

Электронная цифровая подпись



Утверждено "25" мая 2023 г.
Протокол № 5

председатель Ученого Совета
Прохоренко И.О.
ученый секретарь Ученого Совета
Бунькова Е.Б.

**АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ
ДИСЦИПЛИНЫ
«ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»
Блок 1**

**Часть, формируемая участниками образовательных отношений
Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту**

Специальность 31.05.01 Лечебное дело
(уровень специалитета)

Направленность: Лечебное дело

Квалификация (степень) выпускника: Врач-лечебник
Форма обучения: очная

Срок обучения: 6 лет

Аннотация рабочей программы дисциплины «Прикладная физическая культура и спорт»

Цель дисциплины: овладение знаниями: - в области социальной значимости физической культуры в развитии личности и подготовки к профессиональной деятельности; - принципов здорового образа жизни;- особенностей спортивной тренировки и методик физического воспитания для формирования гармонично развитой личности методами физической культуры.

Задачи дисциплины: Приобретение студентами знаний основных определений и понятий в области спортивной и физкультурной деятельности, научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;- Формирование опыта физкультурной и спортивной деятельности направленной на собственное физическое совершенствование и самовоспитание, на улучшение здоровья, повышение работоспособности и хорошего самочувствия;- Формирование у студентов мотивации к регулярным занятиям физической культурой и понимания ими необходимости активного и здорового образа жизни, как неотъемлемой части поведения работника здравоохранения и нормы общественной гигиены. Применения статистического анализа позволяющего оценить физическое развитие населения и использовать полученные знания при анализе здоровья граждан;- Оценки соответствия физического развития человека параметрам, считающимся нормальными для его возрастно-половой группы, а также динамики изменения этих параметров и факторов её определяющих;- Определения и анализа антропометрических и физиологических параметров для оценки физического развития.

Место дисциплины в структуре ОПОП ВО: дисциплина «Прикладная физическая культура и спорт» относится к элективным дисциплинам (модулям) по физической культуре и спорту ОПОП ВО, является логическим продолжением обязательного физического воспитания, предусмотренного программой средней общеобразовательной школы.

Содержание дисциплины:

Структура и особенности физической подготовки в профессиональной подготовке студентов. Общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе. Воспитание физических качеств с направленным развитием силовых способностей. Воспитание физических качеств с направленным развитием скоростных способностей. Воспитание физических качеств с направленным развитием двигательно-координационных способностей. Воспитание физических качеств с направленным развитием выносливости. Воспитание физических качеств с направленным развитием гибкости. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов медицинского вуза. Планирование и организация самостоятельных занятий физическими упражнениями. Контроль и самоконтроль при занятиях физической подготовкой. Гимнастика. Гимнастика, ее задачи и методические особенности. История возникновения гимнастики. Гимнастическая терминология. Гигиеническая гимнастика. Ее содержание и назначение. Лечебная гимнастика. Ее содержание и назначение. Ритмическая гимнастика. Ее содержание и назначение. Спортивно-прикладная гимнастика. Ее содержание и назначение. Спортивная гимнастика. Ее содержание и назначение. Современные разновидности гимнастики. Физическая подготовка в гимнастике. Страховка, помощь и самостраховка как меры предупреждения травматизма. Легкая атлетика. Структура и содержание предмета «Легкая атлетика». История возникновения легкой атлетики. Основы техники ходьбы. Основы техники бега. Основы техники прыжка в длину с разбега. Основы техники прыжка в высоту. Основы техники толкания ядра. Физическая подготовка в легкой атлетике. Контроль и самоконтроль на занятиях легкой атлетикой.

Общая трудоемкость освоения дисциплины составляет 328 часов

Объём дисциплины (модуля) по видам учебных занятий (в часах):

Объём дисциплины	Все -го час .	1 сем . час .	2 сем . час .	3 сем . час .	4 сем . час .	5 сем . час .	6 сем . час .	7 сем . час .	8 сем . час .	9 сем . час .	10 сем . час .
Общая трудоемкость дисциплины, часов	328	32	18	18	18	42	32	36	36	48	48
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам	163	16	9	9	9	21	16	18	18	24	23

учебных занятий) (всего) (аудиторная работа):											
Лекции (всего)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Практические занятия (всего)	163	16	9	9	9	21	16	18	18	24	23
СРС (по видам учебных занятий)	164	16	9	9	9	21	16	18	18	24	24
Вид промежуточной аттестации обучающегося (Зачет)	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1
Контактная работа обучающихся с преподавателем (ИТОГО)	164	16	9	9	9	21	16	18	18	24	24
СРС (ИТОГО)	164	16	9	9	9	21	16	18	18	24	24

При освоении дисциплины обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения:

Код компетенции	Содержание компетенции
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
иУК-7.1.	способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни.
иУК-7.2.	использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности; применять здоровьесберегающие технологии для обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности.
иУК-7.3.	здоровьесберегающими технологиями поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Формы проведения аудиторных занятий по дисциплине «Прикладная физическая культура и спорт» – занятия семинарского типа

Формы проведения самостоятельной работы: подготовка к занятиям (ПЗ); подготовка к текущему контролю (ПТК); Реферат (Реф), Работа с учебной литературой

Формы промежуточной аттестации:

дисциплины	Формы:	Сроки проведения:
Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту		
Прикладная физическая культура и спорт	зачёт	10 семестр