

АННОТАЦИЯ
рабочей программы дисциплины
Физическая культура и спорт
по направлению подготовки 32.05.01 Медико-профилактическое дело

Трудоемкость в часах / ЗЕ	72/2
Цель изучения дисциплины	Формирование физической культуры личности и способности направленного использования средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки к будущей профессиональной деятельности, а также использование полученных знаний для профилактики различных заболеваний и пропаганды здорового образа жизни среди населения.
Место дисциплины в учебном плане	Блок 1 Дисциплины (модули) Обязательная часть
Изучение дисциплины требует знания, полученные ранее при освоении дисциплин	Биология. Химия. Анатомия.
Данная дисциплина необходима для успешного освоения дисциплин	Травматология, ортопедия. Медицинская реабилитация. Гигиена. Гигиена детей и подростков
Формируемые компетенции (индекс компетенций)	УК – 7
Изучаемые темы	<p>Раздел 1. Общая физическая подготовка.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие общефизических качеств: координацию, быстроту, ловкость, выносливость, гибкости и силы. 2. Комплекс упражнений для развития мышц плечевого пояса. 3. Комплекс упражнений для развития мышц спины и живота. 4. Комплекс упражнений для развития мышц нижних конечностей. 5. Приём контрольных нормативов <p>Раздел 2. Лёгкая атлетика.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Обучение и совершенствование технике низкого старта и прыжка в длину. 2. Развитие скоростно-силовых качеств 3. Обучение и совершенствование технике бега на короткие дистанции. 4. Обучение и совершенствование технике бега на длинные дистанции. 5. Приём контрольных нормативов <p>Раздел 3. Лыжная подготовка.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Экипировка подборка лыжного инвентаря. 2. Обучение и совершенствование технике попеременно-двухшажного хода. 3. Обучение и совершенствование технике спусков и подъёмов. 4. Обучение и совершенствование технике поворотов, способы торможения. 5. Обучение одновременно одношажному ходу <p>Раздел 4. Спортивные игры/ баскетбол.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Правила игры баскетбола/стритбола. Основы техники игры. 2. Обучение технике держания и ловле мяча, передвижения с мячом.

	<p>3. Обучение и совершенствование ведения и передачи мяча, броски по корзине.</p> <p>4. Совершенствование технике держания и ловле мяча, передвижения с мячом.</p> <p>5. Приём контрольных нормативов</p>
Виды учебной работы	<p>Контактная работа обучающихся с преподавателем</p> <p>Аудиторная (виды):</p> <ul style="list-style-type: none"> – лекции; – практические занятия. <p>Самостоятельная работа</p> <ul style="list-style-type: none"> - устная.
Форма промежуточного контроля	зачёт