

Аннотация к дисциплине

Название дисциплины	Оздоровительная физическая культура
Направление (специальность) подготовки	15.03.05 - Конструкторско-технологическое обеспечение машиностроительных производств
Направленность (профиль/программа/специализация)	Технология машиностроения
Место дисциплины	Блок 1. Дисциплины (модули). Часть, формируемая участниками образовательных отношений. Дисциплины по выбору. Физическая культура и спорт, элективная дисциплина (модуль)
Трудоемкость (з.е. / часы)	328 часов
Цель изучения дисциплины	Цель – формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и к будущей жизни и профессиональной деятельности. Готовности к выполнению нормативов и требований Всероссийского физкультурноспортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).
Компетенции, формируемые в результате освоения дисциплины	УК-7.2. Уметь: применять средства и методы физического воспитания при организации самостоятельных занятий для сохранения и укрепления здоровья, регулирования физической работоспособности, активного отдыха. УК-7.3. Владеть: основами правильной техники жизненно важных двигательных умений и навыков; навыками самостоятельного воспитания двигательных способностей; навыками самоконтроля.
Содержание дисциплины (основные разделы и темы)	- Общие основы ЛФК. - ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой и дыхательной системы ЛФК при заболеваниях органов пищеварения. - ЛФК при заболеваниях, деформациях и травмах опорно-двигательного аппарата и суставов. - ЛФК при заболеваниях и повреждениях нервной системы. - ЛФК при заболеваниях органов зрения. - ЛФК при заболеваниях мочевыводящей системы, нарушениях обмена веществ. - Развитие ловкости и скорости. - Развитие силы. - Развитие гибкости. - Развитие силовой выносливости. - Развитие координации и гибкости. - Развитие ловкости. - Развитие координации и равновесия. - Развитие скорости и координации.
Форма промежуточной аттестации	Зачет / Зачет / Зачет / Зачет / Зачет /