Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Ледович Татьяна Сергеевна
Должность: ректор
Дата подписания: 16.10.2023 15:14:29
Уникальный программный ключ:
5bc4499c8c52d1513eb28ea155cce32285775eeb

ЧАСТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ "ИНСТИТУТ ДРУЖБЫ НАРОДОВ КАВКАЗА"

УТВЕРЖДАЮ
ректор

_____

_____

Физическая культура

рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой	**Кафедра Общенаучных дисциплин**
Учебный план	42.03.02_Журналистика_год набора 2023_ОФО.plx 42.03.02 Журналистика
Квалификация	**Бакалавр**
Форма обучения	**очная**
Программу составил(и):	

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	**1 (1.1)**		Итого	
Недель	19			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП
Лекции	18	18	18	18
Практические	18	18	18	18
Практика	0,2		0,2	
Итого ауд.	36	36	36	36
Контактная работа	36,2	36,2	36,2	36,2
Сам. работа	35,8	35,8	35,8	35,8
Итого	72	72	72	72

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	
1.1	Целями учебной дисциплины является формирование у обучающихся:
1.2	- формирование универсальной компетенции, заключающейся в способности поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7);
1.3	- формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к профессиональной деятельности будущего бакалавра;
1.4	- формирование социальной значимости физической культуры у студентов и ее роль в развитии личности, сохранении и укреплении здоровья;
1.5	- обучение практическим навыкам использования средств оздоровительной физической культуры для укрепления и восстановления здоровья студентов.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП	
Цикл (раздел) ООП:	Б1.О
2.1	**Требования к предварительной подготовке обучающегося:**
2.1.1	Знания полученные на предыдущем уровне образования в предметной области "Физическая культура"
2.2	**Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:**
2.2.1	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
УК-7.1: Соблюдает нормы здорового образа жизни, используя основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий на всех жизненных этапах развития личности
Знать:
нормы здорового образа жизни;
Уметь:
соблюдать нормы здорового образа жизни;
Владеть:
навыками соблюдения норм здорового образа жизни на всех жизненных этапах развития личности;

УК-7.2: Выбирает рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте
Знать:
рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний;
Уметь:
выбирать рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний;
Владеть:
навыками самостоятельного и осознанного выбора рациональных способов и приемов профилактики профессиональных заболеваний;

УК-7.3: Оценивает рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте
Знать:
показатели и критерии профессиональных заболеваний;
Уметь:
оценивать на основе показателей и критериев симптоматику профессиональных заболеваний;
Владеть:
навыками самостоятельного определения профессионального заболевания на основе симптоматических признаков;

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

3.1	**Знать:**
нормы здорового образа жизни;	
рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний;	
показатели и критерии профессиональных заболеваний;	
3.2	**Уметь:**

соблюдать нормы здорового образа жизни;	
выбирать рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний;	
оценивать на основе показателей и критериев симптоматику профессиональных заболеваний;	
3.3	**Владеть:**
навыками соблюдения норм здорового образа жизни на всех жизненных этапах развития личности;	
навыками самостоятельного и осознанного выбора рациональных способов и приемов профилактики профессиональных заболеваний;	
навыками самостоятельного определения профессионального заболевания на основе симптоматических признаков;	