



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)
«15» июня 2023
протокол №6

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:

ОПК-2; Способен проводить и осуществлять контроль эффективности мероприятий по профилактике инфекционных и неинфекционных заболеваний у детей, формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению населения

Требования к результатам освоения дисциплины.

Изучение дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций:

п/№	Код компетенции	Содержание компетенции и (или ее части)	Индикаторы достижения компетенций:			
			Знать	Уметь	Владеть	Оценочные средства
1	ОПК-2	Способен проводить и осуществлять контроль эффективности мероприятий по профилактике инфекционных и неинфекционных	Знает: основные критерии здорового образа жизни и методы его формирования; социально-гигиенические и медицинские аспекты	Умеет: проводить санитарно-гигиеническое просвещение среди пациентов и медицинских работников с целью формирования	ИОПК-2.3 Имеет практический опыт: пропаганды здорового образа жизни и профилактики наиболее распространенных заболеваний;	Тест по дисциплине Физическая Культура и Спорт.



0000317 19900

		заболеваний у детей, формирование здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению населения	алкоголизма, наркоманий, токсикоманий, основные принципы профилактики; формы и методы санитарно-гигиенического просвещения среди медицинских работников; основные гигиенические мероприятия оздоровительного характера, способствующие укреплению здоровья и профилактике возникновения наиболее распространенных заболеваний; основы профилактической медицины; этапы планирования и внедрения коммунальных программ	здорового образа жизни и профилактики наиболее распространенных заболеваний; проводить санитарно-просветительскую работу с целью формирования здорового образа жизни и профилактики наиболее распространенных заболеваний; формировать поведение, направленное на сохранение и повышение уровня соматического здоровья; программ здорового образа жизни, включая программы снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств, и психотропных веществ; разработки плана профилактических мероприятий и осуществление методов групповой и индивидуал	проведения санитарно-просветительской работы; формирование поведения, направленного на сохранение и повышение уровня соматического здоровья; формирование программ здорового образа жизни, включая программы снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств, и психотропных веществ; разработки плана профилактических мероприятий и осуществление методов групповой и индивидуал	
--	--	---	---	---	---	--



0000317 19900

			профилактики наиболее распространенных заболеваний.	потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств, и психотропных веществ; разрабатывать план профилактических мероприятий и осуществлять методы групповой и индивидуальной профилактики наиболее распространенных заболеваний; назначать профилактические мероприятия пациентам с учетом факторов риска для предупреждения и раннего выявления заболеваний, в том числе онкологических; проводить подбор и назначение	ьной профилактики наиболее распространенных заболеваний; назначения профилактических мероприятий детям и взрослым с учетом факторов риска, онкологической и гигиенической профилактики в соответствии с порядками оказания медицинской помощи, клиническими рекомендациями, с учетом стандартов медицинской помощи; подбора и назначения лекарственных препаратов и немедикаментозных методов для профилактики наиболее распространенных заболеваний, в том	
--	--	--	---	--	---	--



0000317 19900

				лекарственных препаратов и немедицинских методов для профилактики наиболее распространенных заболеваний.	числом с применением социальных средств массовой информации.	
--	--	--	--	--	--	--

Разделы дисциплины и компетенции, которые формируются при их изучении

п/№	Код компетенции	Наименование раздела/темы дисциплины	Содержание раздела в дидактических единицах	Оценочные средства
1	ОПК-2	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 Психологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. 1.5 Общая физическая	История и традиции физической культуры Физическое здоровье Физическое здоровье	Тест по дисциплине Физическая Культура и Спорт.



		<p>специальная подготовка в системе физического 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 занятий</p> <p>Система занятий</p> <p>Система занятий</p>	<p>самостоятельных</p> <p>самостоятельных</p> <p>самостоятельных</p>	
2	ОПК-2	<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>Система занятий</p> <p>Система занятий</p> <p>Система занятий</p> <p>Контроль результатов</p> <p>Контроль результатов</p>	<p>самостоятельных</p> <p>самостоятельных</p> <p>самостоятельных</p>	



0000317 19900

		<p>2.6 Самоконтроль занимающихся во время самостоятельных занятий физическими упражнениями и спортом.</p> <p>2.7 Утренняя гигиеническая гимнастика и различные комплексы физических упражнений.</p> <p>2.8 Методика коррегирующей гимнастики для глаз.</p> <p>2.9 Средства и методы мышечной релаксации.</p> <p>2.10 Методика проведения производственной гимнастики с учетом заданных условий труда.</p>	<p>Система занятий</p> <p>Система занятий</p> <p>Система занятий</p> <p>Система занятий</p> <p>Система занятий</p>	<p>самостоятельных</p> <p>самостоятельных</p> <p>самостоятельных</p> <p>самостоятельных</p> <p>самостоятельных</p>	
3	ОПК-2	<p>3. Самостоятельная работа студентов</p> <p>3.1 Подготовка методико-практическим занятиям.</p> <p>3.2 Подготовка практическим занятиям.</p> <p>3.3 Подготовка промежуточной аттестации.</p>	<p>к Система занятий</p> <p>- занятия</p> <p>к Система занятий</p> <p>к Контроль результатов</p>	<p>самостоятельных</p> <p>самостоятельных</p> <p>самостоятельных</p>	

Виды учебной работы

Вид учебной работы	Трудоемкость	Трудоемкость по
--------------------	--------------	-----------------



	объем в зачетных единицах (ЗЕТ)	Объем в часах (Ч)	семестрам (Ч)	
			Семестр 1	Семестр 2
Контактная работа, в том числе		40	20	20
Консультации, аттестационные испытания (КАТТ) (Экзамен)		4		4
Лекции (Л)		16	16	
Лабораторные практикумы (ЛП)				
Практические занятия (ПЗ)		20	4	16
Клинико-практические занятия (КПЗ)				
Семинары (С)				
Работа на симуляторах (РС)				
Самостоятельная работа студента (СРС)		20	10	10
ИТОГО	2	60	30	30

Содержание дисциплины (модуля) по видам занятий

Лекционные занятия

№ раздела	Наименование раздела дисциплины (модуля)	Тема лекции	Применение ЭО и ДОТ	Объем, час.
1	Теоретический раздел	Физическая культура и спорт в России. Физическое воспитание в вузе.	Размещено в Информационной системе «Университет-Обучающийся»	2
1	Теоретический раздел	Социально - биологические основы физической культуры.		2
1	Теоретический раздел	Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья.		2
1	Теоретический раздел	Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности.		2
1	Теоретический раздел	Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания.		2
1	Теоретический раздел	Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.		2
1	Теоретический раздел	Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом.		2



1	Теоретический раздел	Профессионально - прикладная физическая подготовка студентов и специалистов.		2
---	----------------------	--	--	---

Практические занятия

№ раздела	Наименование раздела дисциплины (модуля)	Тема	Применение ЭО и ДОТ	Объем, час.
1	Практический раздел: методико - практические занятия	Средства и методы физического воспитания.		2
1	Практический раздел: методико - практические занятия	Структура учебно - тренировочных занятий.		2
1	Практический раздел: методико - практические занятия	Организация и методика проведения круговой тренировки.		2
1	Практический раздел: методико - практические занятия	Пробы, индексы и тесты для определения физического и функционального состояния организма.		2
1	Практический раздел: методико - практические занятия	Методика проведения теста РWC 170.		2
1	Практический раздел: методико - практические занятия	Самоконтроль занимающихся во время самостоятельных занятий физическими упражнениями и спортом.		2
1	Практический раздел: методико - практические занятия	Утренняя гигиеническая гимнастика и различные комплексы физических упражнений.		2
1	Практический раздел: методико - практические занятия	Методика коррегирующей гимнастики для глаз.		2
1	Практический раздел: методико - практические занятия	Средства и методы мышечной релаксации.		2
1	Практический раздел: методико - практические занятия	Методика проведения производственной гимнастики с учетом заданных условий труда.		2



Самостоятельная работа студента

№ раздела	Наименование раздела дисциплины (модуля)	Тема занятия	Вид СРС	Объем, час.
1	Самостоятельная работа студентов	Подготовка к методико - практическим занятиям.		10
1	Самостоятельная работа студентов	Подготовка к практическим занятиям.		5
1	Самостоятельная работа студентов	Подготовка к промежуточной аттестации.		5

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. 2000 год.

Перечень дополнительной литературы

№	Наименование согласно библиографическим требованиям
---	---

Перечень электронных образовательных ресурсов

№	Наименование ЭОР	Ссылка
1	ФОС, ФКиС. Ядро. Кафедра физкультуры.	Размещено в Информационной системе «Университет-Обучающийся»
2	Видеолекции. Ядро. Кафедра физкультуры.	Размещено в Информационной системе «Университет-Обучающийся»
3	Тест по дисциплине Физическая Культура и Спорт.	Размещено в Информационной системе «Университет-Обучающийся»
4	Видео - лекции. Физическая культура и спорт. КФ - ЛФ	Размещено в Информационной системе



0000317 19900

		«Университет-Обучающийся»
5	Физическая культура и спорт. ЛФ	Размещено в Информационной системе «Университет-Обучающийся»
6	Учебник: "Физическая культура студента." Под редакцией В.И. Ильинича.	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 ИКМ

Разработчики:

Заведующий кафедрой	_____	Воронова Н.Н.
(занимаемая должность)	(подпись)	(фамилия, инициалы)
Старший преподаватель	_____	Першиков С.В.
(занимаемая должность)	(подпись)	(фамилия, инициалы)

Принята на заседании кафедры Физкультуры ИКМ

от «27» февраля 2023 г., протокол № 7

Заведующий кафедрой
Физкультуры ИКМ _____ (подпись) _____ (фамилия, инициалы)

Одобрена Центральным методическим советом

от «17» мая 2023 г., протокол № 9

Председатель ЦМС _____ (подпись) _____ (фамилия, инициалы)



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00D9618CDA5DBFCD8082288DA9541BF88C
Владелец: Глыбочко Петр Витальевич
Действителен: с 13.09.2022 до 07.12.2023