**АННОТАЦИЯ**

**РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»**

**Основная образовательная программа высшего образования**

**Специальность: 31.05.01 Лечебное дело**

**(уровень специалитета)**

1. Общая трудоемкость (2 З.Е., 72 часа)
2. Цель дисциплины: получение базовых знаний, умений и навыков в использовании многообразных средств физической культуры для поддержания своего здоровья.
3. Задачи дисциплины:
* понимание роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
* познание научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
* формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре;
* овладение системой теоретических и практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и свойств личности;
* приобретение практического опыта для использования полноценного функционирования в обществе.
1. Основные модули дисциплины:

Модуль 1. Физическая культура и ее социально-биологические основы.

Модуль 2. Здоровый образ жизни.

Модуль 3. Основы спортивной тренировки.

Модуль 4. Самоконтроль.

Результаты освоения дисциплины:

Знать: теоретические основы физической культуры и спорта и здорового образа жизни.

Уметь:

– корректно применять знания о физической культуре и ЗОЖ в повседневной жизни;

– обобщать, критически анализировать способы занятий физическими упражнениям

Иметь навык (опыт деятельности): овладения системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и свойств личности.

1. Перечень компетенций, вклад в формирование которых осуществляет дисциплина: УК-7.
2. Виды учебной работы: лекции, практические (семинарские) занятия.
3. Промежуточная аттестация по дисциплине: *зачет в IV семестре.*