ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00A2C30F99EF9D0306EA3C0F012BEB925E
Владелец: Чанкаев Мурат Хасанович
Действителен: с 02.04.2026 до 26.06.2027

# АННОТАЦИЯ

**Учебной программы дисциплины «Основы здорового образа жизни лиц с ОВЗ»**
по направлению 44.03.05 «Педагогическое образование» (с двумя профилями подготовки)
направленность (профиль) «Физика, математика»
степень (квалификация) – **Бакалавр**

Данная дисциплина (модуль) относится к Блоку 1 и реализуется в рамках базовой части.

**1. Цели дисциплины:**

– Формирование понимание необходимости заботиться о своем здоровье, беречь его; обучить здоровому образу жизни - организовать целенаправленный, систематический процесс для укреплении здоровья обучающихся;

– учиться быть здоровыми и вести здоровый образ жизни; правильная организация обучения способствует формированию представлений о здоровье сберегающих факторах и научит обучающихся отличать здоровый образ жизни от нездорового, поможет в дальнейшем беречь свое здоровье и здоровье окружающих, сформирует понятие о вредных привычках; выработать у будущих педагогов сознательное отношение к здоровью и воспитать ответственность за свое здоровье и здоровье учащихся;

– выработать у обучающихся необходимые медицинские навыки, которые помогут будущему педагогу уверенно себя чувствовать и правильно вести в любой экстремальной ситуации;выработать у обучающихся умение использовать полученные знания для решения социальных и профессиональных задач;

– выработать основные принципы охраны жизни и здоровья у обучающихся в учебно-воспитательном пространстве и во внеурочной деятельности.

**2. Место дисциплины в структуре ОПВО:**

Дисциплина «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» относится к вариативной части профессионального цикла дисциплин. Данная дисциплина (модуль) относится к Блоку 1 и реализуется в рамках базовой части Б1. Дисциплина (модуль) изучается на 1 курсе в 1 семестре. Для успешного освоения дисциплины студент должен иметь базовую подготовку по обществознанию, ОБЖ в объёме программы средней школы.

**3. Требования к результатам освоения дисциплины:**

Изучение дисциплины Б1.В.ДВ.08.02 «Основы здорового образа жизни лиц с ОВЗ» направлено на формирование у студентов следующих компетенций:

УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни;

**Знать:**

- виды физических упражнений;
- научно-практические основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни

**Уметь**:

– применять на практике разнообразные средства
– физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и
– самоподготовки к будущей жизни и профессиональной
– деятельности;
– - использовать творчески средства и методы

– физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни

**Владеть**:

средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования

**4. Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачётные единицы, 108 ч.** (- ч. Лекционных, 48 ч. Практических, 60ч. СРС).

Форма контроля: зачёт.

.

**5. Разработчик: к.п.н.,ст.преп. Борлакова Л.М.**