



федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования
Первый Московский государственный медицинский университет имени И.М. Сеченова
Министерства здравоохранения Российской Федерации
(Сеченовский Университет)

Утверждено
Ученый совет ФГАОУ ВО Первый МГМУ
им. И.М. Сеченова Минздрава России
(Сеченовский Университет)
«20» января 2021
протокол №1

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Физическая культура и спорт
основная профессиональная Высшее образование - специалитет - программа специалитета
31.00.00 Клиническая медицина
31.05.01 Лечебное дело

Цель освоения дисциплины Физическая культура и спорт

Цель освоения дисциплины: участие в формировании следующих компетенций:

ОК-6; Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

ПК-16; Готовность к просветительской деятельности по устранению факторов риска и формированию навыков здорового образа жизни

Требования к результатам освоения дисциплины.

Изучение дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций:

п/№	Код компетенции	Содержание компетенции (или ее части)	Индикаторы достижения компетенций:			
			Знать	Уметь	Владеть	Оценочные средства
1	ОК-6	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Социальную роль физической культуры в развитии личности и подготовки к профессиональной деятельности	Применять методы физической культуры для улучшения здоровья, работоспособности и хорошего самочувствия	Опытом спортивной деятельности	Тест по дисциплине Физическая Культура и Спорт.



		и				
2	ПК-16	Готовность к просветительской деятельности и по устранению факторов риска и формированию навыков здорового образа жизни	Принципы здорового образа жизни с помощью занятий физической культуры	Быть компетентным в вопросах физической культуры, применяемых в профилактике и лечении больных	Физическим самосовершенствованием и самовоспитанием	Тест по дисциплине Физическая Культура и Спорт.

Разделы дисциплины и компетенции, которые формируются при их изучении

п/№	Код компетенции	Наименование раздела/темы дисциплины	Содержание раздела в дидактических единицах	Оценочные средства
1	ОК-6, ПК-16	1. Теоретический раздел 1.1 Физическая культура и спорт в России. Физическое воспитание в вузе. 1.2 Социально - биологические основы физической культуры. 1.3 Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья. 1.4 Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. 1.5 Общая физическая и специальная подготовка в системе физического	История и традиции физической культуры Физическое здоровье Физическое здоровье Физическое здоровье	Тест по дисциплине Физическая Культура и Спорт.



		<p>воспитания.</p> <p>1.6 Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.</p> <p>1.7 Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом.</p> <p>1.8 Профессионально - прикладная физическая подготовка студентов и специалистов.</p>	<p>Система самостоятельных занятий</p> <p>Система самостоятельных занятий</p> <p>Система самостоятельных занятий</p>	
2	ОК-6, ПК-16	<p>2. Практический раздел: методико - практические занятия</p> <p>2.1 Средства и методы физического воспитания.</p> <p>2.2 Структура учебно - тренировочных занятий.</p> <p>2.3 Организация и методика проведения круговой тренировки.</p> <p>2.4 Пробы, индексы и тесты для определения физического и функционального состояния организма.</p> <p>2.5 Методика проведения теста РWC 170.</p> <p>2.6 Самоконтроль занимающихся во время самостоятельных занятий физическими упражнениями и спортом.</p> <p>2.7 Утренняя</p>	<p>Система самостоятельных занятий</p> <p>Система самостоятельных занятий</p> <p>Система самостоятельных занятий</p> <p>Контроль результатов</p> <p>Контроль результатов</p> <p>Система самостоятельных занятий</p> <p>Система самостоятельных занятий</p>	



		<p>гигиеническая гимнастика и различные комплексы физических упражнений.</p> <p>2.8 Методика Система самостоятельных занятий коррегирующей гимнастики для глаз.</p> <p>2.9 Средства и методы Система самостоятельных занятий мышечной релаксации.</p> <p>2.10 Методика Система самостоятельных занятий проведения производственной гимнастики с учетом заданных условий труда.</p>	
3	ОК-6, ПК-16	<p>3. Самостоятельная работа студентов</p> <p>3.1 Подготовка к методико-практическим занятиям.</p> <p>3.2 Подготовка к практическим занятиям.</p> <p>3.3 Подготовка к промежуточной аттестации.</p>	<p>Система самостоятельных занятий</p> <p>Система самостоятельных занятий</p> <p>Контроль результатов</p>

Виды учебной работы

Вид учебной работы	Трудоемкость		Трудоемкость по семестрам (Ч)
	объем в зачетных единицах (ЗЕТ)	Объем в часах (Ч)	Семестр 3
Контактная работа, в том числе		44	44
Консультации, аттестационные испытания (КАТГ) (Экзамен)			
Лекции (Л)		22	22
Лабораторные практикумы (ЛП)			
Практические занятия (ПЗ)		22	22



Клинико-практические занятия (КПЗ)			
Семинары (С)			
Работа на симуляторах (РС)			
Самостоятельная работа студента (СРС)		28	28
ИТОГО	2	72	72

Разделы дисциплин и виды учебной работы

№	№ семестра	Наименование раздела дисциплины	Виды учебной работы (Ч)								
			Л	ЛП	ПЗ	КПЗ	С	КАтт	РС	СРС	Всего
	Семестр 3	Часы из АУП	22		22					28	72
1		Теоретический раздел	22								22
2		Практический раздел: методико - практические занятия			22						22
3		Самостоятельная работа студентов								28	28
		ИТОГ:	22		22					28	72

Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Перечень основной литературы

№	Наименование согласно библиографическим требованиям
1	Учебник: "Физическая культура студента." Под редакцией профессора, доктора педагогических наук В.И.Ильнича.

Перечень дополнительной литературы

№	Наименование согласно библиографическим требованиям
---	---

Перечень электронных образовательных ресурсов

№	Наименование ЭОР	Ссылка
1	Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.	Размещено в Информационной системе «Университет-Обучающийся»
2	Социально-биологические основы физической культуры.	Размещено в Информационной системе «Университет-Обучающийся»



3	Курс лекций.	Размещено в Информационной системе «Университет-Обучающийся»
4	Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов-медиков и специалистов.	Размещено в Информационной системе «Университет-Обучающийся»
5	Спорт. Индивидуальный выбор спорта или систем физического воспитания.	Размещено в Информационной системе «Университет-Обучающийся»
6	Тест по дисциплине Физическая Культура и Спорт.	Размещено в Информационной системе «Университет-Обучающийся»
7	Физическая культура и спорт в России. Физическое воспитание в вузе.	Размещено в Информационной системе «Университет-Обучающийся»
8	Методико - практические занятия по дисциплине ФКиС	Размещено в Информационной системе «Университет-Обучающийся»
9	Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом.	Размещено в Информационной системе «Университет-Обучающийся»
10	Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья.	Размещено в Информационной системе «Университет-Обучающийся»
11	Общая и специальная физическая подготовка в системе физического воспитания.	Размещено в Информационной системе «Университет-Обучающийся»
12	Видео - лекции. Физическая культура и спорт. КФ - ЛФ	Размещено в Информационной системе «Университет-Обучающийся»
13	Инструкция для занятий по дисциплине Физическая Культура и Спорт	Размещено в Информационной системе «Университет-



		Обучающийся»
14	Физическая культура и спорт. ЛФ	Размещено в Информационной системе «Университет-Обучающийся»
15	Учебник: "Физическая культура студента." Под редакцией В.И. Ильинича.	Размещено в Информационной системе «Университет-Обучающийся»
16	Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности.	Размещено в Информационной системе «Университет-Обучающийся»

Материально-техническое обеспечение дисциплины

№ п/п	№ учебных аудиторий и объектов для проведения занятий	Адрес учебных аудиторий и объектов для проведения занятий	Наименование оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий, объектов физической культуры и спорта с перечнем основного оборудования
1	36-1	119121, г. Москва, ул. Плющиха, д. 57	

Рабочая программа дисциплины разработана кафедрой Физкультуры ЛФ

