

Спецыяльнасць / Специальность / Speciality: для спецыяльнасцей агульнай вышэйшай адукацыі / для специальностей общего высшего образования / for general higher education specialties

Вучэбная дысцыпліна, модуль / Учебная дисциплина, модуль / Academic discipline, module: Фізічная культура (асноўныя і падрыхтоўчыя вучэбныя групы) / Физическая культура (основные и подготовительные учебные группы) / Physical culture (for academic groups with full and reduced exercise load)

<p>Кароткі змест вучэбнай дысцыпліны / Краткое содержание учебной дисциплины, модуля / Brief summary</p>	<p>Вучэбная праграма з’яўляецца дапаможнікам па арганізацыі вучэбна-выхаваўчага працэсу па дысцыпліне «Фізічная культура», які арганізуецца для студэнтаў БДУ, аднесеных па стане здароўя да асноўных і падрыхтоўчых вучэбных груп. Выкладанне фізічнай культуры на этапе атрымання агульнай вышэйшай адукацыі прадугледжвае фарміраванне як агульных кампетэнцый (сацыяльна-асобасных і акадэмічных), так і спецыяльных, уласцівых толькі галіне фізічнай культуры, што садзейнічае дасягненню асобна і прафесійна значных мэт у далейшай жыццядзейнасці спецыяліста. Асваенне гэтай дысцыпліны дазволіць студэнту далучыцца да каштоўнасцей фізічнай культуры, набыць спецыяльныя веды і ўменні для паляпшэння якасці жыцця незалежна ад узроўню зыходнай фізічнай падрыхтаванасці і стану здароўя.</p>	<p>Учебная программа является руководством по организации учебно-воспитательного процесса по дисциплине «Физическая культура», организуемого для студентов БГУ, отнесенных по состоянию здоровья к основным и подготовительным учебным группам. Преподавание физической культуры на этапе получения общего высшего образования предусматривает формирование, как общих компетенций (социально-личностных и академических), так и специальных, присущих лишь области физической культуры, что способствует достижению лично и профессионально значимых целей в последующей жизнедеятельности специалиста. Освоение данной дисциплины позволит студенту приобщиться к ценностям физической культуры, приобрести специальные знания и умения для улучшения качества жизни вне зависимости от уровня исходной физической подготовленности и состояния здоровья.</p>	<p>The training module is a guide on organizing the educational process in the discipline “Physical Culture” organized for BSU students assigned to academic groups with full and reduced exercise load based on their health status. Teaching physical culture at the stage of obtaining general higher education involves the formation of both general competencies (social, personal and academic) and special ones inherent only in the field of physical culture, what contributes to the achievement of personally and professionally significant goals in the subsequent life of a specialist. Mastering this discipline will allow the student to join the values of physical culture, acquire special knowledge and skills to improve the quality of life regardless of the level of initial physical fitness and state of health.</p>
--	---	---	--

<p>Компетэнцыі, які фарміруюцца / Формируемые компетенции / The formed competences</p>	<p>Выкарыстоўваць сродкі фізічнай культуры і спорту для захавання і ўмацавання здароўя, прафілактыкі захворванняў</p>	<p>Использовать средства физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, профилактики заболеваний</p>	<p>Use physical culture and sports to maintain and strengthen health and prevent diseases</p>
<p>Вынікі навучання (ведаць, умець, валодаць) / Результаты обучения (знать, уметь, владеть) / Learning outcomes (know, can, be able)</p>	<p><u>ведаць:</u> сутнасць і змест дысцыпліны «Фізічная культура» студэнта; псіхафізіялагічныя асаблівасці свайго арганізма; крытэрыі дыягностыкі фізічнага стану; класіфікацыю фізічных практыкаванняў і відаў спорту; змест фізкультурна-аздараўленчых праграм; асновы метадыкі самастойных заняткаў, кантролю і самакантролю пры выкананні фізічных практыкаванняў; асноўныя сродкі фізічнай рэабілітацыі; асновы арганізацыі спаборніцтваў па масавых відах спорту і іх судзейства; <u>умець:</u> выкарыстоўваць сродкі фізічнай культуры для развіцця рухальных здольнасцей, для ўдасканалення функцыянальнага стану; складаць комплексы фізічных практыкаванняў у залежнасці ад індыўідуальных асаблівасцей фізічнай падрыхтаванасці; выкарыстоўваць фізічныя практыкаванні для прафілактыкі прафесійных захворванняў;</p>	<p><u>знать:</u> сущность и содержание дисциплины «Физическая культура» студента; психофизиологические особенности своего организма; критерии диагностики физического состояния; классификацию физических упражнений и видов спорта; содержание физкультурно-оздоровительных программ; основы методики самостоятельных занятий, контроля и самоконтроля при выполнении физических упражнений; основные средства физической реабилитации; основы организации соревнований по массовым видам спорта и их судейства; <u>уметь</u> использовать средства физической культуры для развития двигательных способностей, для совершенствования функционального состояния; составлять комплексы физических упражнений в зависимости от индивидуальных особенностей физической подготовленности; использовать физические</p>	<p><u>know:</u> the essence and content of the discipline “Physical Culture” of the student; psychophysiological characteristics of his/her own body; criteria for diagnosing physical condition; classification of physical exercises and sports; content of physical culture and health programs; basic methods of independent studies, control and self-control during performing physical exercises and practicing various sports; basic means of physical rehabilitation; fundamentals of organizing competitions in mass sports and their judging; <u>be able to:</u> use physical culture tools to develop motor skills and improve functional status; create sets of physical exercises depending on individual physical fitness; use physical exercises to prevent occupational diseases; organize independently (or in a team of organizers) physical culture and health events at the place of internship or work.</p>

	арганізоўваць самастойна (ці ў складзе каманды арганізатараў) фізкультурна-аздараўленчыя мерапрыемствы па месцы практыкі ці працы.	упражненні для прафілактыкі прафесійных заболеваній; арганізавываць самастойна (или в составе команды организаторов) фізкультурно-оздоровительныя мерапрыяттвпя па месцы практыкі или работы.	
Семестр вывучэння вучэбнай дысцыпліны / Семестр изучения учебной дисциплины, модуля / Semester of study	Дысцыпліна вывучаецца з 1 па 6 семестр для чатырохгадовага навучання.	Дысцыпліна изучается с 1-го по 6-й семестры для четырехлетнего обучения	The course is studied from the 1 <sup>st</sup> to 6 <sup>th</sup> semesters for four-year studies.
Прэрэквізіты / Пререквизиты / Prerequisites			
Працаёмістасць у заліковых адзінках (кредытах) / Трудоемкость в зачетных единицах (кредитах) / Credit units			
Колькасць аўдыторных гадзін і гадзін самастойнай работы / Кольчество аудиторных часов и часов самостоятельной работы / Academic hour of students' class work, hours of self-directed learning	350 аўдыторных гадзін	350 аудиторных часов	350 in-person teaching hours
Патрабаванні і формы бягучай і праежкавай атэстацыі / Трэбавання и формы текущей и промежуточной аттестации /	залік	Зачет	End-of-term pass

Requirements and forms of current and interim certification			
---	--	--	--