

Аннотации рабочих программ дисциплин
по направлению подготовки 34.03.01 - Сестринское дело

Б1. Б - Базовая часть

Б1.Б.25 Физическая культура и спорт	
Цель изучения дисциплины	Формирование гармонично развитого, физически здорового выпускника. Формирование у обучающихся здорового образа жизни.
Место дисциплины в учебном плане	Дисциплина является обязательной на протяжении всего периода обучения
Формируемые компетенции	УК-6; УК-7
Знания, умения и навыки, получаемые в результате освоения дисциплины	<p>Обучающийся должен знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • определения телосложения и физической подготовленности, методы, обеспечивающие достижение практических результатов, воспитание морально-волевых и нравственных черт личности (решительности, целеустремленности, настойчивости); • методику составления и выполнения комплексов общеразвивающих упражнений для проведения подготовительной части занятия <p>Обучающийся должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • оценить физическое состояние человека, развивать силы, силовую выносливость с использованием различных видов отягощений, ловкость, гибкость, скорость; • использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей. <p>Обучающийся должен владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> • основными правилами техники безопасности при выполнении физических упражнений; • техниками развития силы, скорости, выносливости, ловкости, гибкости; • правилами подвижных игр, общеразвивающих упражнений.
Содержание дисциплины	<ol style="list-style-type: none"> 1. Оценка физического состояния 2. Понятие о физическом качестве гибкости 3. Понятие о физическом качестве силы 4. Понятие о физическом качестве быстроты 5. Понятие о физическом качестве быстроты 6. Понятие о физическом качестве выносливости 7. Понятие о координационной способности 8. Составление комплекса упражнений, направленных на развитие физических качеств 9. Составление комплекса упражнений корригирующей гимнастики 10. Составление комплекса общеразвивающих упражнений 11. Вид спорта по выбору 12. Общеразвивающие упражнения и элементы видов спорта 13. Тренажерные устройства и приспособления 14. Элементы спортивных игр, подвижные игры

	<p>15. Различные виды отягощений</p> <p>16. Элементы спортивных танцев и танцевально-ритмических движений</p> <p>17. Практически необходимые и жизненно важные упражнения для формирования профессиональных навыков</p> <p>18. Упражнения аэробной направленности</p> <p>19. Упражнения силовой направленности</p> <p>20. Упражнения скоростно-силовой направленности</p> <p>21. Развитие координационных способностей</p> <p>22. Профессинально-прикладная физическая подготовка</p> <p>23. Выполнение контрольных нормативов</p>
Виды учебной работы	Практические занятия, самостоятельная работа обучающихся
Используемые информационные, инструментальные и программные средства	Использование мультимедийного комплекса в сочетании с лекциями. Удельный вес занятий, проводимых в интерактивных формах, составляет не менее 30 % от аудиторных занятий
Форма текущего контроля успеваемости обучающихся	Сдача норм ГТО
Форма промежуточной аттестации	Зачет