ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 1060A5DD076C1D708BBAD48ED7B4FB
Владелец: ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ "КАРАЧАЕВО-ЧЕРКЕССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ У.Д. АЛИЕВА"
Действителен: с 18.04.2024 до 12.07.2025

АННОТАЦИЯ
Рабочей программы дисциплины

«Основы здорового образа жизни лиц с ОВЗ»

1. Цели освоения дисциплины

формирование у студентов системных представлений о здоровом образе жизни лиц с ОВЗ, развитие умений и навыков по управлению стрессом на уровне отдельной личности, связанных с сохранением собственного психологического здоровья.

Задачи освоения дисциплины:
- формирование знаний о методах количественной и качественной оценки здоровья человека;
- раскрыть сущность основных понятий и классификацию методов;
- сформировать навыки сравнительного анализа особенностей лиц с ОВЗ.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Основы здорового образа жизни лиц с ОВЗ» (Б1.В.ДВ.05.03) относится к части, формируемой участниками образовательных отношений блока Б1. Дисциплина (модуль) изучается на 3 курсе в 6 семестре.
Данная учебная дисциплина является базовой и опирается на входные знания, умения и компетенции, полученные по основным дисциплинам, изучаемым в бакалавриате. Для успешного освоения дисциплины студент должен иметь базовую подготовку по анатомии человека. Изучение дисциплины необходимо для успешного освоения дисциплины «Психология жизнестойкости».

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине «Основы здорового образа жизни лиц с ОВЗ»

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций обучающегося:

Код компетенций	Содержание компетенции в соответствии с ФГОС ВО, ОПОП	Индикаторы достижения компетенций	Декомпозиция компетенций (результаты обучения) в соответствии с установленными индикаторами
УК-7	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной	УК.Б-7.1 выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности УК.Б-7.2 планирует свое рабочее и	Знать: научно-биологические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях в профессиональной деятельности.

	деятельности	свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности УК.Б-7.3 соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях в профессиональной деятельности	Уметь: планировать свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности. Владеть: методиками самооценки работоспособности, усталости и применения средств физкультуры для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки.

4. Общая трудоемкость дисциплины 72 часа (2 зачетные единицы).

5.Разработчик: Текеев А– М. А-Ю., д-р мед. наук, профессор.