

## АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

### ДЛЯ СТУДЕНТОВ ОЧНОЙ ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ СПЕЦИАЛЬНОСТИ 30.05.01 МЕДИЦИНСКАЯ БИОХИМИЯ

**Целью 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 её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- знание научно-биологических, педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- овладение 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 и спорте;
- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих **компетенций**:

Выпускник должен обладать следующими **общекультурными компетенциями**:

- способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК – 6);

А также профессиональными компетенциями:

- способностью к осуществлению комплекса мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья и включающих в себя формирование здорового образа жизни, предупреждение возникновения и (или) распространения заболеваний, их раннюю диагностику, выявление причин и условий их возникновения и развития, а также направленных на устранение вредного влияния на здоровье человека факторов среды его обитания (ПК-1).
- готовностью к обучению на индивидуальном и популяционном уровнях основным гигиеническим мероприятиям оздоровительного характера, навыкам самоконтроля основных физиологических показателей, способствующим сохранению и укреплению здоровья, профилактике заболеваний (ПК-7);
- готовностью к просветительской деятельности по устранению факторов риска и формированию навыков здорового образа жизни (ПК-8).

**Общая трудоёмкость дисциплины** составляет 72 часа

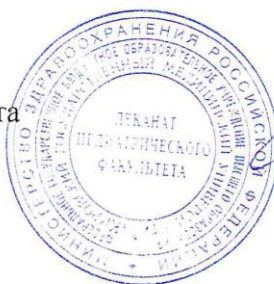
Вид учебной работы	Всего часов/зачетных единиц	Семестры										
		I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	
		часов	часов	часов	часов	часов	часов	часов	часов	часов	часов	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
<b>Аудиторные занятия (всего), в том числе:</b>	72/2											
Лекции (Л)	24	-	-	-	-	20	-	-	-	-	-	4
Практические занятия (ПЗ)	48					16						32
Семинары (С)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
Лабораторные работы (ЛР)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
<b>Самостоятельная работа студента (СРС):</b>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
Вид промежуточной аттестации	зачет (З)					3						3
<b>ИТОГО: Общая трудоемкость</b>	час.	<b>72 часа.</b>										
	ЗЕТ	<b>2</b>										

**Дисциплина включает следующие разделы:**

1. Физическая культура в профессиональной подготовке студентов и социокультурное развитие личности студента
2. Социально-биологические основы адаптации организма человека к физической и умственной деятельности, факторам среды обитания
3. Образ жизни и его отражение в профессиональной деятельности
4. Общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе
5. Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль в процессе занятий
6. Профессионально-прикладная физическая подготовка
7. Основы лечебной физической культуры.

**Составитель:** и.о. зав. каф. физической культуры В.А. Заболоцкий

Декан педиатрического факультета



М.П. Разин