

Электронная цифровая подпись

Лысов Николай Александрович



F 2 5 6 9 9 F 1 D E 0 1 1 1 E A

Бунькова Елена Борисовна



F C 9 3 E 8 6 A C 8 C 2 1 1 E 9

Утверждено 30 мая 2019 г.
протокол № 5

председатель Ученого Совета Лысов Н.А.

ученый секретарь Ученого Совета Бунькова Е.Б.

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ «ИГРОВЫЕ ВИДЫ СПОРТА В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ»

Блок1

Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту

Специальность: 31.05.03 Стоматология

(уровень специалитета)

Направленность: Стоматология

для лиц на базе среднего профессионального образования

(31.00.00 Клиническая медицина, 34.00.00 Сестринское дело), высшего образования

Квалификация (степень) выпускника: Врач - стоматолог

Форма обучения: очная

Срок обучения: 5 лет

Аннотация рабочей программы дисциплины «Игровые виды спорта в физической культуре»

Цель и задачи учебной дисциплины: сформировать систему компетенций для усвоения теоретических основ современных представлений о физической культуре, ее значении в профессиональной деятельности медицинского персонала.

Место дисциплины в структуре ОПОП ВО: дисциплина «Игровые виды спорта в физической культуре» относится к блоку 1 элективных дисциплин в физической культуре и споте в структуре ОПОП по специальности «Стоматология».

Содержание дисциплины

Подвижные игры и эстафеты. Подвижные игры эстафеты с предметами без них, простейшими способами передвижения, не требующие проявления максимальных усилий и сложно-координационных действий. Педагогическая характеристика подвижных игр: «Борьба за мяч», «Футбол руками», «Пятнашки», «Рыбаки и рыбки» и др. Эстафеты: с предметами без них, с преодолением полосы препятствий, составленной из гимнастических снарядов

Прикладные виды аэробики:

Танцевальная аэробика с элементами шейпинга: общеразвивающие упражнения в сочетании с танцевальными движениями на основе базовых шагов под музыкальное сопровождение.

Разучивание базовых движений из латинского, джазового танца, рок-н-рола, твиста, классической аэробики и др. Разучивание комплексов упражнений силовой направленности, локально воздействующих на различные группы мышц.

Методика питания при занятиях физическими упражнениями. Расчет индивидуального суточного рациона с учетом вида деятельности.

Фитбол-аэробика: Особенности содержания занятий по фитбол-аэробике. Упражнения локального и регионального характера, упражнения на равновесие, изометрические упражнения с максимальным мышечным напряжением (5–30 с) из различных исходных положений.

Степ-аэробика: обучение различным вариантам шагов с подъемом на платформу (гимнастическую скамейку) и спуском с нее, танцевальным движениям, переходам между ритми направлениями движений.

Стретчинг: основы методики развития гибкости. Разучивание и совершенствование упражнений из различных видов стретчинга: пассивного и активного статического; пассивного и активного динамического. комплексов упражнений по совершенствованию отдельных физических качеств с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья

Общая трудоемкость освоения дисциплины составляет 328 часов

Объем дисциплины и виды учебной работы (в часах):

Объем 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
Общая трудоемкость дисциплины, часов	328	36	36	36	24	48	48	34	48	18
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего) (аудиторная работа):	115	12	12	12	8	18	18	12	18	5
Лекции (всего)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Практические занятия (всего)	115	12	12	12	8	18	18	12	18	5
СРС (по видам учебных занятий)	212	24	24	24	16	30	30	22	30	12

Вид промежуточной аттестации обучающегося (Зачет)	1	-	-	-	-	-	-	-	-	1
Контактная работа обучающихся с преподавателем (ИТОГО)	116	12	12	12	8	18	18	12	18	6
СРС (ИТОГО)	212	24	24	24	16	30	30	22	30	12

При освоении дисциплины обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине:

Код компетенции	Содержание компетенции
ОК-6	способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
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; преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения;
Владеть	навыками повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья; навыками организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях; средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности

Формы проведения аудиторных занятий элективных дисциплин в физической культуре и спорте части Б1» –занятия семинарского типа

Формы промежуточной аттестации:

Зачет по дисциплине (модулю)

В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

Общекультурные компетенции:

- способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-6)