

АННОТАЦИЯ

рабочей программы дисциплины «Физическая культура и спорт»

Направление подготовки	32.05.01 Медико-профилактическое дело
Количество зачетных единиц	В соответствии с РУП
Форма промежуточной аттестации (зачет/зачёт с оценкой/экзамен)	В соответствии с РУП

Рабочая программа учебной дисциплины «Физическая культура и спорт» в соответствии с требованиями специальности 35.05.01 Медико-профилактическое дело

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

2. Краткое содержание дисциплины:

1. Раздел Физическая культура как социальное явление, структура и содержание
2. Раздел Спорт и его разновидности.
3. Раздел Характеристика физических качеств, методика их развития и совершенствования.
4. Раздел Индивидуальный выбор видов спорта, систем физической подготовки.
5. Раздел Основы здорового образа жизни студентов и основы рационального питания
6. Раздел Травматизм при занятиях физической подготовкой и спортом, меры предупреждения и оказание первой медицинской помощи.
7. Раздел История олимпийских игр.
8. Раздел История развития физической культуры в древней Руси и в России.
9. Раздел Адаптивная физическая культура.
10. Раздел Паралимпийские игры и спорт инвалидов
11. Раздел Лечебная физическая культура как средство профилактики и реабилитации при различных заболеваниях
12. Раздел Индивидуальный выбор видов спорта или систем физической подготовки.
13. Раздел Мотивация и основы методики самостоятельных занятий физической подготовкой и спортом студенческой молодежи.
14. Раздел Допинги в спорте и в жизни.
15. Раздел Профессионально-прикладная физическая культура