

АННОТАЦИЯ

Рабочая программа дисциплины (модуля) Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту (соответствует требованиям ФГОС 3+)

Направление подготовки (специальность): стоматология 31.05.03

Квалификация (степень) выпускника: врач стоматолог

Факультет: стоматологический

Форма обучения: очная

Физическая культура в ВУЗе является неотъемлемой частью формирования общей профессиональной и физической культуры личности современного специалиста, системы гуманитарного воспитания студентов.

Физическое воспитание студентов ВУЗов должно предоставить им реальную возможность получения минимума знаний, умений и навыков по физической культуре в рамках государственной программы обучения.

Свои образовательные и развивающие функции "Физическая культура" наиболее полно осуществляет в целенаправленном педагогическом процессе физического воспитания, который опирается на основные общие дидактические принципы: сознательности, наглядности, доступности, систематичности и динамичности.

Цель дисциплины: Целью освоения дисциплины «Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту» специализация футбол является формирование физической культуры личности студенческой молодежи и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

1. Понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
2. Знание научно- биологических, педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;

ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ЭЛЕКТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛИ) ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ»

Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту являются важнейшим компонентом целостного развития личности, и тесно связаны не только с физическим развитием и совершенствованием функциональных систем организма молодого человека, но и с формированием средствами физической культуры и спорта жизненно необходимых психических качеств, свойств и черт личности.

В результате освоения дисциплины (модуля) у обучающихся должны быть сформированы следующие общекультурные компетенции (УК-7):

Способность использовать методы и инструменты физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Знать: ценности физической культуры и спорта; значение физической культуры в жизнедеятельности человека; культурное, историческое наследие в области физической культуры; роль физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности; научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни; факторы, определяющие здоровье человека, понятие здорового образа жизни и его составляющие; технологию повышения уровня функциональных и двигательных способностей личности; принципы и закономерности воспитания и совершенствования физических качеств; способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; методические основы физического воспитания, основы самосовершенствования физических качеств и свойств личности; основные требования к уровню его

психофизической подготовки к факторы; возможности дистанционной формы занятий с использованием интернет ресурсов и такие программные продукты, как Moodle, Zoom, Skype и т.п.

Уметь: широко использовать теоретико- методические знания по применению разнообразных средств физической культуры для приобретения индивидуального практического опыта и организации коллективной спортивной деятельности; оценить современное состояние физической культуры и спортамире; придерживаться здорового образа жизни широко использовать теоретико- методические знания по применению разнообразных средств физической культуры для приобретения индивидуального практического опыта и организации коллективной спортивной деятельности; формировать мотивационно- ценностные отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом; самостоятельно поддерживать и развивать основные физические качества в процессе занятий физическими упражнениями; осуществлять подбор необходимых прикладных физических упражнений для адаптации организма к различным условиям труда и специфическим воздействиям внешней среды; использовать дистанционный формат для получения и распространения теоретических и практических знаний в области физической культуры.

Владеть: Системой теоретических и практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья;

- различными современными понятиями в области физической культуры;
- системой теоретических и практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья;
- методикой формирования и выполнения комплекса упражнений оздоровительной направленности для самостоятельных занятий,

способами самоконтроля при выполнении физических нагрузок различного характера, правилами личной гигиены, рационального режима труда и отдыха.

- средствами и методами противодействия неблагоприятным факторам и условиям труда, снижения утомления в процессе профессиональной деятельности и повышения качества результатов.

- методиками и методами самодиагностики, самооценки, средствами оздоровления для самокоррекции здоровья различными формами двигательной деятельности, удовлетворяющими потребности человека в рациональном использовании свободного времени;
- методами самостоятельного выбора вида спорта или системы физических упражнений для укрепления здоровья;
- здоровьесберегающими технологиями;
- средствами и методами воспитания прикладных физических (выносливость, быстрота, сила, гибкость и ловкость) и психических (смелость, решительность, настойчивость, самообладание, и т.п.) качеств, необходимых для успешного и эффективного выполнения определенных трудовых действий

Категория (группа) универсальных компетенций	Код и наименование универсальной компетенции	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма	
	УК-7.2. Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности	
	УК-7.3. Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности	

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту» является дисциплиной вариативной части учебного плана. Дисциплина «Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту» формирует у студентов набор специальных знаний и компетенций, необходимых для решения образовательных, оздоровительных и воспитательных задач и связана с дисциплиной (модулем) «Физическая культура».

Изучение дисциплины направлено на устойчивое формирование потребности в физическом совершенствовании, укреплении здоровья, на улучшение физической и профессиональной подготовленности студентов, приобретение личного опыта использования физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных и профессиональных целей.

Курс ведется в течение шести семестров трех первых лет обучения.

Рабочая программа должна обеспечивать реализацию дисциплин (модулей) по физической культуре и спорту в рамках:

элективных дисциплин (модулей) по физической культуре и спорту в объеме не менее 328 академических часов, которые являются обязательными для освоения и в зачетные единицы не переводятся.

Дисциплины (модули) по физической культуре и спорту реализуются в порядке, установленном Организацией. Для инвалидов и лиц с ОВЗ Организация устанавливает особый порядок освоения дисциплин (модулей) по физической культуре и спорту с учетом состояния их здоровья.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Объем дисциплины и виды учебной работы

Для всех форм обучения, направлений подготовки и специальностей ПИМУ.

Вид учебной работы	Количество часов
Общая трудоёмкость дисциплины	328
Контактная работа с преподавателем (всего)	328
В том числе:	
Лекции	
Практические / семинарские занятия	328
Методико-практические занятия	
Консультации	
Самостоятельная работа (всего)	
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	зачет

Объем дисциплины и виды учебных занятий

Вид учебных занятий	Количество часов	Семестры					
		I	II	III	IV	V	VI
Всего по дисциплине	328	54	54	54	54	54	54
В том числе:							
1. Бадминтон	36	6	6	6	6	6	6
2. Волейбол	36	6	6	6	6	6	6
3. Баскетбол	36	6	6	6	6	6	6
4. Настольный теннис	36	6	6	6	6	6	6
5. Силовая подготовка	36	6	6	6	6	6	6
6. Пилатес	36	6	6	6	6	6	6
7. Северная(скандинавская) ходьба	36	6	6	6	6	6	6
8. Единоборства	36	6	6	6	6	6	6
9. Фитнес на фитболах	36	6	6	6	6	6	6