

Специальность «Медико-профилактическое дело»
УЧЕБНАЯ ДИСЦИПЛИНА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

<p>Краткое содержание учебной дисциплины</p>	<p>Физическая культура как учебная дисциплина в системе образования Республики Беларусь. Основы здорового образа жизни. Классификация физических упражнений. Легкая атлетика. Спортивные игры. Волейбол. Баскетбол. Гимнастика. Общая физическая подготовка. Профессионально-прикладная физическая подготовка.</p>
<p>Формируемые компетенции</p>	<p>УК. Использовать средства и методы физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, профилактики заболеваний.</p>
<p>Результаты обучения</p>	<p>Студент должен знать: основные понятия физической культуры; технику безопасности при проведении занятий по физической культуре; сущность и содержание физической культуры личности студента; психофизиологические особенности своего организма; критерии диагностики физического состояния; основы методики самостоятельных занятий, контроля и самоконтроля при выполнении физических упражнений; содержание физкультурно-оздоровительных программ; классификацию физических упражнений и видов спорта.</p> <p>уметь: использовать средства физической культуры для развития и совершенствования физических качеств и двигательных способностей; применять методические подходы к освоению физических упражнений в процессе самостоятельных занятий; участвовать в спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятиях в период обучения и профессиональной деятельности; контролировать и оценивать уровень физического здоровья и результатов физкультурно-спортивной</p>

	<p>деятельности.</p> <p>владеть:</p> <p>основным набором тренировочных средств по курсу общефизической подготовки, в том числе по профессионально-прикладной физической подготовке или одному из видов спортивного совершенствования;</p> <p>навыками самостоятельного выполнения физических упражнений;</p> <p>навыками самостоятельного проведения комплекса утренней гигиенической гимнастики, комплекса упражнений корригирующей гимнастики.</p>
Семестр(ы)	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10 семестры
Пререквизиты	
Трудоемкость	
Количество академических часов	516 академических часов, из них 516 аудиторных часов
Формы промежуточной аттестации	Зачет