

АННОТАЦИЯ
рабочей программы учебной дисциплины
«Культура здоровья»

- 1. Наименование образовательной программы, в рамках которой читается дисциплина:** образовательные программы высшего образования, реализуемые ЮФУ.
- 2. Общая трудоемкость** дисциплины составляет 2 ЗЕТ.
- 3. Место дисциплины в структуре образовательной программы** Дисциплина «Культура здоровья» относится к общенаучному циклу ОС ЮФУ, V модуль. Для освоения дисциплины «Культура здоровья» студенты используют знания, умения, навыки, сформированные в ходе изучения школьных предметов «Анатомия», «Физическая культура». Изучение данной дисциплины связано с современной концепцией здоровья и комплексной стратегией оздоровления, основанной на возрастающей социальной ценности здоровья человека. Дисциплина формирует знания для освоения таких дисциплин как «Безопасность жизнедеятельности» и «Естественнонаучная картина мира».
- 4. Цель изучения дисциплины «Культура здоровья»:** формирование у студентов осмысленного и ответственного отношения к ресурсам своего здоровья посредством трансляции современных научных знаний о здоровье и здоровом образе жизни, традиционных и инновационных технологий и моделей оздоровления личности; формирование физической культуры студента, как системного и интегративного качества личности, как условие и предпосылка эффективной учебно-профессиональной деятельности, как обобщенный показатель профессиональной культуры будущего специалиста.
- 5. Требования к результатам освоения дисциплины** В результате освоения дисциплины студент должен

Знать:

- понимать и объяснить феномен культуры здоровья, физической культуры, их роль в человеческой жизнедеятельности;
- анатомическое строение и функции органов, систем организма человека, закономерности психического, физического развития, особенности их проявления в разные возрастные периоды;
- основы и принципы оздоровительных технологий, здорового образа жизни.

Уметь:

- определять общие, конкретные цели и задачи в сфере укрепления здоровья и физического совершенствования;
- использовать приобретённый опыт физкультурно-оздоровительной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

Владеть:

- умениями и навыками физического самосовершенствования на основе научного представления о здоровом образе жизни;
- системой практических умений и методических навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование профессиональных психофизических способностей и качеств личности.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен овладеть следующими универсальными компетенциями:

понимание и способность анализировать мировоззренческие, научно, социально и личностно значимые вопросы и проблемы (УК-2);

владение средствами и методами физического воспитания и самостоятельного укрепления здоровья; поддержания уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-12).

6. **Содержание дисциплины** Дисциплина состоит из двух модулей: Естественнонаучные основы здоровья; Теоретические, методические и организационные основы физической культуры.
7. **Основные образовательные технологии, используемые в реализации дисциплины:** лекция-визуализация, лекция пресс-конференция, проблемная лекция, ролевые игры, диспут, метод проектов, семинар-диалог, междисциплинарный семинар.
8. **Формы контроля.** В дисциплине используется текущий и рубежный контроль. Итоговая форма контроля зачет.