа дисциплины (модуля).

2. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
УК-7.1. Идентифицирует и анализирует социально-биологические и методические основы физического воспитания, здорового образа жизни, профессионально-прикладной физической подготовки	
<b>Знать:</b>	
<b>Уровень 1</b>	методики самооценки работоспособности, усталости, утомления и средства физической культуры для них направленной
<b>Уровень 2</b>	методику составления индивидуальных программ физического воспитания и занятий с профессиональной, оздоровительной, рекреационной направленностью
<b>Уровень 3</b>	специфические требования к прикладной подготовленности специалистов, присущие определенной профессии, с учетом специфики объекта труда, обобщенных трудовых функций, свойственных специалисту определенной квалификации
<b>Уметь:</b>	
<b>Уровень 1</b>	формировать и развивать навыки самодиагностики, самоанализу, коррекции; определять траекторию саморазвития и самообучения
<b>Уровень 2</b>	формировать систему практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности

<b>Уровень 3</b>	развивать на основе общефизической подготовки, знаний, умений и навыков психофизические качества необходимые для успешной профессиональной деятельности; методически обоснованно применять физические упражнения и другие средства для обеспечения профессиональной работоспособности и предупреждения профессиональных заболеваний и травматизма, профессионального творческого долголетия
<b>Владеть:</b>	
<b>Уровень 1</b>	методикой применения средств физической культуры и отдельных видов спорта для обеспечения психофизической надежности бакалавра и специалиста при выполнении профессиональных видов работ (ППФП)
<b>Уровень 2</b>	необходимыми психофизическими предпосылками для возможной внутри профессиональной и межпрофессиональной перемены труда в будущем
<b>Уровень 3</b>	этическими нормами и правилами принятыми в обществе и различных социальных группах
УК-7.2. Выбирает способы оценки и контроля уровня физического развития, физической и профессионально-прикладной подготовленности, показателей работоспособности и здоровья, с учетом физиологических особенностей организма	
<b>Знать:</b>	
<b>Уровень 1</b>	базовые способы оценки и контроля уровня физического развития, физической и профессионально-прикладной подготовленности, показателей работоспособности и здоровья, с учетом физиологических особенностей организма
<b>Уровень 2</b>	ключевые способы оценки и контроля уровня физического развития, физической и профессионально-прикладной подготовленности, показателей работоспособности и здоровья, с учетом физиологических особенностей организма
<b>Уровень 3</b>	основные способы оценки и контроля уровня физического развития, физической и профессионально-прикладной подготовленности, показателей работоспособности и здоровья, с учетом физиологических особенностей организма
<b>Уметь:</b>	
<b>Уровень 1</b>	формировать и развивать способы оценки и контроля уровня физического развития, физической и профессионально-прикладной подготовленности, показателей работоспособности и здоровья, с учетом физиологических особенностей организма
<b>Уровень 2</b>	формировать систему практических умений и навыков, обеспечивающих способы оценки и контроля уровня физического развития, физической и профессионально-прикладной подготовленности, показателей работоспособности и здоровья, с учетом физиологических особенностей организма
<b>Уровень 3</b>	развивать способы оценки и контроля уровня физического развития, физической и профессионально-прикладной подготовленности, показателей работоспособности и здоровья, с учетом физиологических особенностей организма
<b>Владеть:</b>	
<b>Уровень 1</b>	методикой применения способов оценки и контроля уровня физического развития, физической и профессионально-прикладной подготовленности, показателей работоспособности и здоровья, с учетом физиологических особенностей организма
<b>Уровень 2</b>	необходимыми психофизическими предпосылками для способов оценки и контроля уровня физического развития, физической и профессионально-прикладной подготовленности, показателей работоспособности и здоровья, с учетом физиологических особенностей организма
<b>Уровень 3</b>	этическими нормами и правилами оценки и контроля уровня физического развития, физической и профессионально-прикладной подготовленности, показателей работоспособности и здоровья, с учетом физиологических особенностей организма

УК-7.3. Соблюдает нормы здорового образа жизни, поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	
<b>Знать:</b>	
<b>Уровень 1</b>	базовые нормы здорового образа жизни, поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
<b>Уровень 2</b>	ключевые нормы здорового образа жизни, поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
<b>Уровень 3</b>	основные нормы здорового образа жизни, поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
<b>Уметь:</b>	
<b>Уровень 1</b>	формировать и развивать нормы здорового образа жизни, поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
<b>Уровень 2</b>	формировать нормы здорового образа жизни, поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
<b>Уровень 3</b>	анализировать нормы здорового образа жизни, поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
<b>Владеть:</b>	
<b>Уровень 1</b>	методикой применения норм здорового образа жизни, поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
<b>Уровень 2</b>	необходимыми психофизическими предпосылками для норм здорового образа жизни, поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
<b>Уровень 3</b>	этическими правилами норм здорового образа жизни, поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

##### Раздел 1. Теоретический раздел.

Тема 1. История физической культуры и спорта. История кафедры «Физическое воспитание» Вашего университета. (Л,Пр)

Тема 2. Организация учебного процесса по дисциплине «Физическая культура. (Л, Пр)

Тема 3. Ваш университет – территория здорового образа жизни». (Л, Пр)

Тема 4. Основные понятия, определения. (Л, Пр)

Тема 5. Современные представления о здоровом образе жизни. (Пр)

Тема 6. Социально-биологические основы физической культуры. (Пр)

##### Раздел II. Практический раздел.

Тема 7. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. (Пр)

Тема 8. Современные направления физической активности. (Пр)

Тема 9. Общая и специальная физическая подготовка (ОФП). (Пр)

Тема 10. Общая и специальная физическая подготовка (ОФП). (Пр,)

Тема 11. Общая и специальная физическая подготовка (ОФП). (Пр)

Самостоятельная работа

Зачет по дисциплине