

## Специальность «Лечебное дело»

### УЧЕБНАЯ ДИСЦИПЛИНА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Краткое содержание учебной дисциплины	Легкая атлетика. Гимнастика. Аэробика, танцевальная гимнастика. Атлетическая гимнастика. Спортивные игры. Профессионально-прикладная физическая подготовка.
Формируемые компетенции	УК. Использовать средства физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, профилактики заболеваний.
Результаты обучения	<p>Студент должен <b>знать</b>:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные понятия физической культуры;</li> <li>- технику безопасности при проведении занятий по физической культуре;</li> <li>- сущность и содержание физической культуры личности студента;</li> <li>- психофизиологические особенности своего организма;</li> <li>- критерии диагностики физического состояния;</li> <li>- основы методики самостоятельных занятий, контроля и самоконтроля при выполнении физических упражнений;</li> <li>- содержание физкультурно-оздоровительных программ;</li> <li>- классификацию физических упражнений и видов спорта.</li> </ul> <p><b>уметь</b>:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать средства физической культуры для развития и совершенствования физических качеств и двигательных способностей;</li> <li>- применять методические подходы к освоению физических упражнений в процессе самостоятельных занятий;</li> <li>- участвовать в спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятиях в период обучения и профессиональной деятельности;</li> <li>- контролировать и оценивать уровень физического здоровья и результатов физкультурно-спортивной деятельности.</li> </ul> <p><b>владеть</b>:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основным набором тренировочных средств по курсу общефизической подготовки, в том числе по профессионально-прикладной физической подготовке или одному из видов спортивного совершенствования;</li> <li>- навыками самостоятельного выполнения физических упражнений;</li> <li>- навыками самостоятельного проведения комплекса утренней гигиенической гимнастики, комплекса упражнений корригирующей гимнастики.</li> </ul>
Семестр(ы)	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10 семестры
Пререквизиты	Физическая культура (школьный курс)
Трудоемкость	-
Количество академических часов	500 академических часов, из них: 500 аудиторных часов;
Формы промежуточной аттестации	Зачет

