

1. Цели и задачи освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Физическая культура и спорт» является формирование у будущих медицинских работников способности использовать разнообразные формы физической культуры и спорта в повседневной жизни для сохранения и укрепления своего здоровья и здоровья своих близких, семьи и трудового коллектива для качественной жизни и эффективной профессиональной деятельности.

Задачи освоения дисциплины:

1. Знать роль физической культуры и спорта в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
2. Укреплять здоровье студентов, повышать и поддерживать на оптимальном уровне физическую и умственную работоспособность, психомоторные навыки и другие, профессионально значимые качества будущих медицинских работников;
3. Развивать и совершенствовать физические качества у будущих медицинских работников: быстроту реакции; координацию движений и мышечных усилий (точность воспроизведения движений), которые являются значимыми в их будущей профессиональной деятельности;
4. Выбатывать ценностные установки на качественное применение средств и методов физической культуры и спорта как неотъемлемого компонента здорового образа жизни, фактора общекультурного развития и овладения профессией врача-стоматолога;
5. Формировать у населения, пациентов и членов их семей мотивации, направленной на сохранение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих;

2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина относится к базовой части ОПОП Б1.В.ДВ, её изучение осуществляется в 1 семестре.

Для освоения данной дисциплины необходимы знания, умения и навыки, сформированные на предыдущем уровне образования.

Знания, умения и навыки, полученные при изучении данной дисциплины необходимы для успешного освоения следующих дисциплин:

1. «Формирование здорового образа жизни и медицинская профилактика»
2. «Элективные дисциплины по физической культуре: двигательная рекреация»
3. «Общественное здоровье и здравоохранение»
4. «Безопасность жизнедеятельности»
5. «Элективные дисциплины по физической культуре: волейбол»
6. «Элективные дисциплины по физической культуре: баскетбол»

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Коды и содержание компетенций	Планируемые результаты обучения		
	Знать	Уметь	Владеть навыками
Общекультурные компетенции			
ОК-6 - способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Социальную роль физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности.	Совершать профессионально умелые и точные движения, используя специально разработанные комплексы физических упражнений для развития координации движений.	Методами физического самосовершенствования и самовоспитания для реализации будущей профессиональной деятельности врача-стоматолога

	Средства и методы физической культуры для повышения умственной работоспособности и развития физических качеств.	Составлять комплексы утренней гигиенической и корригирующей гимнастики и подбирать упражнения, направленные на развитие физических качеств.	Проведения и выполнения комплексов утренней гигиенической, корригирующей гимнастики, упражнений для мелкой моторики рук, для координации движений и мышечных усилий.
	Средства и методы восстановления работоспособности организма человека	Применять современные средства и методы релаксации.	Выполнения простейших приёмов релаксации.
Профессиональные компетенции			
Компетенция ПК-1 - способность и готовность к осуществлению комплекса мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья и включающих в себя формирование здорового образа жизни, предупреждение возникновения и (или) распространения стоматологических заболеваний, их раннюю диагностику, выявление причин и условий их возникновения и развития, а также направленных на устранение вредного влияния на здоровье человека факторов среды его обитания.	Основы физической культуры и здорового образа жизни; принципы здорового образа жизни, последствия вредных привычек.	Составлять комплекс утренней гигиенической, корригирующей и производственной гимнастики	Организации двигательной активности и двигательного режима.
ПК-13 - готовность к просветительской	Здоровьеформирующие и инновационные	Разбираться в вопросах физической	Средствами и методами убеждения,

деятельности по устранению факторов риска и формированию навыков здорового образа жизни.	технологии в сфере физической культуры и спорта.	культуры и спорта, применяемых на основе здоровьесформирующих технологий.	разъяснения и просвещения с целью формирования потребности граждан в активном здоровом образе жизни.
--	--	---	--

4. Объем дисциплины с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Семестр	Наименование разделов дисциплины	Контактная аудиторная работа обучающихся с преподавателем в ак. часах, в том числе					Самостоятельная работа, в том числе консультации и контроль самостоятельной работы, ак. час		
		Лекции	Практические занятия	Семинарские занятия	Лабораторные занятия	Клинические практические занятия	Контроль самостоятельной работы	Групповые консультации	Самостоятельная работа, в том числе индивидуальные консультации
1	Раздел 1 (теоретический). Физическая культура и спорт как общекультурная ценность в профессиональной деятельности студентов-стоматологов.	16						8	
	Раздел 2 (практический).		18					30	
	Промежуточная аттестация: зачет								
	Итого за 1 семестр	16	18					38	
	Итого по дисциплине:	16	18					38	
	Часов 72	Зач. ед. 2		34			38		

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

5.1. Содержание разделов дисциплины

Код компетенций	Наименование разделов и тем дисциплин	Краткое содержание разделов и тем
1 семестр		
ОК-6, ПК-13	Раздел 1. Физическая культура и спорт как общекультурная ценность в	Физическая культура и спорт в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. Социально-биологические основы физической культуры. Общая и специальная физическая подготовка в системе физического воспитания обучающихся.

	профессиональной деятельности обучающихся.	
	Раздел 2. Практический	Общая физическая подготовка с элементами легкой атлетики. Физическая подготовка средствами баскетбола. Физическая подготовка средствами волейбола. Практическое овладение методами развития и контроля основных физических качеств.
2 семестр		
ПК - 1	Раздел 2. Практический	Физическая подготовка средствами волейбола. Физическая подготовка средствами баскетбола. Физическая подготовка средствами плавания. Физическая подготовка с элементами легкой атлетики. Практическое овладение методикой составления комплекса и проведения утренней гигиенической, корригирующей гимнастики. Практическое овладение определенной методикой проведения самоконтроля состояния здоровья и физической подготовленности.