**Основы оздоровительной физической культуры»**

|  |  |
| --- | --- |
| Место дисциплины в структурной схеме образовательной программы | Образовательная программа I ступень высшего образования 1-88 02 01 «Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям)»Компонент учреждения высшего образования  |
| Краткое содержание | Сущность и структура оздоровительной физической культуры. Средства, методы, виды и формы оздоровительной физической культуры. Особенности психофизического состояния лиц, не занимающихся и занимающихся физическими упражнениями. Оздоровительные системы на службе здорового образа жизни. Основы построения оздоровительной тренировки. Организационно-управленческие аспекты оздоровительной физической культуры. Сущность и структура производственной физической культуры. Профилактика травм и доврачебная помощь |
| Формируемые компетенции, результаты обучения | Специализированная компетенция: применять на практике полученные знания для самостоятельной разработки комплексных программ оздоровительной направленности для различных групп населения |
| Пререквизиты | Анатомия. Физиология. Теория и методика физического воспитания. |
| Трудоемкость | 182 академических часов (94 аудиторных, 88 – самостоятельная работа) |
| Семестр(ы), требования и формы текущей и промежуточной аттестации | 6 семестр: рефераты, опрос 7 – зачет |