

АННОТАЦИЯ
рабочей программы дисциплины
Физическая культура и спорт

Направление подготовки	31.05.01 Лечебное дело
Количество зачетных единиц	В соответствии с РУП
Форма промежуточной аттестации (зачет/зачёт с оценкой/экзамен)	В соответствии с РУП

1. Цель изучения 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

Дисциплина состоит из 2-х блоков:

1 блок: Физическая культура как социальное явление, структура и содержание.

Спорт и его разновидности.

Характеристика физических качеств, методика их развития и совершенствования.

Индивидуальный выбор видов спорта, систем физической подготовки.

Основы здорового образа жизни студентов и основы рационального питания.

Травматизм при занятиях физической подготовкой и спортом, меры предупреждения и оказание первой медицинской помощи.

История олимпийских игр.

2 блок:

История развития физической культуры в древней Руси и в России.

Адаптивная физическая культура.

Паралимпийские игры и спорт инвалидов

Лечебная физическая культура как средство профилактики и реабилитации при различных заболеваниях

Мотивация и основы методики самостоятельных занятий физической подготовкой и спортом студенческой молодежи.

Допинги в спорте и в жизни.

Экстремальные виды спорта

Профессионально-прикладная физическая культура