

АННОТАЦИЯ НА РАБОЧУЮ ПРОГРАММУ ДИСЦИПЛИНЫ КУЛЬТУРА ЗДОРОВЬЯ

Рабочая программа дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена Фармацевтического филиала ГБОУ СПО «Свердловский областной медицинский колледж» в соответствии с ФГОС по специальности СПО 33.02.01 Фармация.

Дисциплина Культура здоровья ОП.14 является частью профессионального учебного цикла общих гуманитарных социально-экономических дисциплин.

Примерная программа дисциплины является единой для всех форм обучения и служит основой для разработки рабочей программы дисциплины. Программой предусматривается получение базовых знаний по здоровому образу жизни, формирование навыков сохранения и укрепления здоровья студентов, формирование осознанной потребности в физическом развитии.

Преподавание дисциплины предусматривает установление интегративных связей с другими дисциплинами. Для закрепления теоретических знаний и развития общих компетенций программой предусматривается самостоятельная работа. Изучение дисциплины рекомендуется проводить, используя различные технические и аудиовизуальные средства обучения.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь использовать физкультурно-спортивную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

- компоненты здорового образа жизни;
- принципы здорового питания;
- проблемы наркомании и курения;
- этические нормы поведения в спорте.

Рабочая программа рассматривается на заседании ЦМК общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин, методического совета и утверждается заместителем директора филиала по учебной работе.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Наименование разделов и тем	Максимальная нагрузка студентов (кол-во часов)	Количество аудиторных часов при очной форме обучения			Самостоятельная работа
		Всего	Теория	Практика	
Раздел 1. Теоретико-практические основы физической культуры. Тема 1.1. Здоровье. Основные понятия. Критерии здоровья. Тема 1.2. Основы здорового образа жизни. Тема 1.3. Спорт в физическом воспитании студентов	16	10	10		2 2 2
Раздел 2. Питание и здоровье. Тема 2.1. Питание и здоровье. Основные компоненты пищи. Тема 2.2. Рациональное питание. Теория питания. Принципы рационального питания.	12	8	8		2 2
Раздел 3. Проблемы вредных привычек. Тема 3.1. Проблемы наркомании и алкоголизма. Тема 3.2. Курение и здоровье.	10	8	8		2

Раздел 4 . Методы и способы формирования умений и навыков средствами физической культуры. Тема 4.1. Учебно-методические способы в физической культуре. Тема 4.2. Этика спорта.	10	6	6		2 2
Итого:	48	32	32		16

Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета (задания в тестовой форме).