

## **Аннотация рабочей программы дисциплины «Физическая культура»**

Рабочая программа дисциплины разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования (ФГОС ВО) по направлению подготовки (специальности) Стоматология, с учётом рекомендаций основной профессиональной образовательной программы (ОПОП) высшего образования.

### **Цель и задачи дисциплины**

Целью освоения дисциплины является формирование общекультурных компетенций для оказания квалифицированной медицинской помощи в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом.

Задачи дисциплины:

- укреплять здоровье студентов, повышать и поддерживать на оптимальном уровне физическую работоспособность и психомоторные навыки;
- развивать и совершенствовать основные двигательные качества; формировать устойчивую мотивацию к физическому самосовершенствованию;
- вырабатывать у студентов ценностные установки на применение средств и методов физической культуры как важнейшего компонента здорового образа жизни, фактора общекультурного развития и овладения медицинской профессией;
- совершенствовать двигательные навыки, необходимые для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

### **Планируемые результаты обучения по дисциплине**

<b>Формируемые компетенции</b>	<b>Планируемые результаты обучения</b> В результате изучения дисциплины студент должен:
Специальность: стоматология	
<b>ОК - 5</b> Готовность к саморазвитию, самореализации, самообразованию, использованию творческого потенциала	<b>Уметь:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— выбрать средства и методы физической культуры для физического самосовершенствования</li></ul> <b>Знать:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— принципы занятий физической культурой для совершенствования своих двигательных качеств</li></ul>
<b>ОК - 6</b> Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<b>Уметь:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— выбрать средства и методы физической культуры для поддержания здоровья и работоспособности</li></ul> <b>Знать:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— социальную роль физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности</li></ul>

### **Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы**

Дисциплина «Физическая культура» реализуется в рамках:

- базовой части Блока 1 ОПОП специалитета в объеме 72 академических часов (2 зачетные единицы).

### **Формы промежуточной аттестации**

Промежуточная аттестация по дисциплине «Физическая культура» проводится в форме «зачёта» в конце 4-го семестра.

### **Содержание дисциплины**

1. Теоретический модуль - 36 часов	
Тема 1.1.	Физическая культура и спорт как средства сохранения и укрепления здоровья, физического и спортивного совершенствования
Тема 1.2.	Методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Тема 1.3.	Физиологическая характеристика мышечной деятельности
Тема 1.4.	Медицинские группы физвоспитания и самоконтроль за переносимостью физических нагрузок
Тема 1.5.	Правила измерения и методы оценки физического развития
Тема 1.6.	Принципы построения самостоятельных занятий оздоровительной физкультурой
Тема 1.8.	Характеристика основных физических качеств человека /сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость/
2. Методико-практический модуль - 28 часа	
Тема 1.1.	Средства и методические особенности развития и совершенствования силовых качеств
Тема 1.2.	Средства и методические особенности развития и совершенствования качества быстроты
Тема 1.3.	Средства и методические особенности развития и совершенствования выносливости
Тема 1.4.	Средства и методические особенности развития и совершенствования качества ловкости
Тема 1.5.	Средства и методические особенности развития и совершенствования качества гибкости
Промежуточная аттестация (зачет) – 2 часа	