

Аннотация рабочей программы

по элективной дисциплине

ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ И ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Направление подготовки: 11.03.02 – Инфокоммуникационные технологии и системы связи

Профиль подготовки: Сети связи и системы коммутации

Классификация (степень) выпускника: Бакалавр. Заочная форма обучения.

Дисциплина «Оздоровительная и лечебная физическая культура», обеспечивающая специальные условия инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья, реализуется в рамках элективных дисциплин в объеме 328 академических часов. По дисциплине предусмотрен зачет (в 4 и 6 семестрах).

Цели и задачи освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины «Оздоровительная и лечебная физическая культура» состоит в формировании у студентов-бакалавров способности использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Задачи освоения дисциплины:

1. Сохранение и укрепление здоровья студентов, содействие правильному формированию и всестороннему развитию организма, поддержание высокой работоспособности на протяжении всего периода обучения.
2. Понимание социальной значимости физической культуры и ее роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности.
3. Знание научно-биологических, педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни.
4. Формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание, привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом.
5. Овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте.
6. Приобретение навыков здорового образа жизни, требованиям охраны труда.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующей общекультурной (ОК) компетенции в соответствии с ФГОС ВО по данному направлению:

- способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8).

Основные разделы дисциплины

1. Практический раздел

1.1. Оздоровительная и лечебная физическая культура