

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 (для груп лячэбнай фізічнай культуры) / Физическая культура (для групп лечебной физической культуры) / Physical culture (for groups of therapeutic physical culture)

<p>Кароткі змест вучэбнай дысцыпліны / Краткое содержание учебной дисциплины, модуля / Brief summary</p>	<p>Вучэбная праграма з’яўляецца дакументам, які рэгламентуе арганізацыю вучэбна-выхаваўчага працэсу па дысцыпліне “Фізічная культура”, які арганізуецца для студэнтаў БДУ, аднесеных па стане здароўя да спецыяльнага вучэбнага аддзялення. Праграма распрацавана ў модульна-блочным фармаце, што дае магчымасць максімальна задзейнічаць увесь спектр сродкаў фізічнай культуры для дасягнення мэты і вырашэння пастаўленых задач.</p>	<p>Учебная программа является документом, регламентирующим организацию учебно-воспитательного процесса по дисциплине «Физическая культура» для студентов БГУ, отнесенных по состоянию здоровья к специальному учебному отделению. Программа разработана в модульно-блочном формате, что позволяет максимально задействовать весь спектр средств физической культуры для достижения цели и решения поставленных задач.</p>	<p>This curriculum is a guide on organizing the educational process in the discipline “Physical Culture” organized for BSU students assigned to special training department based on their health status. The program is developed in a modular-block format, which allows for the maximum use of the entire range of physical education tools to achieve the goal and solve the tasks.</p>
<p>Кампетэнцыі, 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> агульныя асновы фізічнай культуры і спорту; асновы фарміравання здоровага ладу жыцця (ЗЛЖ); заканамернасці ўздзеяння фізічных нагрузак і механізмы адаптацыі арганізма да фізічных нагрузак; асновы метадыкі самастойных заняткаў фізічнымі практыкаваннямі з улікам паказанняў і супрацьпаказанняў,</p>	<p><u>знаць:</u> общие основы физической культуры и спорта; основы формирования здорового образа жизни (ЗОЖ); закономерности воздействия физических нагрузок и механизмы адаптации организма к физическим нагрузкам; основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями с учетом показаний и противопоказаний,</p>	<p><u>know:</u> general principles of physical culture and sports; principles of developing a healthy lifestyle (HLS); patterns of physical activity impact and mechanisms of body adaptation to physical activity; principles of independent physical exercise methods with consideration of indications and contraindications corresponding to the existing disease;</p>

	<p>якія адпавядаюць наяўнаму захворванню; агульныя паказанні і супрацьпаказанні пры занятках рознымі відамі фізічных практыкаванняў; асноўныя сродкі фізічнай рэабілітацыі; значэнне фізічнай культуры ў навуковай арганізацыі працы; асновы арганізацыі спаборніцтваў па масавых відах спорту і іх судзейства. <u>умець:</u> прымяняць здароўезберагальныя тэхналогіі, заснаваныя на ведах навукова-тэарэтычных асноў фізічнай культуры, у асабістым жыцці; праводзіць падбор сродкаў фізічнага выхавання для прафілактыкі захворванняў і ўмацавання здароўя; ацэньваць узровень фізічнага развіцця, фізічнай і функцыянальнай падрыхтаванасці; складаць комплекс фізічных практыкаванняў прафесійна-прыкладной накіраванасці; аказваць садзейнічанне ў арганізацыі і судзействе спаборніцтваў.</p>	<p>соответствующих имеющемуся заболеванию; общие показания и противопоказания при занятиях различными видами физических упражнений; основные средства физической реабилитации; значение физической культуры в научной организации труда; основы организации соревнований по массовым видам спорта и их судейства. <u>уметь:</u> применять здоровьесберегающие технологии, основанные на знаниях научно-теоретических основ физической культуры, в личной жизни; проводить подбор средств физического воспитания для профилактики заболеваний и укрепления здоровья; оценивать уровень физического развития, физической и функциональной подготовленности; составлять комплекс физических упражнений профессионально-прикладной направленности; оказывать содействие в организации и судействе соревнований.</p>	<p>general indications and contraindications for various types of physical exercise; basic means of physical rehabilitation; the importance of physical culture in the scientific organization of labor; principles of organizing competitions in mass sports and their judging. <u>be able to:</u> apply health-preserving technologies based on knowledge of the scientific and theoretical foundations of physical culture in personal life; select physical culture tools for disease prevention and health promotion; assess the level of physical development, physical and functional fitness; compile a set of physical exercises of professionally applied orientation; assist in organizing and judging competitions.</p>
<p>Семестр вивучэння вучэбнай дысцыпліны / Семестр изучения учебной дисциплины, модуля / Semester of study</p>	<p>Дысцыпліна вивучаецца з 1 па 6 семестр для чатырохгадовага навучання.</p>	<p>Дисциплина изучается с 1-го по 6-й семестры для четырехлетнего обучения.</p>	<p>The course is studied from the 1st to 6th semesters for four-year studies.</p>

Прээквізіты / Пререквизиты / Prerequisites			
Працаёмістасць у заліковых адзінках (кредытах) / Трудоемкость в зачетных единицах (кредитах) / Credit units			
Колькасць аўдыторных гадзін і гадзін самастойнай работы / Количество 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 прамежкавай атэстацыі / Требования и формы текущей и промежуточной аттестации / Requirements and forms of current and interim certification	залік	Зачет	End-of-term pass