

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Санкт-Петербургский государственный химико-фармацевтический университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации

Аннотация рабочей программы дисциплины

Б1.О.03 Физическая культура и спорт

Специальность:	33.05.01 Фармация
Специализация:	Подготовка национальных фармацевтических кадров для зарубежных стран
Форма обучения:	очная

Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Компетенции, индикаторы и результаты обучения

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

УК-7.1 Выбирает здоровье сберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма

Знать:

УК-7.1/Зн1 Знать значение физической культуры и спорта в различных сферах жизни.

УК-7.1/Зн2 Иметь представление о здоровом образе жизни и его составляющих.

УК-7.1/Зн3 Знать формы и содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями и методы самоконтроля.

УК-7.1/Зн4 Иметь представление о профилактике профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры

УК-7.1/Зн5 Знать здоровье сберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни.

Уметь:

УК-7.1/Ум1 Уметь применять средства физической культуры для улучшения здоровья, работоспособности и хорошего самочувствия.

УК-7.2 Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности

Знать:

УК-7.2/Зн1 Знать основы планирования индивидуальной двигательной активности

Уметь:

УК-7.2/Ум1 Уметь использовать средства физической культуры для оптимизации работоспособности.

УК-7.3 Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности

Знать:

УК-7.3/Зн1 Знать составляющие здорового образа жизни и профилактику профессиональных заболеваний и травматизма

Уметь:

УК-7.3/Ум1 Уметь применять физические упражнения разной функциональной направленности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности.

Место дисциплины в структуре ОП

Дисциплина (модуль) Б1.О.03 «Физическая культура и спорт» относится к обязательной части образовательной программы и изучается в семестре(ах): 1.

Последующие дисциплины (практики) по связям компетенций:

Б3.01(Г) Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена;

Б1.В.ДВ.05.01 Элективная физическая культура и спорт: общая физическая подготовка;

Б1.В.ДВ.05.02 Элективная физическая культура и спорт: оздоровительная физкультура; В процессе изучения дисциплины студент готовится к видам профессиональной деятельности и решению профессиональных задач, предусмотренных ФГОС ВО и образовательной программой.

2. Содержание разделов, тем дисциплин

Раздел 1. Методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Тема 1.1. Методы и средства физической культуры

Значение физической культуры и спорта в различных сферах жизни Социально-биологические основы физической культуры Здоровый образ жизни и его составляющие. Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями, методы самоконтроля и определения уровня физической подготовленности. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры. Средства физической культуры, используемые для регулирования и оптимизации работоспособности. Индивидуальная двигательная активность.

Объем дисциплины и виды учебной работы

Период обучения	трудоемк	трудоемк	работы	теоретич	практич	интерактив	напарно	работы	точная аттестация
Первый семестр	72	2	36	2	2	16	16	36	Зачет
Всего	72	2	36	2	2	16	16	36	

Разработчик(и)

Центр физической культуры и здоровья, старший преподаватель Харитонов Н. Ю.