

АННОТАЦИЯ
рабочей программы по дисциплине
ОСНОВЫ ЗДОРОВЬЯ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ
основной образовательной программы
по направлению подготовки высшего образования
49.03.01 Физическая культура

Профиль ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ
квалификация (степень) – бакалавр
форма обучения – очная

Образовательная программа учебной дисциплины «Основы здоровья и ЗОЖ» составлена в соответствии с учебным планом подготовки академических бакалавров по направлению подготовки 49.03.01 – «Физическая культура» в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования и положениями Университета.

Целью изучения дисциплины является:

Освоение студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области основ здоровья и ЗОЖ и реализация их в своей профессиональной деятельности.

Задачи изучения дисциплины:

- повышение профессиональной подготовленности специалистов в области физической культуры и спорта на основе получения совокупности знаний о здоровье человека, путях его обеспечения, формирования и сохранения в конкретных условиях жизнедеятельности
- расширить кругозор и получить представление об актуальных проблемах, возможных путях их решения и/или тенденциях в исследуемой области.
- ознакомление с научными и аналитическими статьями, публикуемыми в специализированных периодических изданиях.

Требования к результатам освоения дисциплины. В результате изучения дисциплины бакалавр будет:

знать: взаимосвязи физического, психического и социального здоровья человека общества; о биологической природе и целостности организма человека.

уметь: соблюдать принципы здорового образа жизни в современных условиях жизнедеятельности.

владеть: навыками для сохранения и укрепления здоровья.

Учебно-методический комплекс дисциплины предназначен для студентов очного и заочного обучения по направлению 49.03.01 «Физическая культура» (академический бакалавриат) с направленностью/профилем программы «Физкультурно-спортивная деятельность», как программный материал к курсу «Основы здоровья и ЗОЖ».

Учебно-методический комплекс содержит рабочую программу, где представлены: перечень разделов и тем, распределение их по часам и семестрам, краткое содержание курса, включая лекционные и практические занятия, учебно-методическое обеспечение разделов современных проблем науки и образования. Отдельно представлены: вопросы для контроля знаний, перечень вопросов для подготовки к зачету/экзамену.