**Аннотации рабочих программ дисциплин учебного плана по направлению подготовки** 060101.65 «Лечебное дело»

**Физическая культура**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|

|  |
| --- |
| **Цель изучения дисциплины**  |

 | **Целью** физического воспитания студентов является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.**Задачи дисциплины:**- понимание социальной значимости физической культуры и ее роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;- знание биологических, психолого-педагогических и практических основ физической культуре и здорового образа жизни;- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;- овладение системой практический умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте;- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений. |
|

|  |
| --- |
| **Место дисциплины в учебном плане**  |

 | Профессиональный цикл |
|

|  |  |
| --- | --- |
| **Общая трудоемкость дисциплины (час)**  |  |

 | 400 часов |
|

|  |
| --- |
| **Знания, умения и навыки, получаемые в результате освоения дисциплины**  |

 | **знать:**- влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;- способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;- правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности.**уметь:**- выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнения атлетической гимнастики;- выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации;- преодолевать искусственные и естественные препятствия с использование разнообразных способов передвижения;- выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки;- осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой.**Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для**:- повышение работоспособности, сохранения и укрепление здоровья;- подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооруженных Силах Российской Федерации;- организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха, и при участии в массовых спортивных соревнованиях;- формирования навыков ведения здорового образа жизни.**Студент, изучивший дисциплину, должен владеть**- базовыми технологиями формирования двигательных навыков бега, прыжков, метаний, преодоления препятствий;- методиками развития основных физических качеств: силы, выносливости, быстроты, гибкости, ловкости;- методиками развития профессионально важных качеств врача: точности движений, глазомера, равновесия, распределения и переключения внимания, тонкого мышечного чувства и др.;- навыками ведения здорового образа жизни;- навыками самоконтроля. |
|

|  |
| --- |
| **Содержание дисциплины**  |

 | 1. Легкая атлетика
2. Гимнастика
3. Спортивные игры
4. Лыжная подготовка
5. Плавание
 |
| **Виды учебной работы**  | Практические занятия |
| **Используемые информационные, инструментальные и программные средства**  | Спортивный зал (мяч баскетбольный, мяч волейбольный, сетка волейбольная, ворота для гандбола, мяч гандбольный, барьер легкоатлетический, брусок для отталкивания, граната для метания, диск легкоатлетический, дорожка для разбега, линейка для прыжков в длину, метательный снаряд, мяч метания, планка для прыжков в высоту, стартовая колодка легкоатлетическая (пара), стойка для прыжков в высоту (пара), мяч для настольного тенниса, ракетка для настольного тенниса, сетка, стол теннисный, брусья гимнастические параллельные, брусья гимнастические разновысокие, козел гимнастический, кольца гимнастические, конь гимнастический, мост гимнастический подкидной, перекладина гимнастическая, ворота футбольные, мяч футбольный, ковер гимнастический, мяч гимнастический, лента гимнастическая, мат акробатический, мат гимнастический), крытый манеж |
| **Формы контроля успеваемости студентов**  | Очная форма обучения – 10 семестр – зачетОчно-заочная форма обучения – 11 семестр - зачет |