

Название дисциплины		Лечебная физическая культура					
Номер		Академический год			семестр		3
Кафедра		92	Программа		38.03.01 «Экономика», профиль «Экономика предприятий (организаций)»		
Составитель		Наводкин Олег Васильевич, старший преподаватель					
Цели и задачи дисциплины, основные темы		<p>Цели: Целью физического воспитания студентов является 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.</p> <p>Задачи заключаются в формировании у студентов: понимания социальной значимости физической культуры и ее роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности; знание научно- биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни; формирование мотивационно- ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом; овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психического благополучия, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте; приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально- прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту; создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.</p> <p>Знать: знать влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; правила и способы планирования занятий различной целевой направленности;</p> <p>Уметь: выполнять комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физкультуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнений атлетической гимнастики; осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий (спортивные игры, подвижные игры, эстафеты) физической культуры; преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения (легкая атлетика, плавание);</p> <p>Владеть: системой практических умений навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья.</p> <p>Практические занятия: обучение правильному дыханию, упражнения для восстановления дыхания при физических нагрузках.</p>					
Основная литература		<p>1.Третьякова Н.В. Теория и методика оздоровительной физической культуры [Электронный ресурс] : учебное пособие / Н.В. Третьякова, Т.В. Андрюхина, Е.В. Кетриш. — Электрон. текстовые данные. — М. : Издательство «Спорт», 2016. — 280 с. — 978-5-906839-23-7. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/55566.htm</p> <p>2. Теория и организация адаптивной физической культуры: Учебник/ Под ред. Проф. С.П. Евсеева: Советский спорт, 2005.</p> <p>3.Ростомашвили Л.Н. Адаптивная физическая культура в работе с лицами со сложными (комплексными) нарушениями развития [Электронный ресурс] : учебное пособие / Л.Н. Ростомашвили. — Электрон. текстовые данные. — М. : Советский спорт, 2015. — 164 с. — 978-5-9718-0776-6. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/40847.html</p>					
Технические средства		Стандартное оборудование, спортивные залы, стадион.					
Компетенции		Приобретаются студентами при освоении модуля					
Общекультурные		ОК-8 способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности					
Зачетных единиц	0	Форма проведения занятий	Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа	
		Всего часов 328	-	2	-	326	
Виды контроля	Диф.зач /зач/ экз	КП/КР	Условие зачета дисциплины	Получение оценки «зачтено»		Форма проведения самостоятельной работы	Подготовка к практическим занятиям, выполнение самостоятельной работы, подготовка к зачету
формы	Зачет	нет					

*Перечень дисциплин, знание которых необходимо
для изучения дисциплины*

«Психология»