

Электронная цифровая подпись



Утверждено 25 мая 2023 г.
протокол № 5

председатель Ученого Совета Прохоренко И.О.
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

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 «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. 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

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	Всего часов	1 семестр	2 семестр	3 семестр	4 семестр	5 семестр	6 семестр	7 семестр	8 семестр	9 семестр
Общая трудоемкость дисциплины	328	36	36	36	24	48	48	34	48	18
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего) (аудиторная работа):	116	12	12	12	8	18	18	12	18	6
Лекции (всего)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Практические занятия (всего)	116	12	12	12	8	18	18	12	18	6
Самостоятельная работа обучающихся	212	24	24	24	16	30	30	22	30	12
Вид промежуточной аттестации обучающегося (зачет)	+	-	-	-	-	-	-	-	-	+
Контактная работа обучающихся с преподавателем	116	12	12	12	8	18	18	12	18	6

ИТОГО										
СРС (ИТОГО)	212	24	24	24	16	30	30	22	30	12

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 сберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности; применять здоровые сберегающие технологии для обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности.
иУК-7.3. Владеть	Здоровые сберегающими 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)