

Аннотация рабочей программы

Наименование дисциплины (модуля)		Физическая культура и спорт для лиц с ограничениями жизнедеятельности и здоровья			
Направление подготовки		31.00.00 Клиническая медицина			
Специальность		31.05.01 «Лечебное дело»			
Уровень высшего образования		специалитет			
Форма обучения		очная			
Место в основной образовательной программе		«Физическая культура и спорт для лиц с ограничениями жизнедеятельности и здоровья» входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений Блока 1 «Специализированные адаптационные дисциплины (модули)» учебного плана подготовки специалистов.			
Курс изучения		1,2,3			
Трудоёмкость дисциплины (з.е.т./час)вт.ч.		6/328			
лекций		-			
практических		328			
самостоятельной работы		-			
Вид промежуточной аттестации		зачет			
Цель изучения дисциплины (модуля)		Целью физического воспитания студентов является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.			
Формируемые компетенции		УК-7 (УК-7.1.1.; УК-7.1.2.)			
Краткое содержание дисциплины (модуля):					
Название модулей и тем	Количество часов:				
	всего (з.е.т./час)	В том числе:			
		лекций	практич. (семин)	лаборат	самост. работа
Модуль 1. «Основные средства развития физических и психофизических качеств»	104		104		
Тема 1.1.-1.10. Развитие силы (в специально медицинской группе)	20		20		
Тема 1.1.-1.10. Правила игры. Шах. Мат. Пат. Вечный шах. Развитие памяти, оперативного мышления (в группе освобожденных студентов)					
Тема 1.11.-1.22. Развитие быстроты (в специально медицинской группе)	24		24		
Тема 1.11.-1.22. Правила игры. Рокировка. Развитие памяти, оперативного мышления (в группе освобожденных студентов)					
Тема 1.23.-1.26. Развитие общей выносливости (в специально медицинской группе)	8		8		

Тема 1.23.-1.26. Мат одинокому королю. Развитие памяти и оперативного мышления (<i>в группе освобожденных студентов</i>)					
Тема 1.27.-1.42. Развитие силовых качеств (<i>в специально медицинской группе</i>)	32		32		
Тема 1.27.-1.42. Развитие игры в начале партии. Дебюты. Развитие оперативного мышления, волевого управления поведением (<i>в группе освобожденных студентов</i>)					
Тема 1.43.-1.52. Развитие общей выносливости. (<i>в специально медицинской группе</i>)	20		20		
Тема: 1.43.-1.52. Игровая практика. Развитие памяти тактического мышления (<i>в группе освобожденных студентов</i>)					
Модуль 2. "Развитие специальной физической подготовки средствами видов спорта»	136		136		
Раздел 2.1 "Развитие специальной физической подготовки средствами бадминтона "					
Тема 2.1.1.-2.1.10. Развитие общей выносливости.	20		20		
Тема 2.1.11.-2.1.16. Изучение техники подачи: короткой, высоко - далекой, плоской.	12		12		
Тема 2.1.17.-2.1.22. Изучение техники ударов по волану: короткого, плоского, высоко – далёкого, "смеш", укороченного, замах - удара.	12		12		
Тема 2.1.23.-2.1.28. Изучение техники ударов на заднюю линию.	12		12		
Тема 2.1.29.-2.1.34. Изучение техники ударов в переднюю зону.	12		12		
Тема 2.1.35.-2.1.37. Изучение комбинации с 2-3 ударов на заднюю линию.	6		6		
Тема 2.1.38.-2.1.40. Изучение комбинации с 4-5 ударов по заданию.	6		6		
Тема 2.1.41.-2.1.43. Изучение комбинации с 5-6 ударов.	6		6		
Тема 2.1.44.-2.1.50. Изучение тактических действий в одиночной игре.	14		14		
Тема 2.1.51.-2.1.58. Изучение тактических действий в парной категории.	16		16		
Тема 2.1.59.-2.1.68. Развитие специальной выносливости.	20		20		
Раздел 2.2 "Развитие специальной физической подготовки средствами настольного тенниса "					
Тема 2.2.1.-2.2.10. Развитие общей выносливости.	20		20		
Тема 2.2.11.-2.2.14. Изучение техники удара без подкрутки: "толчка" мяча.	8		8		
Тема 2.2.15.-2.2.18. Изучение техники удара с нижним вращением мяча:	8		8		

«подрезка».					
Тема 2.2.19.-2.2.22. Изучение техники удара с верхним вращением: «накат».	8		8		
Тема 2.2.23.-2.2.26. Изучение техники подачи мяча: подбрасыванием мяча, плоской, подачи слева и справа.	8		8		
Тема 2.2.27.-2.2.34. Изучение техники игры в нападении и защите.	16		16		
Тема 2.2.35.-2.2.38. Изучение тактики игры атакующего игрока против защитника.	8		8		
Тема 2.2.39.-2.2.42. Изучение тактики игры защитника против атакующего игрока.	8		8		
Тема 2.2.43.-2.2.48. Изучение тактики игры атакующего игрока против атакующего защитника.	12		12		
Тема 2.2.49.-2.2.58. Изучение тактических взаимодействий в парной категории.	20		20		
Тема 2.2.59.-2.2.68. Развитие специальной выносливости.	20		20		
Раздел 2.3. «Развитие физических качеств средствами общефизической подготовки»					
Тема 2.3.1.-2.3.10. Развитие общей выносливости.	20		20		
Тема 2.3.11.-2.3.14. Изучение техники оздоровительной ходьбы. Развитие аэробных возможностей.	8		8		
Тема 2.3.15.-2.3.18. Изучение техники оздоровительного бега. Развитие аэробных возможностей.	8		8		
Тема 2.3.19.-2.3.26. Развитие координации движений средствами основной гимнастики.	16		16		
Тема 2.3.27.-2.3.34. Развитие гибкости средствами оздоровительной гимнастики.	16		16		
Тема 2.3.35.-2.3.40. Развитие силовых качеств, средствами аэробных упражнений с отягощением.	12		12		
Тема 2.3.41.-2.3.46. Развитие быстроты движения и быстроты реакции.	12		12		
Тема 2.3.47.-2.3.52. Калланетика. Развитие гибкости и силы мышц.	12		12		
Тема 2.3.53.-2.3.58. Пилатес. Развитие силы, баланса и координации.	12		12		
Тема 2.3.59.-2.3.68. Развитие общей выносливости.	20		20		
Раздел 2.4. «Развитие психофизических качеств средствами дартса»					
Тема 2.4.1.-2.4.10. Развитие общей выносливости.	20		20		
Тема 2.4.11. Изучение основ игры в дартс и навыков безопасного поведения на занятиях.	2		2		
Тема 2.4.12.-2.4.15. Изучение комплексной разминки игрока в дартс.	8		8		
Тема 2.4.16.-2.4.19. Изучение техники	8		8		

игры в дартс. Изучение техники изготовления.					
Тема 2.4.20.-2.4.23. Изучение техники игры в дартс. Изучение техники хватки дротика и прицеливания.	8		8		
Тема 2.4.24.-2.4.34. Изучение техники игры в дартс. Изучение техники броска.	22		22		
Тема 2.4.35.-2.4.41. Изучение техники игры в дартс. Изучение техники выполнения целостного броска.	14		14		
Тема 2.4.42.-2.4.48. Изучение техники разновидностей игры в дартс.	14		14		
Тема 2.4.49.-2.4.56. Изучение технико-тактических действий игрока в дартс.	16		16		
Тема 2.4.57.-2.4.58. Изучение инструкторско-судейских знаний, умений и навыков в дартсе.	4		4		
Тема 2.4.59.-2.4.68. Развитие общей выносливости.	20		20		
Модуль 3. «Совершенствование специальной физической подготовки средствами видов спорта»	88		88		
<i>Раздел 3.1 "Совершенствование специальной физической подготовки средствами бадминтона "</i>					
Тема 3.1.1.-3.1.5. Развитие общей выносливости.	10		10		
Тема 3.1.6.-3.1.17. Совершенствование техники подач.	24		24		
Тема 3.1.18.-3.1.28. Совершенствование техники ударов по волану.	22		22		
Тема 3.1.29.-3.1.32. Совершенствование тактических действий в одиночной категории.	8		8		
Тема 3.1.33.-3.1.37. Совершенствование тактических действий в парной категории.	10		10		
Тема 3.1.38.-3.1.42. Развитие специальной выносливости.	10		10		
Итоговый нормативный контроль	4		4		
<i>Раздел 3.2 "Совершенствование специальной физической подготовки средствами настольного тенниса "</i>					
Тема 3.2.1.-3.2.5. Развитие общей выносливости.	10		10		
Тема 3.2.6.-3.2.10. Совершенствование техники удара без защиты: «толчком».	10		10		
Тема 3.2.11.-3.2.15. Совершенствование техники удара с низким вращением мяча: «подрезка».	10		10		
Тема 3.2.16.-3.2.20. Совершенствование техники удара с верхним вращением: «накат».	10		10		
Тема 3.2.21.-3.2.28. Совершенствование техники подачи подбрасыванием мяча, плоской подачи слева и справа.	16		16		
Тема 3.2.29. Совершенствование техники игры в нападении и защите.	2		2		
Тема 3.2.30.-3.2.31. Совершенствование тактики игры атакующего игрока против	4		4		

защитника.					
Тема 3.2.32.-3.2.33. Совершенствование тактики игры защитника против атакующего игрока.	4		4		
Тема 3.2.34.-3.2.35. Совершенствование тактики игры атакующего игрока против атакующего защитника.	4		4		
Тема 3.2.36.-3.2.37. Совершенствование тактики игры в парной категории.	4		4		
Тема 3.2.38.-3.2.42. Развитие специальной выносливости.	10		10		
Итоговый нормативный контроль	4		4		
Раздел 3.3. «Развитие физических качеств средствами общепфизической подготовки» .					
Тема 3.3.1. -3.3.5. Развитие общей выносливости.	10		10		
Тема 3.3.6. -3.3.8. Развитие аэробных возможностей.	6		6		
Тема 3.3.9. -3.3.14. Развитие координации движений средствами основной гимнастики.	12		12		
Тема 3.3.15. -3.3.20. Развитие гибкости средствами оздоровительной гимнастики.	12		12		
Тема 3.3.21. -3.3.25. Развитие силовых качеств, средствами аэробных упражнений с отягощением.	10		10		
Тема 3.3.26. -3.3.28. Развитие быстроты движения и быстроты реакции.	6		6		
Тема 3.3.29. -3.3.32. Калланетика. Развитие гибкости и силы мышц.	8		8		
Тема 3.3.33. -3.3.37. Пилатес. Развитие силы, баланса и координации.	10		10		
Тема 3.3.38. -3.3.42. Развитие общей выносливости.	10		10		
Итоговый нормативный контроль	4		4		
Раздел 3.4. «Совершенствование психофизических качеств средствами дартса»					
Тема 3.4.1.-3.4.5. Развитие общей выносливости.	10		10		
Тема 3.4.6. Совершенствование основ игры в дартс и навыков безопасного поведения на занятиях.	2		2		
Тема 3.4.7.-3.4.10. Совершенствование комплексной разминки игрока в дартс.	8		8		
Тема 3.4.11.-3.4.14. Совершенствование техники игры в дартс. Совершенствование техники изготовления.	8		8		
Тема 3.4.15.-3.4.18. Совершенствование техники игры в дартс. Совершенствование техники хватки дротика и прицеливания.	8		8		
Тема 3.4.19.-3.4.28. Совершенствование техники игры в дартс. Совершенствование техники броска.	20		20		
Тема 3.4.29.-3.4.30. Совершенствование техники игры в дартс. Совершенствование техники выполнения	4		4		

целостного броска.					
Тема 3.4.31.-3.4.33. Совершенствование техники разновидностей игры в дартс.	6		6		
Тема 3.4.34.-3.4.36. Совершенствование технико-тактических действий игрока в дартс.	6		6		
Тема 3.4.37.Совершенствование инструкторско-судейских знаний, умений и навыков в дартсе.	2		2		
Тема 3.4.38.-3.4.42. Развитие общей выносливости.	10		10		
Итоговый нормативный контроль	4		4		
ИТОГО:	6/328		328		