

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
"Набережночелнинский государственный педагогический университет"
(ФГБОУ ВО "НГПУ")

Способы оздоровления растущего организма
аннотация к рабочей программе дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Биологии и методики ее преподавания**
Направление подготовки **44.03.01 Педагогическое образование , профиль Физическая культура**

Форма обучения **заочная**
Программу составил(и): кандидат биологических наук, доцент, Смирнова Алла Витальевна

Распределение часов дисциплины по курсам

Курс	3		Итого	
	уп	рп		
Лекции	2	2	2	2
Практические	4	4	4	4
Итого ауд.	6	6	6	6
Контактная работа	6	6	6	6
Сам. работа	62	62	62	62
Часы на контроль	4	4	4	4
Итого	72	72	72	72

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
1.1	Цель освоения дисциплины:
1.2	сформировать у обучающихся знания по системному подходу к профилактике и оздоровлению организма на основе современных официальных и альтернативных методов.
1.3	Задачи освоения дисциплины:
1.4	изучение закономерностей формирования здоровья человека, методов оценки количества и качества здоровья;
1.5	формирование установки на здоровый образ жизни;
1.6	развитие положительной мотивации сохранения и укрепления собственного здоровья обучающимися через приобщение к здоровому образу жизни;
1.7	воспитание у обучающихся ответственности и сознательного отношения к вопросам личного здоровья на основе современных и традиционных концепций по системе и средствам оздоровления для совершенствования психического и физического состояния, повышению адаптивных возможностей, работоспособности и высокой продолжительности жизни;
1.8	овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	
Цикл (раздел) ОП:	Б1.В.ДВ.02
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Анатомия человека
2.1.2	Методика обучения и воспитания в физической культуре и спорте
2.1.3	Педагогические технологии
2.1.4	Теория обучения
2.2	Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
2.2.1	Лечебная физическая культура и массаж
2.2.2	Основы адаптивного физического воспитания
2.2.3	Спортивная медицина
2.2.4	Физкультурно-спортивные сооружения
2.2.5	Защита выпускной квалификационной работы, включая подготовку к процедуре защиты и процедуру защиты
3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО КАЖДОЙ ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), ОБЕСПЕЧИВАЮЩИЕ ДОСТИЖЕНИЕ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	
ПК-2: способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики	
Знать:	
	современные методы и технологии обучения и диагностики
Уметь:	
	применять современные методы и технологии обучения и диагностики
Владеть:	
	навыками оценки преимуществ и недостатков использования современных методов и технологий обучения и диагностики, исходя из конкретной учебной ситуации на уроке

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

3.1	Знать:
определение понятий здоровья, болезни, промежуточного состояния, индивидуального и популяционного здоровья; показатели индивидуального и популяционного здоровья, характеристику групп здоровья; диагностику состояния здоровья и его оценку, врачебный контроль, самоконтроль, (стандарты, индексы, номограммы, функциональные пробы, упражнения-тесты); принципы оздоровления и укрепления здоровья человека с использованием природных факторов; основные формы школьной патологии, их признаки, предпосылки и факторы возникновения патологических состояний у школьников; законодательные основы охраны здоровья детей в РФ.	

3.2	Уметь:
<p>использовать полученные теоретические и практические навыки для организации образовательного процесса с использованием современных средств здоровьесберегающих технологий;</p> <p>определять индивидуальный уровень развития своих физических качеств, владеть основными методами и способами планирования направленного формирования двигательных умений, навыков и физических качеств;</p> <p>использовать методы самоконтроля физического развития, физической подготовленности, функционального состояния для разработки индивидуальных программ оздоровительной и тренировочной направленности;</p> <p>формулировать и обосновывать роль различных факторов в возникновении вредных привычек у детей и подростков.</p>	
3.3	Владеть:
<p>средствами, методами и способами восстановления организма, организации активного отдыха и реабилитации после травм и перенесенных заболеваний;</p> <p>системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей;</p> <p>методиками самостоятельных занятий и самоконтроля над состоянием своего организма;</p> <p>навыками применения методик сохранения и укрепления здоровья учащихся и навыками формирования мотивации здорового образа жизни.</p>	