

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Электронный учебно-методический комплекс по дисциплине «Физическая культура», разработанный для обучающихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальному учебному отделению, разработан на основе образовательных стандартов общего высшего образования и учебных планов учреждения образования «Гомельский государственный технический университет имени П.О. Сухого».

### ***Роль и место учебной дисциплины в системе подготовки специалиста***

Освоение дисциплины «Физическая культура» позволит обучающимся приобщиться к ценностям физической культуры, приобрести специальные знания и умения для улучшения качества жизни вне зависимости от уровня физической подготовленности и состояния здоровья.

Место учебной дисциплины «Физическая культура» в системе социально-гуманитарных знаний определяется предметом ее изучения, которым являются системные закономерности и особенности процесса, совокупность знаний, умений и навыков физкультурно-оздоровительной деятельности в интересах укрепления физических и духовных сил личности, формирования физической культуры личности будущего специалиста, достижения им жизненных и профессиональных целей.

Актуальность физической культуры как вида общей культуры обусловлена тем, что она представляет самостоятельную область, специфический процесс деятельности, средство и способ физического совершенствования личности.

### ***Связь учебной дисциплины с другими дисциплинами учебного плана***

По своему месту в системе подготовки специалистов физическая культура связана с другими учебными дисциплинами, которые взаимно обогащают и дополняют друг друга, использует как теоретические, так и практические достижения, например, в области экономики, химии, физики, математики и др.

***Целью*** создания электронного учебно-методического комплекса (ЭУМК) является формирование у студентов специальных знаний, которые призваны стать одной из фундаментальных основ высшего образования, обеспечивающих целевое использование соответствующих средств физической культуры и спорта для сохранения, укрепления здоровья и подготовки к профессиональной деятельности.

В результате изучения учебной дисциплины «Физическая культура» формируется следующая **компетенция**:

- использовать занятия физической культурой и спортом, физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия для сохранения и укрепления здоровья, профилактики заболеваний.

### ***Задачи электронного учебно-методического комплекса:***

- целостное учебно-методическое обеспечение теоретического раздела дисциплины «Физическая культура», соответствующее современным требованиям;

– освоение и овладение знаниями студентами о назначении и методологии применения средств физической культуры в контексте будущей профессиональной деятельности;

– применение на практике основных методик организации самостоятельных занятий физическими упражнениями;

– формирование навыков самостоятельной работы студентов с информацией, рациональной организации учебного труда, выработку оптимального алгоритма самостоятельного изучения материала;

– воспитание сознательного мотивационного отношения к ценностям физической культуры, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и видами спорта;

– содействие реализации системы контроля и самоконтроля результатов обучения, их коррекции и оценки;

– использование средств физической культуры и спорта для профилактики заболеваний, психического благополучия, развития и совершенствования качеств и свойств личности;

– овладение опытом активной физкультурно-спортивной деятельности по освоению ценностей физической культуры.

### ***Требования к освоению учебной дисциплины в соответствии с образовательным стандартом***

В результате изучения дисциплины «Физическая культура» выпускник должен:

#### ***знать:***

- критерии оценки состояния здоровья;
- общие закономерности влияния физических нагрузок на организм человека в целом, отдельные органы и системы органов;
- механизмы адаптации организма к физическим нагрузкам, компенсаторные и приспособительные реакции организма;
- основные средства физической реабилитации;
- основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями с учетом показаний и противопоказаний, соответствующих имеющемуся заболеванию;
- основы организации соревнований по массовым видам спорта и их судейства;

#### ***уметь:***

- применять здоровье сберегающие технологии в личной жизни;
- использовать средства физического воспитания для профилактики заболеваний и укрепления здоровья;
- оценить уровень физического развития, физической и функциональной подготовленности, физического здоровья;
- выполнить комплекс физических упражнений профессионально-прикладной направленности;
- организовывать физкультурно-оздоровительное мероприятие по месту практики или работы;
- оказывать содействие в организации и судействе соревнований;

***иметь навык:***

- проведения самостоятельных занятий по формированию индивидуального телосложения и коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений;
- включения занятий физической культурой в активный отдых и досуг.

***Рекомендации по организации работы***

Физическое воспитание обучающихся при получении общего высшего образования дневной форме получения образования является обязательным в течение всего периода обучения и осуществляется в форме учебных занятий по учебной дисциплине «Физическая культура» в соответствии с учебно-программной документацией соответствующей образовательной программы на первых двух курсах в объеме не менее четырех учебных часов в учебную неделю, на последующих курсах – двух учебных часов в учебную неделю. В учебно-программную документацию соответствующей образовательной программы с третьего курса включается факультативная учебная дисциплина, направленная на физическое воспитание обучающихся, в объеме не менее двух учебных часов в учебную неделю (гл. 4, ст. 32, п. 7 Закона Республики Беларусь «О физической культуре и спорте»). Решение о планировании учебной дисциплины «Физическая культура» на выпускном курсе принимает учреждение высшего образования с учетом специфики профессиональной подготовки выпускников, наличием спортивной базы и педагогических кадров, а также пожеланий студентов. Объем часов и количество занятий по дисциплине определяется образовательным стандартом высшего образования и типовым учебным планом по конкретной специальности учреждения высшего образования и зависит от общего количества учебных недель на каждом курсе и сроков прохождения практики.

Структура учебно-методического комплекса определяется разработкой отдельных блоков: теоретический, практический, вспомогательный и блок контроля знаний.

Разработанный электронный учебно-методический комплекс по учебной дисциплине «Физическая культура» будет содействовать повышению эффективности преподавания физической культуры в специальном учебном отделении в контексте реализации программы здоровьесбережения обучающихся, использованию индивидуального подхода в обучении и формировании профессионально-значимых компетенций выпускника.