



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
НЕКВАЛИФИРОВАННОЙ  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ИНФОРМАЦИЯ О СЕРТИФИКАТЕ

S/N: 23D1633212

Владелец: Кулешин Максим Георгиевич

Должность: И.о. ректора

E-mail: kuleshin.mg@sspi.ru

Организация: ГБОУ ВО ССПИ

Дата подписания: 19.05.2023

Действителен: с 04.05.2023 до 04.05.2026

**АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**Методика оздоровительной физической культуры**

(наименование учебной дисциплины)

**Блок: вариативный (Б1.В)**

**1. Цель и задачи дисциплины**

Цель: Обеспечение готовности студентов к применению основных методов оздоровительной физической культуры для сохранения и укрепления здоровья обучающихся, формирование у них потребности в физическом совершенствовании и здоровом образе жизни.

Задачи дисциплины:

1. Обеспечение понимания роли оздоровительной физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
2. Формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями;
3. Овладение системой специальных знаний, практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, коррекцию имеющихся отклонений в состоянии здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, формирование профессионально значимых качеств и свойств личности;
4. Способствование адаптации организма к воздействию умственных и физических нагрузок, а также расширению функциональных возможностей физиологических систем, повышению сопротивляемости защитных сил организма;
5. Овладение методикой формирования и выполнения комплекса упражнений оздоровительной направленности для самостоятельных занятий, способами самоконтроля при выполнении физических нагрузок различного характера, правилами личной гигиены, рационального режима труда и отдыха.

**2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО**

Дисциплина "Методика оздоровительной физической культуры" входит в , код: Б1.В.ДВ.04.

**3. Требования к результатам освоения содержания дисциплины**

Изучение дисциплины "Методика оздоровительной физической культуры" направлено на формирование у обучающихся индикаторов установленных компетенций:

**ПК-5 Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности**

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

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

**УК-8 Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов**

#### **4. Структура дисциплины**

##### **Общая трудоемкость дисциплины.**

3 зачетные (-ых) единиц (-ы) (108 ч.), включая промежуточную аттестацию.

##### **Формы контроля.**

Экзамен

##### **Содержание дисциплины.**