

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Куижева Саида Казбековна
Должность: Ректор
Дата подписания: 24.11.2022 18:10:52
Уникальный программный ключ:
71183e1134ef9cfa69b206d480271b3c1a975e6f

Аннотация
к рабочей программе
учебной дисциплины Б1.Б.44 «Физическая культура и спорт»
по специальности 31.05.03 Стоматология

Дисциплина учебного плана подготовки специалитет по направлению 35.05.03 Стоматология.

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

Задачами дисциплины являются:

- 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.

Основные блоки и темы дисциплины:

- Практический (основной), содействующий приобретению опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечивающих полноценную общую и профессионально-прикладную физическую подготовленность к будущей профессии и быту;
- Контрольный, определяющий объективный учет процесса и результатов учебной деятельности студентов.
- Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов;
- Социально-биологические основы физической культуры;
- Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья;
- Психо-физиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности;
- Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания;
- Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями;
- Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений. Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений;
- Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений;

- Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом;
- Профессионально- прикладная физическая подготовка студентов;
- Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра и магистра.

Учебная дисциплина «Физическая культура и спорт» входит в перечень дисциплин базовой части ОПОП.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен овладеть следующими общекультурными (ОК) компетенций (и или их элементами), предусмотренными ФГОС ВО:

способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-6).

В результате изучения дисциплины специалист должен:

Знать: социальную роль физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;

- принципы здорового образа жизни.
- ценности физической культуры и спорта;
- значение физической культуры в жизнедеятельности человека;
- культурное, историческое наследие в области физической культуры;
- факторы, определяющие здоровье человека, понятие здорового образа жизни и его составляющие;
- принципы и закономерности воспитания и совершенствования физических качеств;
- способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;
- методические основы физического воспитания;
- основы самосовершенствования физических качеств и свойств личности;
- требования к уровню его психофизической подготовки к конкретной профессиональной деятельности;

влияние условий и характера труда специалиста на выбор содержания производственной физической культуры, направленного на повышение производительности труда.

Уметь: разбираться в вопросах физической культуры, применяемой в целях профилактики и лечения;

- применять методы физической культуры для улучшения здоровья, работоспособности и хорошего самочувствия;
- работать самостоятельно и в коллективе, руководить людьми и подчиняться;
- обладать способностью к организации жизни в соответствии с социально-значимыми представлениями о здоровом образе жизни;
- самостоятельно применять методы и средства познания, обучения и самоконтроля, выстраивать и реализовывать перспективные линии физического, интеллектуального, культурного, нравственного, духовного и профессионального саморазвития и самосовершенствования;
- оценить современное состояние физической культуры и спорта в мире;
- придерживаться здорового образа жизни;
- самостоятельно поддерживать и развивать основные физические качества в процессе занятий физическими упражнениями; осуществлять подбор необходимых прикладных физических упражнений для адаптации организма к различным условиям труда.

Владеть:

-навыками ведения здорового образа жизни, участвовать в занятиях физической культурой;

- владеть средствами самостоятельного, методически правильного

использования методов физического воспитания и укрепления здоровья различными современными понятиями в области физической культуры;

- методиками и методами самодиагностики, самооценки, средствами оздоровления для самокоррекции здоровья различными формами двигательной деятельности, удовлетворяющими потребности человека в рациональном использовании свободного времени;

- методами самостоятельного выбора вида спорта или системы физических упражнений для укрепления здоровья;

- здоровьесберегающими технологиями;

- средствами и методами воспитания прикладных физических (выносливость, быстрота, сила, гибкость и ловкость) и психических (смелость, решительность, настойчивость, самообладание, и т.п.) качеств, необходимых для успешного и эффективного выполнения определенных трудовых действий;

- методами физического самосовершенствования и самовоспитания.

Дисциплина «Физическая культура и спорт» изучается посредством лекционных и практических занятий, самостоятельной работы (для ЗФО), выполнением тестов и завершается зачётом.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 72 часа, 2 зачётные единицы.

Вид промежуточной аттестации: зачет, зачет.

Разработчик:

канд. пед. наук

Заведующий выпускающей кафедры



Козлов Р.С.

Светлана Мохамед