

Электронная цифровая подпись



Утверждено "25" мая 2023 г.
Протокол № 5

председатель Ученого Совета
Прохоренко И.О.
ученый секретарь Ученого Совета
Бунькова Е.Б.

**АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ
ДИСЦИПЛИНЫ
«Физическая культура»**

**Блок 1
Обязательная часть**

Специальность 33.05.01 Фармация
(уровень специалитета)
Направленность: Фармация
Квалификация (степень) выпускника: Провизор
Форма обучения: очная

Срок обучения: 5 лет

Аннотация рабочей программы дисциплины «Физическая культура»

Цель дисциплины: овладение знаниями: - в области социальной значимости физической культуры в развитии личности и подготовки к профессиональной деятельности; - принципов здорового образа жизни;- особенностей спортивной тренировки и методик физического воспитания для формирования гармонично развитой личности методами физической культуры.

Задачи дисциплины:1).Приобретение студентами знаний основных определений и понятий в области спортивной и физкультурной деятельности, научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;2). Формирование опыта физкультурной и спортивной деятельности направленной на собственное физическое совершенствование и самовоспитание, на улучшение здоровья, повышение работоспособности и хорошего самочувствия; 3).Формирование у обучающихся мотивации к регулярным занятиям физической культурой и понимания ими необходимости активного и здорового образа жизни, как неотъемлемой части поведения работника здравоохранения и нормы общественной гигиены; 4).Укрепление здоровья обучающихся в период прохождения ими обучения, предоставление им возможности повышать и поддерживать физическую форму и высокий уровень эмоционального благополучия. Обучение студентов важнейшим методам: 5).Применения статистического анализа позволяющего оценить физическое развитие населения и использовать полученные знания при анализе здоровья граждан; 6).Оценки соответствия физического развития человека параметрам, считающимся нормальными для его возрастно-половой группы, а также динамики изменения этих параметров и факторов её определяющих; 7).Определения и анализа антропометрических и физиологических параметров для оценки физического развития.

Место дисциплины в структуре ОПОП ВО: дисциплина «Физическая культура» относится к обязательной части в структуре ОПОП ВО, является логическим продолжением обязательного физического воспитания, предусмотренного программой средней общеобразовательной школы.

Содержание дисциплины: физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря. История развития физической культуры и первых соревнований. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.

Общая трудоемкость освоения дисциплины составляет 2 зачетные единицы

Объём дисциплины (модуля) по видам учебных занятий (в часах) для очной формы обучения

Объём дисциплины	Всего часов	5сем.	7сем.
Общая трудоемкость дисциплины	72	36	36
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего) (аудиторная работа):	72	36	36
Лекции (всего)	-	-	-
Практические занятия (всего)	72	36	36
Самостоятельная работа обучающихся	-	-	-

Вид промежуточной аттестации обучающегося (зачёт)	+	+	+
---	---	---	---

В результате освоения ОПОП обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине (модулю) «Физическая культура и спорт»:

Код компетенции	Содержание компетенции
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Знать	методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Уметь	использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Владеть	способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
УК-7.1	Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма
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
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
Владеть	навыками ведения здорового образа жизни, участвовать в занятиях физической культурой; владеть средствами самостоятельного, методически правильного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья
УК-7.2	Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности
Знать	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
Уметь	самостоятельно применять методы и средства познания, обучения и самоконтроля, выстраивать и реализовывать перспективные линии физического, интеллектуального, культурного, нравственного, духовного и профессионального саморазвития и самосовершенствования
Владеть	различными современными понятиями в области физической культуры
УК-7.3	Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных

	ситуациях и в профессиональной деятельности
Знать	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	обладать способностью к социальному взаимодействию на основе принятых моральных и правовых норм, демонстрируя уважение к людям, толерантность к другой культуре, готовность к поддержанию партнерских отношений; 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	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

Формы проведения аудиторных занятий практические занятия

Формы проведения самостоятельной работы: подготовка к занятиям (ПЗ); подготовка к текущему контролю (ПТК); Реферат (Реф), Работа с учебной литературой, подготовка к сдаче нормативов

Формы промежуточной аттестации:

Рабочие программы дисциплин	Формы:	Сроки проведения:
Обязательная часть		
Физическая культура и спорт	зачет	7

В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции (УК-7): Универсальные

УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности