Министерство здравоохранения Российской Федерации
государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального
образования
**ПЕРВЫЙ МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ имени И.М.СЕЧЕНОВА**

АННОТАЦИЯ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ
«Физическая культура»
(наименование дисциплины)

Направление подготовки (специальность) 31.05.01 Лечебное дело

Квалификация: Врач общей практики

Трудоемкость дисциплины _____ 2 _____ зачетные единицы

Цели освоения дисциплины

Студент должен уметь:

- 1) использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья и физического совершенствования;
- 2) правильно выполнять утреннюю гигиеническую гимнастику (У.Г.Г.) и объяснять ее значение и гигиеническую роль;
- 3) правильно применять полученные знания и умения для повышения и поддержания физической и умственной работоспособности средствами физической культуры на всех годах обучения в вузе и в дальнейшей жизни;
- 4) контролировать свое физическое состояние по тестам;
- 5) правильно применять средства физической культуры в зависимости от состояния здоровья, физической подготовленности, профессии и психоэмоционального состояния;
- 6) правильно строить физкультурно – оздоровительное занятие;
- 7) четко разъяснять необходимость и значение физической культуры в обеспечении и поддержании здоровья;
- 8) проводить само- и взаимоконтроль во время занятий физической культурой.
- 9) правильно объяснять адаптированную методику использования средств физической культуры для развития и совершенствования физических качеств: выносливости, силы, быстроты, ловкости, гибкости.

Студент должен знать:

- 1) мотивационно-ценностные отношения к физической культуре как к неотъемлемой части повседневной жизни;
- 2) о роли физической культуры в оздоровлении и развитии человека;
- 3) основы физической культуры и здорового образа жизни;
- 4) роль физической культуры в подготовке к профессиональной деятельности в преодолении экстремальных жизненных ситуаций;
- 5) о физиологических и биохимических изменениях во время занятий физической культурой и спортом;
- 6) основы организации и проведения оздоровительного занятия с различными группами;
- 7) закономерности возрастных и половых особенностей развития основных физических качеств и двигательных умений;
- 8) санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта

9) правильную терминологию.

Студент должен владеть:

- 1) методиками профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП);
- 2) методиками самоконтроля, самостоятельных занятий и оценки физической работоспособности;
- 3) терминологией и теорией физического воспитания.

Место дисциплины в структуре ООП ВПО:

Дисциплина относится к базовой части блока дисциплин.

Структура и содержание дисциплины физическая культура

№ п/п	Раздел дисциплины
1.	Раздел Легкая атлетика
1.1	Тема: быстрота, выносливость; сила; гибкость; ловкость
2	Раздел Спортивные игры
2.1	Тема: волейбол, настольный теннис, баскетбол