



**КЕМЕРОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ**

Кафедра физической культуры

АННОТАЦИЯ

рабочей программы дисциплины

Физическая культура и спорт

по специальности 31.05.01 «Лечебное дело» (специалитет)

| | | | | | | | |
|--|--|-------------|--------------|-----------|------------|-----------|------------|
| 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 | К обязательной части блока 1 | | | | | | |
| Изучение дисциплины требует знания, полученные ранее при освоении дисциплин | Анатомия, нормальная физиология, гигиена | | | | | | |
| Данная дисциплина необходима для успешного освоения дисциплин | Медицинская реабилитология, гигиена детей и подростков. | | | | | | |
| Формируемые компетенции (индекс компетенций) | <table border="0"> <tr> <td>УК-7</td> <td>ОПК-3</td> </tr> <tr> <td>ИД-1 УК-7</td> <td>ИД-1 ОПК-3</td> </tr> <tr> <td>ИД-2 УК-7</td> <td>ИД-2 ОПК-3</td> </tr> </table> | УК-7 | ОПК-3 | ИД-1 УК-7 | ИД-1 ОПК-3 | ИД-2 УК-7 | ИД-2 ОПК-3 |
| УК-7 | ОПК-3 | | | | | | |
| ИД-1 УК-7 | ИД-1 ОПК-3 | | | | | | |
| ИД-2 УК-7 | ИД-2 ОПК-3 | | | | | | |
| Изучаемые темы | <p>Раздел 1. Лёгкая атлетика Обучение технике низкого старта и стартового разгона. Обучение прыжкам в длину с места. Совершенствование техники бега с низкого старта и техники прыжка в длину с места. Обучение и совершенствование техники бега на короткие дистанции. Итоговое занятие по разделу 1 «Развитие скоростно- силовых качеств».</p> <p>Раздел 2. Общая физическая подготовка Развитие общефизических качеств: координации, быстроты, ловкости, выносливости, гибкости и силы. Комплекс упражнений для развития мышц плечевого пояса. Комплекс упражнений для развития мышц спины и живота. Комплекс упражнений для развития мышц нижних конечностей. Итоговое занятие по разделу 2 «Развитие общефизических качеств: координации, быстроты, ловкости, выносливости, гибкости и силы».</p> <p>Раздел 3. Лыжная подготовка Экипировка, подбор инвентаря. Обучение способам</p> | | | | | | |

| | |
|---|---|
| | <p>передвижения, инструктаж по технике безопасности. Обучение одновременному бесшажному ходу. Обучение попеременному двухшажному ходу. Обучение стойкам на спусках. Итоговое занятие по разделу 3 «Обучение одновременному одношажному ходу».</p> <p>Раздел 4. Спортивные игры. Баскетбол</p> <p>Обучение технике стойки баскетболиста, держанию мяча, ловле и передаче его двумя руками от груди. Обучение ловле и передачи мяча на месте и в движении; обучение технике ведения мяча поочередно правой и левой рукой. Совершенствование передач в движении, совершенствование ловли отскока от щита, совершенствование бросков с места в движении. Совершенствование техники держания и ловли мяча, передвижения с мячом. Итоговое занятие по разделу 4 «Совершенствование ведения и бросков по корзине. Совершенствование ловли отскока мяча от корзины».</p> |
| <p>Виды учебной работ</p> | <p>Контактная работа обучающихся с преподавателем</p> <p><i>Аудиторная (виды):</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - лекции - практические занятия <p><i>Внеаудиторная (виды):</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - дополнительные занятия (отработки, консультации) <p>Самостоятельная работа</p> <ul style="list-style-type: none"> - устная - письменная - практическая |
| <p>Форма промежуточного контроля</p> | <p>зачёт</p> |