



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
32.00.00 Науки о здоровье и профилактическая медицина
32.05.01 Медико-профилактическое дело

Цель освоения дисциплины Физическая культура и спорт

Цель освоения дисциплины: участие в формировании следующих компетенций:

ПК-18; Способность и готовность к обучению населения правилам медицинского поведения, к проведению гигиенических процедур, формированию навыков здорового образа жизни (ПК-18)

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	ПК-18	Способность и готовность к обучению населения правилам медицинского поведения, к проведению гигиенических процедур, формированию навыков здорового образа жизни (ПК-18)	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	ПК-18	<p>1. Теоретический раздел</p> <p>1.1 Физическая культура и спорт в России. Физическое воспитание в вузе.</p> <p>1.2 Социально - биологические основы физической культуры.</p> <p>1.3 Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья.</p> <p>1.4 Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности.</p> <p>1.5 Общая физическая и 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</p>	<p>История и традиции физической культуры</p> <p>Физическое здоровье</p> <p>Физическое здоровье</p> <p>Физическое здоровье</p> <p>Физическое здоровье</p> <p>Физическое здоровье</p> <p>Система самостоятельных занятий</p> <p>Система самостоятельных занятий</p> <p>Система самостоятельных занятий</p>	<p>Тест по дисциплине Физическая Культура и Спорт.</p>



		студентов и специалистов.		
2	ПК-18	<p>2. Практический раздел</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 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</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>Система самостоятельных занятий</p> <p>Система самостоятельных занятий</p>	



1		Теоретический раздел	22							22
2		Практический раздел			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, кандидата педагогических наук В. И. Ильинича.

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	1-3	105554, г. Москва, ул. 11-я Парковая, д. 7	

Рабочая программа дисциплины разработана кафедрой Физкультуры ЛФ

