

## Аннотация рабочей программы

<b>Наименование дисциплины (модуля)</b>		<i>Физическая культура и спорт для лиц с ограничениями жизнедеятельности и здоровья</i>			
<b>Направление подготовки</b>		<i>33.00.00 Фармация</i>			
<b>Специальность</b>		<i>33.05.01 Фармация</i>			
<b>Уровень высшего образования</b>		<i>специалитет</i>			
<b>Форма обучения</b>		<i>очная</i>			
<b>Место в основной образовательной программе</b>		<i>«Физическая культура и спорт для лиц с ограничениями жизнедеятельности и здоровья» входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений Блока I «Специализированные адаптационные дисциплины (модули)» учебного плана подготовки специалистов.</i>			
<b>Курс изучения</b>		<i>1,2,3</i>			
<b>Трудоёмкость дисциплины (з.е.т./час)вт.ч.</b>		<i>6/328</i>			
<b>лекций</b>		<i>-</i>			
<b>практических</b>		<i>300</i>			
<b>самостоятельной работы</b>		<i>28</i>			
<b>Вид промежуточной аттестации</b>		<i>зачет</i>			
<b>Цель изучения дисциплины (модуля)</b>		<i>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.</i>			
<b>Формируемые компетенции</b>		<i>УК-7(ИДУК-7-1.; ИДУК-7-2.; ИДУК-7-3)</i>			
<b>Краткое содержание дисциплины (модуля):</b>					
<b>Название модулей и тем</b>	<b>Количество часов:</b>				
	<b>всего (з.е.т./час)</b>	<b>В том числе:</b>			
		<b>лекций</b>	<b>практич. (семина)</b>	<b>лаборат</b>	<b>самост. работа</b>
<b>Модуль 1. "Основные средства развития физических и психофизических качеств"</b>	<b>108</b>		<b>80</b>		<b>28</b>
Тема 1.1.-1.4. Развитие общей выносливости <i>(в спец.мед.г.)</i>	8		4		4
Тема 1.1.-1.4. Мат одинокому королю. Развитие памяти и оперативного мышления <i>(в группе освобожденных студентов)</i>					
Тема 1.5.-1.14. Развитие быстроты. <i>(в спец.мед.г.)</i>	26		20		6
Тема 1.5.-1.14. Три стадии шахматной партии. Относительная ценность фигур. Нападение. Защита. Размен. Развитие восприятия, памяти, мышления <i>(в группе освобожденных студентов)</i>					
Тема 1.15.-1.24. Развитие ловкости <i>(в спец.мед.г.)</i>	26		20		6

Тема 1.15.-1.24. Пешечные окончания. Правило квадрата. Развитие памяти и оперативного мышления ( <i>в группе освобожденных студентов</i> )					
Тема 1.25.-1.32. Развитие силовых качеств ( <i>в спец.мед.г.</i> )	22		16		6
Тема 1.25.-1.32. Развитие игры в начале партии. Дебюты. Развитие оперативного мышления, волевого управления поведением ( <i>в группе освобожденных студентов</i> )					
Тема 1.33.-1.42. Развитие общей выносливости. ( <i>в спец.мед.г.</i> )	26		20		6
Тема: 1.33.-1.42. Игровая практика. Развитие памяти тактического мышления ( <i>в группе освобожденных студентов</i> )					
<b>Модуль 2. "Развитие специальной физической подготовки средствами видов спорта»</b>	<b>148</b>		<b>148</b>		
<b>Раздел 2.1 "Развитие специальной физической подготовки средствами бадминтона "</b>					
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.-2.1.24. Изучение техники ударов по волану: короткого, плоского, высоко – далёкого, "смеш", укороченного, замах - удара.	16		16		
Тема 2.1.25.-2.1.30. Изучение техники ударов на заднюю линию.	12		12		
Тема 2.1.31.-2.1.36. Изучение техники ударов в переднюю зону.	12		12		
Тема 2.1.37.-2.1.40. Изучение комбинации с 2-3 ударов на заднюю линию.	8		8		
Тема 2.1.41.-2.1.44. Изучение комбинации с 4-5 ударов по заданию.	8		8		
Тема 2.1.45.-2.1.48. Изучение комбинации с 5-6 ударов.	8		8		
Тема 2.1.49.-2.1.56. Изучение тактических действий в одиночной игре.	16		16		
Тема 2.1.57.-2.1.64. Изучение тактических действий в парной категории.	16		16		
Тема 2.1.65.-2.1.74. Развитие специальной выносливости.	20		20		
<b>Раздел 2.2 "Развитие специальной физической подготовки средствами настольного тенниса "</b>					
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: «подрезка».	8		8		
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.-2.2.36. Изучение техники игры в нападении и защите.	20		20		
Тема 2.2.37.-2.2.42. Изучение тактики игры атакующего игрока против защитника.	12		12		
Тема 2.2.43.-2.2.48. Изучение тактики игры защитника против атакующего игрока.	12		12		
Тема 2.2.49.-2.2.54. Изучение тактики игры атакующего игрока против атакующего защитника.	12		12		
Тема 2.2.55.-2.2.64. Изучение тактических взаимодействий в парной категории.	20		20		
Тема 2.2.65.-2.2.74. Развитие специальной выносливости.	20		20		
<b>Раздел 2.3 «Развитие физических качеств средствами общефизической подготовки»</b>					
Тема 2.3.1.-2.3.10. Развитие общей выносливости.	20		20		
Тема 2.3.11.-2.3.15. Изучение техники оздоровительной ходьбы. Развитие аэробных возможностей.	10		10		
Тема 2.3.16.-2.3.20. Изучение техники оздоровительного бега. Развитие аэробных возможностей.	10		10		
Тема 2.3.21.-2.3.28. Развитие координации движений средствами основной гимнастики.	16		16		
Тема 2.3.29.-2.3.36. Развитие гибкости средствами оздоровительной гимнастики.	16		16		
Тема 2.3.37.-2.3.44. Развитие силовых качеств, средствами аэробных упражнений с отягощением.	16		16		
Тема 2.3.45.-2.3.50. Развитие быстроты движения и быстроты реакции.	12		12		
Тема 2.3.51.-2.3.57. Калланетика. Развитие гибкости и силы мышц.	14		14		
Тема 2.3.58.-2.3.64. Пилатес. Развитие силы, баланса и координации.	14		14		
Тема 2.3.65.-2.3.74. Развитие общей выносливости.	20		20		
<b>Раздел 2.4 «Развитие психофизических качеств средствами дартса»</b>					
Тема 2.4.1.-2.4.10. Развитие общей выносливости.	20		20		
Тема 2.4.11.-2.4.12. Изучение основ игры в дартс и навыков безопасного поведения на занятиях.	4		4		
Тема 2.4.13.-2.4.16. Изучение комплексной разминки игрока в дартс.	8		8		
Тема 2.4.17.-2.4.20. Изучение техники игры в дартс. Изучение техники изготовления.	8		8		
Тема 2.4.21.-2.4.24. Изучение техники игры в дартс. Изучение техники хватки	8		8		

дротика и прицеливания.					
Тема 2.4.25.-2.4.36. Изучение техники игры в дартс. Изучение техники броска.	24		24		
Тема 2.4.37.-2.4.44. Изучение техники игры в дартс. Изучение техники выполнения целостного броска.	16		16		
Тема 2.4.45.-2.4.52. Изучение техники разновидностей игры в дартс.	16		16		
Тема 2.4.53.-2.4.60. Изучение технико-тактических действий игрока в дартс.	16		16		
Тема 2.4.61.-2.4.64. Изучение инструкторско-судейских знаний, умений и навыков в дартсе.	8		8		
Тема 2.4.65.-2.4.74. Развитие общей выносливости.	20		20		
<b>Модуль 3. «Совершенствование специальной физической подготовки средствами видов спорта»</b>	<b>72</b>		<b>72</b>		
<b><i>Раздел 3.1 "Совершенствование специальной физической подготовки средствами бадминтона "</i></b>					
Тема 3.1.1.-3.1.5. Развитие общей выносливости.	10		10		
Тема 3.1.6.-3.1.12. Совершенствование техники подач.	14		14		
Тема 3.1.13.-3.1.17. Совершенствование техники ударов по волану.	10		10		
Тема 3.1.18.-3.1.21. Совершенствование тактических действий в одиночной категории.	8		8		
Тема 3.1.22.-3.1.29. Совершенствование тактических действий в парной категории.	16		16		
Тема 3.1.30.-3.1.34. Развитие специальной выносливости.	10		10		
Итоговый нормативный контроль	4		4		
<b><i>Раздел 3.2 "Совершенствование специальной физической подготовки средствами настольного тенниса "</i></b>					
Тема 3.2.1.-3.2.5. Развитие общей выносливости.	10		10		
Тема 3.2.6.-3.2.8. Совершенствование техники удара без защиты: «толчком».	6		6		
Тема 3.2.9.-3.2.11. Совершенствование техники удара с низким вращением мяча: «подрезка».	6		6		
Тема 3.2.12.-3.2.14. Совершенствование техники удара с верхним вращением: «накат».	6		6		
Тема 3.2.15.-3.2.17. Совершенствование техники подачи подбрасыванием мяча, плоской подачи слева и справа.	6		6		
Тема 3.2.18.-3.2.19. Совершенствование техники игры в нападении и защите.	4		4		
Тема 3.2.20.-3.2.21. Совершенствование тактики игры атакующего игрока против защитника.	4		4		
Тема 3.2.22.-3.2.23. Совершенствование тактики игры защитника против атакующего игрока.	4		4		

Тема 3.2.24.-3.2.25. Совершенствование тактики игры атакующего игрока против атакующего защитника.	4		4		
Тема 3.2.26.-3.2.29. Совершенствование тактики игры в парной категории.	8		8		
Тема 3.2.30.-3.2.34. Развитие специальной выносливости.	10		10		
Итоговый нормативный контроль	4		4		
<b>Раздел 3.3 «Развитие физических качеств средствами общепфизической подготовки» .</b>					
Тема 3.3.1. -3.3.5. Развитие общей выносливости.	10		10		
Тема 3.3.6. -3.3.7. Развитие аэробных возможностей.	4		4		
Тема 3.3.8. -3.3.9. Развитие координации движений средствами основной гимнастики.	4		4		
Тема 3.3.10. -3.3.12. Развитие гибкости средствами оздоровительной гимнастики.	6		6		
Тема 3.3.13. -3.3.15. Развитие силовых качеств, средствами аэробных упражнений с отягощением.	6		6		
Тема 3.3.16. -3.3.17. Развитие быстроты движения и быстроты реакции.	4		4		
Тема 3.3.18. -3.3.23. Калланетика. Развитие гибкости и силы мышц.	12		12		
Тема 3.3.24. -3.3.29. Пилатес. Развитие силы, баланса и координации.	12		12		
Тема 3.3.30. -3.3.34. Развитие общей выносливости.	10		10		
Итоговый нормативный контроль	4		4		
<b>Раздел 3.4 «Совершенствование психофизических качеств средствами дартса»</b>					
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.-3.4.8. Совершенствование комплексной разминки игрока в дартс.	4		4		
Тема 3.4.9.-3.4.10. Совершенствование техники игры в дартс. Совершенствование техники изготовления.	4		4		
Тема 3.4.11.-3.4.12. Совершенствование техники игры в дартс. Совершенствование техники хватки дротика и прицеливания.	4		4		
Тема 3.4.13.-3.4.17. Совершенствование техники игры в дартс. Совершенствование техники броска.	10		10		
Тема 3.4.18.-3.4.20. Совершенствование техники игры в дартс. Совершенствование техники выполнения целостного броска.	6		6		
Тема 3.4.21.-3.4.24. Совершенствование техники разновидностей игры в дартс.	8		8		
Тема 3.4.25.-3.4.28. Совершенствование	8		8		

техничко-тактических действии игрока в дартс.					
Тема 3.4.29.Совершенствование инструкторско-судейских знаний, умений и навыков в дартсе.	2		2		
Тема 3.4.30.-3.4.34. Развитие общей выносливости.	10		10		
Итоговый нормативный контроль	4		4		
<b>ИТОГО:</b>	<b>6/328</b>		<b>300</b>		<b>28</b>