

УЧЕБНАЯ ДИСЦИПЛИНА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Содержание учебной дисциплины	Ускоренное передвижение. Военно-прикладное плавание. Лыжная подготовка. Гимнастика и атлетическая подготовка. Комплексное занятие
Формируемые компетенции	УК-14. Владеть навыками здоровьесбережения. СК-33. Развивать и поддерживать на надлежащем уровне выносливость, силу, быстроту и ловкость, обеспечить необходимый уровень физической подготовки для эффективного выполнения поставленных задач по предназначению
Результаты обучения	<p>Курсант должен знать:</p> <p>основные требования правовых актов Министерства обороны, регламентирующих порядок организации физической подготовки и спорта и вопросы сохранения и укрепления здоровья военнослужащих Вооруженных Сил Республики Беларусь;</p> <p>организацию физической подготовки в подразделении;</p> <p>организацию проверки уровня физической подготовки подразделения;</p> <p>содержание и формы физической подготовки;</p> <p>основы методики проведения форм физической подготовки;</p> <p>содержание и организацию работы по Военно-спортивному комплексу (далее – ВСК) и военно-прикладным видам спорта;</p> <p>требования безопасности и меры по предупреждению травматизма на занятиях по физической подготовке и методы самоконтроля за функциональным состоянием;</p> <p>нормативы по упражнениям тестов согласно специфике и боевому предназначению подразделения;</p> <p>основные компоненты, составляющие здоровый образ жизни, принципы общественной и личной гигиены военнослужащих;</p> <p>уметь:</p> <p>вести учет физической подготовки личного состава подразделения;</p> <p>обеспечивать соблюдение требований безопасности при проведении занятий и тренировок по физической подготовке;</p> <p>выполнять упражнения ВСК;</p> <p>обучать физическим упражнениям, приемам и действиям;</p> <p>составлять план-конспект для проведения занятий по физической подготовке;</p> <p>проводить учебные занятия по физической подготовке, утреннюю физическую зарядку;</p> <p>проверять и оценивать физическую подготовленность военнослужащих, физическую подготовку подразделения.</p> <p>владеть:</p> <p>навыками управления процессом физического совершенствования военнослужащих</p>
Семестр	1-12 семестры
Количество академических часов	768 академических часов всего 768 аудиторных часов
Форма промежуточной аттестации	Зачет Экзамен