

**АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ**  
**по дисциплине «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**  
для специальности **060105 «МЕДИКО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЕ ДЕЛО»**

курс 1

лекции 8 часов

практические занятия 88 часов

Всего часов 96

курс 2

лекции 14 часов

практические занятия 144 часов

Всего часов 158

курс 3

лекции 8 часов

практические занятия 138 часа

Всего часов 146

Зачет 6 семестр

Всего часов (ЗЕ) 400 часов (2 ЗЕ)

### **1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.**

Целями освоения учебной дисциплины физическая культура являются:

- формирование физической культуры личности;
- воспитание навыков направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья;
- психофизическая подготовка и самоподготовка к будущей профессиональной деятельности;

Задачи дисциплины:

- понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- изучение научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни;
- физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья;
- развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

### **2. МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП ВПО**

«Физическая культура» входит в число обязательных дисциплин, раздел «Физическая культура» С-4. Для изучения данной учебной дисциплины необходимы знания, умения и навыки обучающихся, формируемые в общеобразовательных учебных заведениях при изучении предмета «физическая культура».

### **3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.**

В результате освоения дисциплины обучающийся должен демонстрировать следующие результаты образования:

1. Знать: социальную роль физической культуры в развитии личности и подготовки ее к профессиональной деятельности.
2. Уметь: разбираться в вопросах физической культуры, применяемой в целях профилактики и лечения.
3. Владеть: методами физического самосовершенствования и самовоспитания.

Результаты образования	Краткое содержание и характеристика порогового уровня сформированности компетенций	Номер компетенций
	Общекультурные компетенции (ОК)	
<p><i>Знать</i> физиологическую роль физической культуры в профилактике и реабилитации</p> <p><i>Уметь</i> применять методы физической культуры для улучшения здоровья, работоспособности и хорошего самочувствия</p> <p><i>Владеть</i> методами физического самосовершенствования и самовоспитания.</p>	Готовность к самостоятельной, индивидуальной работе, способность к самосовершенствованию, саморегулированию, самореализации.	ОК-8
	Профессиональные компетенции (ПК)	
<p><i>Знать</i> принципы здорового образа жизни</p> <p><i>Уметь</i> применять методы физической культуры для улучшения здоровья, работоспособности и хорошего самочувствия</p> <p><i>Владеть</i> методами физического самосовершенствования и самовоспитания.</p>	Способность в условиях развития науки и изменяющейся социальной практики к переоценке накопленного опыта, анализу своих возможностей, приобретению новых знаний, использованию различных форм обучения, информационно-образовательных технологий.	ПК-3
<p><i>Знать</i> принципы здорового образа жизни</p> <p><i>Уметь</i> применять методы физической культуры для улучшения здоровья, работоспособности и хорошего самочувствия</p> <p><i>Владеть</i> методами физического самосовершенствования и самовоспитания.</p>	Способность и готовность к разработке, организации и выполнению комплекса лечебно-профилактических мероприятий, направленных на повышение уровня здоровья и снижения заболеваемости различных контингентов населения и отдельных пациентов	ПК-10

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 400 часов.

№ п\п	Раздел учебной дисциплины	семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы (в часах)		Формы текущего контроля (по неделям семестра) Формы промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лекции	Практические занятия	
1	Легкая атлетика	1	1-8	4	16	Прием контрольных нормативов
2	Плавание	1	1-17		34	Прием контрольных нормативов
3	Спортивные игры.	1	9-17		18	Прием контрольных нормативов
4	Лыжный спорт	2	1-5	4	14	Прием контрольных нормативов
5	Гимнастика.	2	6-15		16	Прием контрольных нормативов
6	Легкая атлетика	3	1-6	6	24	Прием контрольных нормативов
7	Плавание	3	1-12		24	Прием контрольных нормативов
8	Плавание.	4	1-16	8	32	Прием контрольных нормативов
9	Спортивные игры.	4	1-16		32	Прием контрольных нормативов
10	Легкая атлетика.	4	1-16		32	Прием контрольных нормативов
11	Легкая атлетика	5	1-6	4	12	Прием контрольных нормативов
12	Гимнастика	5	7-12		12	Прием контрольных нормативов
13	Плавание.	5	1-12		24	Прием контрольных нормативов
14	Плавание.	6	1-13	6	26	Прием контрольных нормативов
15	Спортивные игры.	6	1-13		26	Прием контрольных нормативов
16	Легкая атлетика	6	1-13		26	Прием контрольных нормативов

## 5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

а) основная литература:

1. Пономарева В.В. Физическая культура и здоровье. - М.:ФГОУ «ВУНМИЦ Росздрава», 2006, с 320.
2. Евсеев Ю.И. Физическая культура: учебное пособие. - Ростов-на Дону.: Феникс, 2003.

б) дополнительная литература:

3. Булгакова Н.Ж., Морозов С.Н., Попов О.И., Морозова Т.С. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: учебное пособие для студентов вузов. - М.: Издательский центр «Академия», 2008.
4. Голощاپов Б.Р. История физической культуры и спорта. Учебное пособие для ст.высш.уч.зав. Изд.7-е, Academia, 2010.с.320.

5. Горшков А.Г., Виленский М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента: Уч. пос. для вузов. Гардарики, 2007. с.218.
  6. Гигиена физической культуры и спорта. /под ред. Маргазина В.А., Семеновой О.Н. – СПб.: СпецЛит, 2010. -с.190.
  7. Круцевич Т.Ю. Общие основы теории и методики физического воспитания.-Киев.: Олимпийская литература, 2003, в 2-х томах.
  8. Кузнецов В.С., Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта. Уч. пос. для студ. Высш.уч.зав. 8-е изд. Academia, 2010.с 480.
- в) программное обеспечение и Интернет- ресурсы
1. <http://cnit.ssau.ru/kadis/ocnov> set
  2. <http://sportlaws.infosport.ru>
  3. <http://lib.sportedu.ru>
  4. e-library

## **6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Спортивный зал главного корпуса – 274,5 м<sup>2</sup>

Лыжная база – 89,4 м<sup>2</sup>

Спортивный зал СОК – 299 м<sup>2</sup>

Ковровый зал СОК – 50,4 м<sup>2</sup>

Бассейн – 400,79 м<sup>2</sup>

Легкоатлетический манеж – 700 м<sup>2</sup>

Легкоатлетическая дорожка – 800 м<sup>2</sup>

Инвентарь:

Гимнастические стенки – 6шт, гимнастические скамейки – 5шт

Волейбольные мячи – 8 шт, баскетбольные мячи - - 5 шт

Мини-футбольные мячи – 3 мяча

Гантели – 10шт, скакалки – 20шт, обручи – 16шт

Ракетки для бадминтона – 10шт

Ракетки для настольного тенниса – 8 шт

## **ДЛЯ СПЕЦИАЛЬНОСТИ 31.05.01 «ЛЕЧЕБНОЕ ДЕЛО»**

курс 1

лекции 4 часа

практические занятия 8 часов

самостоятельная работа 6

курс 2

семестр 3,4

лекции 4 часа

практические занятия 8 часов

самостоятельная работа 6

курс 3

семестр 5,6

лекции 8 часов

практические занятия 14 часов

самостоятельная работа 12

Зачет 6 семестр 2 часа

Всего часов (ЗЕ) 72 часа (2 ЗЕ)

## **1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.**

Целями освоения учебной дисциплины физическая культура являются:

- формирование физической культуры личности;
- воспитание навыков направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья;
- психофизическая подготовка и самоподготовка к будущей профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- изучение научно- биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни;
- физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья;
- развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

## 2. МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП ВПО

«Физическая культура» входит в число обязательных дисциплин, раздел «Физическая культура» С-4.

## 3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен демонстрировать следующие результаты образования:

1. Знать: социальную роль физической культуры в развитии личности и подготовки ее к профессиональной деятельности.
2. Уметь: разбираться в вопросах физической культуры, применяемой в целях профилактики и лечения.
3. Владеть: методами физического самосовершенствования и самовоспитания.

Номер компетенций	Краткое содержание и характеристика порогового уровня сформированности компетенций	Номер компетенции
	<b>Общекультурные компетенции (ОК)</b>	
<p><i>Знать</i> социальную роль физической культуры в развитии личности и подготовки ее к профессиональной деятельности.</p> <p><i>Уметь</i> разбираться в вопросах физической культуры, применяемых в целях профилактики и лечения больных</p> <p><i>Владеть</i> методами физического</p>	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ОК-6

самосовершенствования и самовоспитания.		
	<b>Общепрофессиональные компетенции (ОПК)</b>	
<i>Знать</i> научно- биологические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни; <i>Уметь</i> использовать физкультурно-спортивную деятельность для достижения жизненных и профессиональных целей <i>Владеть</i> навыками направленного использования разнообразных средств физической культуры , спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья,	Готовность к использованию основных физико-химических, математических и иных естественнонаучных понятий и методов при решении профессиональных задач.	ОПК-7
	<b>Профессиональные компетенции (ПК)</b>	
<i>Знать</i> принципы здорового образа жизни <i>Уметь</i> разбираться в вопросах общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, <i>Владеть</i> системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья	Способность и готовность к осуществлению комплекса мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья и включающих в себя формирование здорового образа жизни	ПК-1
<i>Знать</i> принципы здорового образа жизни <i>Уметь</i> разбираться в вопросах общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, <i>Владеть</i> системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья	Готовность к обучению пациентов и их родственников основным гигиеническим мероприятиям оздоровительного характера, навыкам самоконтроля основных физиологических показателей, способствующих сохранению и укреплению здоровья, профилактики заболеваний	ПК-15

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.

4.1. Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 часа.

№ п\п	Раздел учебной дисциплины	семестр	Виды учебной работы (в часах)		Формы текущего контроля и промежуточной аттестации
			Лекции	Практические занятия	
1	Физическая культура и спорт как социальное явление. Средства физического	1,2	4	8	Собеседование

	воспитания.				
2	Теория физического воспитания	3,4	4	8	Собеседование
3	Физиология и биохимия спорта.	5	4	8	Собеседование
4	Основы спортивной медицины.	6	4	6	Собеседование, тест.

## **5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ:**

Основная литература:

1. Пономарева В.В. Физическая культура и здоровье.-М.:ФГОУ «ВУНМЦ Росздрава», 2006, с 320.

2. Евсеев Ю.И. Физическая культура: учебное пособие.-Ростов-на Дону.: Феникс, 2003.

Дополнительная литература:

3. Булгакова Н.Ж., Морозов С.Н., Попов О.И., Морозова Т.С. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: учебное пособие для студентов вузов.-М.: Издательский центр «Академия», 2008.

4. Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта. Учебное пособие для ст.высш.уч.зав. Изд.7-е, Academia, 2010.с.320.

5. Горшков А.Г., Виленский М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента: Уч.пос. для вузов. Гардарики, 2007.с.218.

6. Гигиена физической культуры и спорта. /под ред.Маргазина В.А., Семеновой О.Н. –СПб.: СпецЛит, 2010.-с.190.

7. Круцевич Т.Ю. Общие основы теории и методики физического воспитания.-Киев.: Олимпийская литература, 2003, в 2-х томах.

8. Кузнецов В.С., Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта. Уч.пос. для студ. Высш.уч.зав. 8-е изд. Academia, 2010.с 480.

9. Менхин Ю.В. Физическое воспитание: теория, методика, практика.-М.: Академ Пресс, 2003, 303 с.

10. Попов В.И. Практикум по теории методики физкультуры: учебно-методическое пособие.С-П.:ТАФК, 2004.

### **ДЛЯ СПЕЦИАЛЬНОСТИ 31.05.02 «ПЕДИАТРИЯ»**

курс 1

семестр 1,2

лекции 4 часа

практические занятия 8 часов

самостоятельная работа 6

курс 2

семестр 3,4

лекции 4 часа

практические занятия 8 часов

самостоятельная работа 6

курс 3

семестр 5,6

лекции 8 часов

практические занятия 14 часов

самостоятельная работа 12

Зачет 6 семестр 2 часа

Всего часов (ЗЕ) 72 часа (2 ЗЕ)

### 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.

Целями освоения учебной дисциплины физическая культура являются:

- формирование физической культуры личности;
- воспитание навыков направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья;
- психофизическая подготовка и самоподготовка к будущей профессиональной деятельности;

Задачи дисциплины:

- понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- изучение научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни;
- физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья;
- развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

### 2. МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП ВПО

«Физическая культура» входит в число обязательных дисциплин, раздел «Физическая культура» С-4. Для изучения данной учебной дисциплины необходимы знания, умения и навыки обучающихся, формируемые в общеобразовательных учебных заведениях при изучении предмета «физическая культура».

### 3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен демонстрировать следующие результаты образования:

1. Знать: социальную роль физической культуры в развитии личности и подготовки ее к профессиональной деятельности.
2. Уметь: разбираться в вопросах физической культуры, применяемой в целях профилактики и лечения.
3. Владеть: методами физического самосовершенствования и самовоспитания.

Результаты образования	Краткое содержание и характеристика порогового уровня сформированности компетенций	Номер компетенций
	Общекультурные компетенции (ОК)	
<i>Знать</i> социальную роль физической культуры в развитии личности и подготовки ее к	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ОК-6



профессиональной деятельности. <i>Уметь</i> разбираться в вопросах физической культуры, применяемых в целях профилактики и лечения больных <i>Владеть</i> методами физического самосовершенствования и самовоспитания.		
	Общепрофессиональные компетенции	
<i>Знать</i> принципы здорового образа жизни <i>Уметь</i> разбираться в вопросах физической культуры, применяемых в целях профилактики и лечения больных <i>Владеть</i> методами физического самосовершенствования и самовоспитания.	Готовность к использованию основных физико-химических, математических и иных естественнонаучных понятий и методов при решении профессиональных задач.	ОПК-1
	Профессиональные компетенции (ПК)	
<i>Знать</i> принципы здорового образа жизни <i>Уметь</i> разбираться в вопросах физической культуры, применяемых в целях профилактики и лечения больных <i>Владеть</i> методами физического самосовершенствования и самовоспитания.	Готовность к просветительской деятельности по устранению факторов риска и формированию навыков здорового образа жизни	ПК-16

#### 4. Структура и содержание учебной дисциплины.

4.1. Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 часа.

№ п\п	Раздел учебной дисциплины	семестр	Виды учебной работы (в часах)		Формы текущего контроля и промежуточной аттестации
			Лекции	Практические занятия	
1	Физическая культура и спорт	1,2	4	8	Собеседование

	как социальное явление. Средства физического воспитания.				
2	Теория физического воспитания	3,4	4	8	Собеседование
3	Физиология и биохимия спорта.	5	4	8	Собеседование
4	Основы спортивной медицины.	6	4	6	Собеседование, тест.

### **5. Учебно-методическое и информационное обеспечение учебной дисциплины:**

Основная литература:

1. Пономарева В.В. Физическая культура и здоровье.-М.:ФГОУ «ВУНМЦ Росздрава», 2006, с 320.

2. Евсеев Ю.И. Физическая культура: учебное пособие.-Ростов-на Дону.: Феникс, 2003.

Дополнительная литература:

3. Булгакова Н.Ж., Морозов С.Н., Попов О.И., Морозова Т.С. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: учебное пособие для студентов вузов.-М.: Издательский центр «Академия», 2008.

4. Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта. Учебное пособие для ст.высш.уч.зав. Изд.7-е, Academia, 2010.с.320.

5. Горшков А.Г., Виленский М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента:Уч.пос. для вузов. Гардарики, 2007.с.218.

6. Гигиена физической культуры и спорта. /под ред.Маргазина В.А., Семеновой О.Н. –СПб.: СпецЛит, 2010.-с.190.

7. Круцевич Т.Ю. Общие основы теории и методики физического воспитания.-Киев.: Олимпийская литература, 2003, в 2-х томах.

8. Кузнецов В.С., Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта. Уч.пос. для студ. Высш.уч.зав. 8-е изд. Academia, 2010.с 480.

9. Менхин Ю.В. Физическое воспитание: теория, методика, практика.-М.: Академ Пресс, 2003, 303 с.

10. Попов В.И. Практикум по теории методики физкультуры: учебно-методическое пособие.С-П.:ТАФК, 2004.

### **ДЛЯ СПЕЦИАЛЬНОСТИ 33.05.01 «ФАРМАЦИЯ»**

курс 1

лекции 4 часа

практические занятия 8 часов

самостоятельная работа 6 часов

курс 2

лекции 4 часа

практические занятия 8 часов

самостоятельная работа 6 часов

курс 3

лекции 8 часов

практические занятия 14 часов

самостоятельная работа 12

Зачет 6 семестр

Всего часов (ЗЕ) 72 часа (2 ЗЕ)

## 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.

Целями освоения учебной дисциплины физическая культура являются:

- формирование физической культуры личности;
- воспитание навыков направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья;
- психофизическая подготовка и самоподготовка к будущей профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- изучение научно- биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни;
- физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья;
- развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

## 2. МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП ВПО

«Физическая культура» входит в число обязательных дисциплин, раздел «Физическая культура».

## 3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен демонстрировать следующие результаты образования:

1. Знать: социальную роль физической культуры в развитии личности и подготовки ее к профессиональной деятельности.
2. Уметь: разбираться в вопросах физической культуры, применяемой в целях профилактики и лечения.
3. Владеть: методами физического самосовершенствования и самовоспитания.

Результаты образования	Краткое содержание и характеристика порогового уровня сформированности компетенций	Номер компетенций
	Общекультурные компетенции (ОК)	
<i>Знать</i> - социальную роль физической культуры в развитии личности и подготовки ее к профессиональной деятельности. <i>Уметь</i> социальную роль физической культуры в развитии личности и подготовки ее к профессиональной деятельности.	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ОК-6

<i>Владеть</i> опытом спортивной деятельности		
	Общепрофессиональные компетенции (ОПК)	
<i>Знать</i> принципы здорового образа жизни с помощью физической культуры <i>Уметь</i> применять методы физической культуры для улучшения здоровья, работоспособности и хорошего самочувствия <i>Владеть</i> методами физического самосовершенствования и самовоспитания.	Способность к оценке морфофункциональных, физиологических состояний и патологических процессов в организме человека для решения профессиональных задач	ОПК-8
	Профессиональные компетенции (ПК)	
<i>Знать</i> принципы здорового образа жизни с помощью физической культуры <i>Уметь</i> применять методы физической культуры для улучшения здоровья, работоспособности и хорошего самочувствия <i>Владеть</i> методами физического самосовершенствования и самовоспитания.	Готовность к проведению информационно-просветительской работы по пропаганде здорового образа жизни и безопасности жизнедеятельности	ПК-14

#### 4. Структура и содержание учебной дисциплины.

##### 4.1. Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 часа

№ п\п	Раздел учебной дисциплины	семестр	Виды учебной работы (в часах)		Формы текущего контроля и промежуточной аттестации
			Лекции	Практические занятия	
1	Физическая культура и спорт как социальное явление. Средства физического воспитания.	1,2	4	8	Собеседование
2	Теория физического воспитания	3,4	4	8	Собеседование
3	Физиология и биохимия спорта.	5	4	8	Собеседование
4	Основы спортивной медицины.	6	4	6	Собеседование, тест.

#### 5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ:

Основная литература:

1. Пономарева В.В. Физическая культура и здоровье.-М.:ФГОУ «ВУНМЦ Росздрави», 2006, с 320.
2. Евсеев Ю.И. Физическая культура: учебное пособие.-Ростов-на Дону.: Феникс, 2003.  
Дополнительная литература:
3. Булгакова Н.Ж., Морозов С.Н., Попов О.И., Морозова Т.С. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: учебное пособие для студентов вузов.-М.: Издательский центр «Академия», 2008.
4. Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта. Учебное пособие для ст.высш.уч.зав. Изд.7-е, Academia, 2010.с.320.
5. Горшков А.Г., Виленский М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента:Уч.пос. для вузов. Гардарики, 2007.с.218.
6. Гигиена физической культуры и спорта. /под ред.Маргазина В.А., Семеновой О.Н. –СПб.: СпецЛит, 2010.-с.190.
7. Круцевич Т.Ю. Общие основы теории и методики физического воспитания.-Киев.: Олимпийская литература, 2003, в 2-х томах.
8. Кузнецов В.С., Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта. Уч.пос. для студ. Высш.уч.зав. 8-е изд. Academia, 2010.с 480.
9. Менхин Ю.В. Физическое воспитание: теория, методика, практика.-М.: Академ Пресс, 2003, 303 с.
10. Попов В.И. Практикум по теории методики физкультуры: учебно-методическое пособие.С-П.:ТАФК, 2004.

#### **ДЛЯ СПЕЦИАЛЬНОСТИ 31.05.03 «СТОМАТОЛОГИЯ»**

курс 1

лекции 4 часа

практические занятия 8 часов

самостоятельная работа 6 часов

курс 2

лекции 4 часа

практические занятия 8 часов

самостоятельная работа 6 часов

курс 3

лекции 4 часа

практические занятия 8 часов

самостоятельная работа 6 часов

курс 4

лекции 4 часа

практические занятия 8 часов

самостоятельная работа 6 часов

Зачет 8 семестр

Всего часов (ЗЕ) 72 часа (2 ЗЕ)

#### **1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.**

Целями освоения учебной дисциплины физическая культура являются:

- формирование физической культуры личности;
- воспитание навыков направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья;
- психофизическая подготовка и самоподготовка к будущей профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- изучение научно- биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни;
- физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья;
- развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

## 2. МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП ВПО

«Физическая культура» входит в число обязательных дисциплин раздел «Физическая культура» С-4.

## 3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен демонстрировать следующие результаты образования:

1. Знать: социальную роль физической культуры в развитии личности и подготовки ее к профессиональной деятельности.
2. Уметь: разбираться в вопросах физической культуры, применяемой в целях профилактики и лечения.
3. Владеть: методами физического самосовершенствования и самовоспитания.

Номер компетенций	Краткое содержание и характеристика порогового уровня сформированности компетенций	Номер компетенции
	Общекультурные компетенции (ОК)	
<p><i>Знать</i> социальную роль физической культуры в развитии личности и подготовки ее к профессиональной деятельности.</p> <p><i>Уметь</i> разбираться в вопросах физической культуры, применяемых в целях профилактики и лечения больных</p> <p><i>Владеть</i> методами физического самосовершенствования и самовоспитания.</p>	готовность к саморазвитию, самореализации, самообразованию, использованию творческого потенциала	ОК-5
	Общепрофессиональные компетенции (ОПК)	
<p><i>Знать</i> принципы здорового образа жизни</p> <p><i>Уметь</i></p>	Способность к оценке морфофункциональных, физиологических состояний и	ОПК-8

разбираться в вопросах физической культуры, применяемых в целях профилактики и лечения больных <i>Владеть</i> методами физического самосовершенствования и самовоспитания.	патологических процессов в организме человека для решения профессиональных задач	
	Профессиональные компетенции (ПК)	
<i>Знать</i> принципы здорового образа жизни <i>Уметь</i> разбираться в вопросах физической культуры, применяемых в целях профилактики и лечения больных <i>Владеть</i> методами физического самосовершенствования и самовоспитания.	Способность и готовность к осуществлению комплекса мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья и включающих в себя формирование здорового образа жизни, предупреждение возникновения и распространения стоматологических заболеваний, их раннюю диагностику, выявление причин и условий их возникновения и развития, а также направленных на устранение вредного влияния на здоровье человека факторов среды его обитания.	ПК-1

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.

4.1. Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 часа.

№ п\п	Раздел учебной дисциплины	семестр	Виды учебной работы (в часах)		Формы текущего контроля и промежуточной аттестации
			Лекции	Практические занятия	
1	Физическая культура и спорт как социальное явление. Средства физического воспитания.	1,2	4	8	Собеседование
2	Теория физического воспитания	3,4	4	8	Собеседование
3	Физиология и биохимия спорта.	5,6	4	8	Собеседование
4	Основы спортивной медицины.	7,8	4	8	Собеседование, тест.

#### 5. Учебно-методическое и информационное обеспечение учебной дисциплины:

Основная литература:

1. Пономарева В.В. Физическая культура и здоровье.-М.:ФГОУ «ВУНМЦ Росздрава», 2006, с 320.

2. Евсеев Ю.И. Физическая культура: учебное пособие.-Ростов-на Дону.: Феникс, 2003.

Дополнительная литература:

3. Булгакова Н.Ж., Морозов С.Н., Попов О.И., Морозова Т.С. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: учебное пособие для студентов вузов.-М.: Издательский центр «Академия», 2008.

4. Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта. Учебное пособие для ст.высш.уч.зав. Изд.7-е, Academia, 2010.с.320.
5. Горшков А.Г., Виленский М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента:Уч.пос. для вузов. Гардарики, 2007.с.218.
6. Гигиена физической культуры и спорта. /под ред.Маргазина В.А., Семеновой О.Н. –СПб.: СпецЛит, 2010.-с.190.
7. Круцевич Т.Ю. Общие основы теории и методики физического воспитания.-Киев.: Олимпийская литература, 2003, в 2-х томах.
8. Кузнецов В.С., Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта. Уч.пос. для студ. Высш.уч.зав. 8-е изд. Academia, 2010.с 480.
9. Менхин Ю.В. Физическое воспитание: теория, методика, практика.-М.: Академ Пресс, 2003, 303 с.
10. Попов В.И. Практикум по теории методики физкультуры: учебно-методическое пособие.С-П.:ТАФК, 2004.