

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:

ФИО: Худин Александр Николаевич

Должность: Ректор

Дата подписания: 13.03.2018 10:03:36

Уникальный программный ключ:

08303ad8de1c60b987361de7085acb509ac3da1431413321af0ee37e73fa19

## МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

"Курский государственный университет"

Кафедра медико-биологических дисциплин

УТВЕРЖДЕНО

протокол заседания

Ученого совета от 24.04.2017 г., №10

### Рабочая программа дисциплины

### Физкультурно-оздоровительные технологии

Направление подготовки: 49.04.01 Физическая культура

Профиль подготовки: Современные теории и технологии физической культуры и спорта

Квалификация: магистр

Факультет физической культуры и спорта

Форма обучения: очная

Общая трудоемкость 2 ЗЕТ

Виды контроля в семестрах:

зачет(ы) 3

#### Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	3 (2.1)		Итого	
	Неделя			
Неделя	18			
Вид занятий	уп	рпд	уп	рпд
Практические	36	36	36	36
В том числе инт.	12	12	12	12
Итого ауд.	36	36	36	36
Контактная	36	36	36	36
Сам. работа	36	36	36	36
Итого	72	72	72	72

### 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1	формирование теоретической и практической профессиональной подготовки в области оздоровительной физической культуры, ознакомление с основными методиками оздоровления и технологиями их применения, а также формирование умений и навыков, которые позволят обучающимся, опираясь на полученные знания, использовать конкретные методики как для собственного физического развития, так и для осуществления своих профессиональных задач.
-----	---

### 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП

Цикл (раздел) ООП:	Б1.В.ДВ.2
--------------------	-----------

### 3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

#### ДПК-1: Способность применять знания современной биологии и медицины в тренерской деятельности

**Знать:**

методики развития и совершенствования физических способностей при использовании тех или иных видов физкультурно-оздоровительной деятельности с целью коррекции и компенсации имеющихся функциональных нарушений, профилактики конкретных заболеваний

показания и противопоказания для использования тех или иных физических упражнений в занятиях с людьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья

**Уметь:**

аргументировать применение той или иной оздоровительной методики в соответствии с механизмом её воздействия на организм человека

составлять развернутую оздоровительную программу профилактических и оздоровительных мероприятий с учетом индивидуальных особенностей занимающихся, показаний и противопоказаний к применению данных методик

использовать методы физического воспитания и самовоспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья

**Владеть:**

методами повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья

методикой применения средств физической культуры в соответствии с двигательными возможностями занимающихся

#### ОПК-5: способностью применять современные и инновационные научно-исследовательские технологии в ходе решения исследовательских задач, в том числе из смежных областей науки

**Знать:**

Теоретико-методические основы физкультурно-оздоровительных технологий

**Уметь:**

формулировать задачи, подбирать соответствующие оздоровительные технологии для решения поставленных задач

**Владеть:**

современными информационными технологиями для проведения тестирования различных показателей (физического развития, двигательной активности, адекватности питания и т.д.), разработки программ, составления паспортов здоровья, оповещения и пропаганды ЗОЖ