

# Аннотация рабочей программы дисциплины

## Физическая культура

Для студентов 1-5 курсов, направление подготовки (специальность)

Стоматология 060201, форма обучения очная

### 1. Цель и задачи дисциплины

Целью освоения учебной дисциплины Физическая культура является формирование у студентов-медиков мотиваций и стимулов к занятиям физической культурой как необходимому звену.

При этом задачами дисциплины являются:

- укреплять здоровье студентов, повышать и поддерживать на оптимальном уровне физическую и умственную работоспособность, психомоторные навыки

- развивать и совершенствовать физические качества, поддерживая их на протяжении всех лет обучения в вузе

- вырабатывать у студентов ценностные установки на качественное применение средств и методов физической культуры как неотъемлемого компонента здорового образа жизни, фактора общекультурного развития и овладения медицинской профессией

- прививать знания и обучать практическим навыкам использования нетрадиционных средств физической культуры для укрепления и восстановления здоровья

- обучать различным двигательным навыкам, сочетая с профессионально-прикладной физической подготовкой, методам оценки физического, функционального, психоэмоционального и энергетического состояния организма и методам коррекции средствами физической культуры

- обучить само- и взаимоконтролю на групповых и индивидуальных занятиях средствами физической культуры, ведению дневника самоконтроля, составлению и проведению комплексов утренней гимнастической и производственной гимнастики

- формировать навыки соблюдения требований личной и общественной гигиены, мотивационно-ценностное отношение к ежедневному выполнению двигательного режима, прививать интерес к занятиям спортом и желание к отказу от вредных привычек.

В результате прохождения курса по дисциплине физическая культура студент должен:

Знать:

- социальную роль физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности,

- принципы здорового образа жизни с помощью занятий физической культурой.

Уметь:

- компетентно разбираться в вопросах физической культуры, применяемых в профилактике и лечении больных,

- применять методы физической культуры для улучшения здоровья, работоспособности и хорошего самочувствия.

Владеть:

- опытом спортивной деятельности,
- физическим самосовершенствованием и самовоспитанием.

## 2. Место учебной дисциплины в структуре ООП

Дисциплина «физическая культура» относится к профессиональному циклу вариативной части ФГОС ВПО по специальности Стоматология\_\_060201.

Для изучения данной учебной дисциплины (модуля) необходимы следующие знания, умения и навыки, формируемые предшествующими дисциплинами:

-Анатомия:

Знания: функциональные особенности строения опорно-двигательного аппарата, физиологические характеристики разных видов мышечной деятельности,

Умения: разбираться в вопросах строения человека, опорно-двигательного аппарата, мышечной системы,

Навыки: владеть средствами физической культуры для укрепления опорно-двигательного аппарата;

- Гигиена:

Знания: гигиенические требования к одежде, питанию и температурному режиму при занятиях физическими упражнениями;

Умения: разбираться в вопросах гигиены физических упражнений с целью профилактики;

Навыки: владеть навыками составления индивидуального двигательного режима и питания при данном двигательном режиме

- Нормальная физиология:

Знания: физиологические закономерности спортивной тренировки. Энергозатраты организма при занятиях спортом;

Умения: разбираться в вопросах энергозатрат организма спортсменов различных специальностей;

Навыки: владеть методами расчета энергозатрат спортсменов.

- Медицинская реабилитация:

Знания: профилактика спортивных травм и повреждений;

Умения: разбираться в вопросах спортивных травм и повреждений в целях профилактики;

Навыки: владеть методами контроля и самоконтроля за состоянием организма при занятиях физическими упражнениями.

**3.Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, (400 академических часов).**

## 4.Результаты обучения

Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих общекультурных (ОК) и профессиональных (ПК) компетенций:

п/п	Код соответствующей компетенции из	Способы реализации и их наименование	Результат освоения (знать,уметь,владеть)
-----	------------------------------------	--------------------------------------	--

	ФГОС ВПО (ОК и ПК)		
1	<b>ОК-5</b> Способность и готовность к логическому и аргументированному анализу, публичной речи, ведению дискуссий и полемики, к редактированию текстов профессионального содержания, к осуществлению воспитательной и педагогической деятельности, к сотрудничеству и разрешению конфликтов, к толерантности	Тестирование по лекциям по теории физического воспитания: «Психофизиологические основы труда и интеллектуальной деятельности», «Средства физической культуры в регулировании работоспособности», «Основы методик развития основных физических качеств»	<b>Знать</b> - Социальную роль физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности, принципы здорового образа жизни.  <b>Уметь</b> - Разбираться в вопросах физической культуры, осуществлении воспитательной и педагогической деятельности, в целях профилактики и лечения заболеваний <b>Владеть</b> - Методами физического самосовершенствования и самовоспитания.
2	<b>ПК-11</b> Способность и готовность применять социально-гигиенические методики сбора и медико-статистического анализа информации о показателях здоровья взрослого населения и подростков в целях разработки научно-обоснованных	Тестирование по лекциям по теории физического воспитания «Современные оздоровительно-спортивные системы повышения качества жизни человека», «Оптимизация физической активности населения».  Контрольные вопросы к методико-практическим занятиям:  «Оздоровительная система С.Кнейппа»,	<b>Знать</b> - Социально-гигиенические методики сбора и медико-статистического анализа информации о показателях здоровья взрослого населения и подростков. Социальную роль физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности, принципы здорового образа жизни.  <b>Уметь</b> - Использовать знания медико-статистического анализа информации о

	<p>мер по улучшению и сохранению здоровья мужчин и женщин</p>	<p>«Современные оздоровительные методики»</p>	<p>показателях здоровья взрослого населения и подростков. Разбираться в вопросах физической культуры, осуществлении воспитательной и педагогической деятельности, в целях профилактики и лечения заболеваний  <b>Владеть</b> - Быть готовым использовать на практике информацию о показателях здоровья взрослого населения и подростков с целью разработки научно-обоснованных мер по улучшению и сохранению населения и подростков. Методами физического самосовершенствования и самовоспитания.</p>
3	<p><b>ПК-17</b>  Способность и готовность к формированию мотивации отдельных лиц, семей и общества в целом по поддержанию стоматологического и общего здоровья.</p>	<p>Тестирование по лекциям по теории физического воспитания «Естественно-научные основы физического воспитания», «Гигиенические основы физического воспитания и спорта», «Современные оздоровительно-спортивные системы повышения качества жизни человека».</p> <p>Контрольные вопросы к методико-практическим занятиям:</p>	<p><b>Знать</b> - Составляющие стоматологического и общего здоровья. Социальную роль физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности, принципы здорового образа жизни.</p> <p><b>Уметь</b> - Сформировать мотивации отдельных лиц, семей и общества в целом по поддержанию стоматологического и общего здоровья. Разбираться в вопросах физической культуры, осуществлении</p>

	<p>«Составление программы профессионально-прикладной физической культуры врача»</p> <p>«Оптимальный двигательный режим и рациональное питание людей различного возраста»</p>	<p>воспитательной и педагогической деятельности, в целях профилактики и лечения заболеваний</p> <p><b>Владеть</b> - Быть готовым использовать сформированные мотивации к поддержанию стоматологического и общего здоровья. Методами физического самосовершенствования и самовоспитания.</p>
--	--	---

### 5. Образовательные технологии

Используемые образовательные технологии при изучении данной дисциплины составляет 5% интерактивных занятий от объема аудиторных занятий.

Примеры интерактивных форм и методов проведения занятий:

Учебные фильмы по плаванию, аэробике, шейпингу. Проведение ролевой игры «физическая культура – вторая профессия врача», лекции с мультимедийным сопровождением.

В учебно-тренировочных занятиях, в игровых видах спорта (волейбол, футбол, баскетбол, стритбол, ручной мяч) применяются методы активизации: 1) «Работа в команде» - совместная деятельность студентов в команде под руководством капитана для решения общей задачи – победы над противником; 2) «Case study» - анализ игровых действий соперников с целью вариантов лучших решений; 3) Игра – ролевая имитация студентами реальной профессиональной деятельности. Игра «Физическая культура – вторая профессия врача».

Во время изучения дисциплины «физическая культура» студенты самостоятельно проводят комплекс утренней гимнастики, представляют программу профессионально-прикладной физической культуры врача.

### 6. Формы аттестации

Исходный уровень знаний студентов определяется тестированием.

Текущий контроль усвоения предмета определяется тестированием в ходе занятий.

В конце изучения учебной дисциплины проводится промежуточный контроль знаний и умений с использованием тестового контроля.

Заведующий кафедрой  
физического воспитания  
профессор  
Исполнитель



Репин В.Ф.  
Камбунова И.Н.