

Электронная цифровая подпись



Утверждено 27 мая 2021 г.
протокол № 5

председатель Ученого Совета Лысов Н.А.
ученый секретарь Ученого Совета Бунькова Е.Б.

**АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ
«ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»**

Блок 1

**Часть, формируемая участниками образовательных отношений
Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту**

Специальность: 31.05.03 Стоматология
(уровень специалитета)

Направленность: Стоматология

Квалификация (степень) выпускника: Врач - стоматолог

Форма обучения: очная

Срок обучения: 5 лет

**Аннотация рабочей программы дисциплины
«Прикладная физическая культура и спорт»**

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 «Прикладная физическая культура и спорт» относится к блоку 1 часть, формируемая участниками образовательных отношений элективных дисциплин по физической культуре и спорту в структуре ОПОП по специальности «Стоматология».

Содержание дисциплины: Общая физическая подготовка (ОФП): Общая физическая подготовка (совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств). Средства и методы ОФП: строевые упражнения, общеразвивающие упражнения без предметов, с предметами. Упражнения для воспитания силы: упражнения с отягощением, соответствующим собственному весу, весу партнера и его противодействию, с сопротивлением упругих предметов (эспандеры и резиновые амортизаторы), с отягощением (гантели, набивные мячи). Упражнения для воспитания выносливости: упражнения или элементы с постепенным увеличением времени их выполнения.

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

Гимнастика. Основы техники безопасности на занятиях гимнастикой. Включает в себя элементы спортивной и художественной гимнастики, шейпинга, аэробики, танца и других современных разновидностей гимнастических упражнений (стретчинг, Пилатес, Йога и т.д.); разнообразные комплексы общеразвивающих упражнений, элементы специальной физической подготовки, подвижные игры для развития силы, быстроты, общей и силовой выносливости, прыгучести, гибкости, ловкости, координационных способностей, социально и профессионально необходимых двигательных умений и навыков. Основы производственной гимнастики. Составление комплексов упражнений (различные виды и направленности воздействия).

Общая трудоемкость освоения дисциплины составляет 328 часов

Объём 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):	163	18	18	18	12	24	24	18	24	7
Лекции (всего)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Практические занятия (всего)	163	18	18	18	12	24	24	18	24	7
СРС (по видам учебных занятий)	164	18	18	18	12	24	24	16	24	10
Вид промежуточной аттестации обучающегося (Зачет)	1	-	-	-	-	-	-	-	-	1
Контактная работа обучающихся с преподавателем (ИТОГО)	164	18	18	18	12	24	24	18	24	8
СРС (ИТОГО)	164	18	18	18	12	24	24	16	24	10

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

УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
иУК-7.1.	Знать способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни.
иУК-7.2.	Уметь использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровые берегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности; применять здоровые берегающие технологии для обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности.
иУК-7.3.	Владеть здоровые берегающими технологиями поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Формы проведения занятий элективных дисциплин по физической культуре и спорту в части, формируемая участниками образовательных отношений части Б 1- занятия семинарского типа

Формы промежуточной аттестации:

Зачет по дисциплине (модулю)