

## Аннотация рабочей программы

|   |                           |  |                          |                |                       |
|---|---------------------------|--|--------------------------|----------------|-----------------------|
| <b>Наименование дисциплины (модуля)</b>   |                           | Физическая культура и спорт для лиц с ограничениями жизнедеятельности и здоровья   |                          |                |                       |
| <b>Направление подготовки</b>   |                           | 31.00.00 Клиническая медицина  |                          |                |                       |
| <b>Специальность</b>  |                           | 31.05.02 «Педиатрия»   |                          |                |                       |
| <b>Уровень высшего образования</b>  |                           | специалитет  |                          |                |                       |
| <b>Форма обучения</b>   |                           | очная  |                          |                |                       |
| <b>Место в основной образовательной программе</b>   |                           | «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.  |                          |                |                       |
| <b>Курс изучения</b>  |                           | 1,2,3  |                          |                |                       |
| <b>Трудоёмкость дисциплины (з.е.т./час)вт.ч.</b>  |                           | 6/328  |                          |                |                       |
| <b>лекций</b>   |                           | -  |                          |                |                       |
| <b>практических</b>   |                           | 328  |                          |                |                       |
| <b>самостоятельной работы</b>   |                           |  |                          |                |                       |
| <b>Вид промежуточной аттестации</b>   |                           | зачет  |                          |                |                       |
| <b>Цель изучения дисциплины (модуля)</b>  |                           | 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. |                          |                |                       |
| <b>Формируемые компетенции</b>  |                           | УК-7 (УК-7.1.1.; УК-7.1.2.)  |                          |                |                       |
| <b>Краткое содержание дисциплины (модуля):</b>  |                           |  |                          |                |                       |
| <b>Название модулей и тем</b>   | <b>всего (з.е.т./час)</b> | <b>Количество часов:</b>   |                          |                |                       |
|   |                           | <b>лекций</b>  | <b>практич. (семина)</b> | <b>лаборат</b> | <b>самост. работа</b> |
| <b>В том числе:</b>   |                           |  |                          |                |                       |
| <i>Модуль 1. «Основные средства развития физических качеств». «Развитие психофизических качеств средствами шахмат».</i> | <b>92</b>                 | -  | <b>92</b>                | -              | -                     |
| Тема 1.1.-1.12. Развитие быстроты. (спец.мед.г. и ЛФК)  | 24                        | -  | 24                       | -              | -                     |
| Тема 1.1.-1.12. Правила игры. Шах. Мат. Пат. Вечный шах. <u>(освобожденная группа)</u>                                  |                           |  |                          |                |                       |
| Тема 1.13.-1.22. Развитие силовых качеств. (спец.мед.г. и ЛФК)  | 20                        | -  | 20                       | -              | -                     |
| Тема 1.13.-1.22. Правила игры. Рокировка. <u>(освобожденная группа)</u>   |                           |  |                          |                |                       |
| Тема 1.23.-1.32. Развитие силовой выносливости. (спец.мед.г. и ЛФК)   | 20                        | -  | 20                       | -              | -                     |
| Тема 1.23.-1.32. Пешечные окончания. Правило квадрата. <u>(освобожденная группа)</u>                                    |                           |  |                          |                |                       |

|  |            |          |            |          |          |
|--|------------|----------|------------|----------|----------|
| Тема 1.33.-1.46. Развитие специальной выносливости. (спец.мед.г. и ЛФК)  | 28         | -        | 28         | -        | -        |
| Тема 1.33.-1.46. Развитие игры в начале партии. Дебюты. ( <u>освобожденная группа</u> )  |            |          |            |          |          |
| <b>Модуль 2. "Развитие специальных физических качеств средствами видов спорта".</b>  | <b>144</b> | <b>-</b> | <b>144</b> | <b>-</b> | <b>-</b> |
| <b>Раздел 2.1. «Развитие физических качеств средствами общефизической подготовки» (спец.мед.г. и ЛФК)</b>                            |            | -        |            | -        | -        |
| Тема 2.1.1.-2.1.6. Изучение техники оздоровительной ходьбы. Развитие аэробных возможностей.  | 12         | -        | 12         | -        | -        |
| Тема 2.1.7.-2.1.12. Изучение техники оздоровительного бега. Развитие аэробных возможностей.  | 12         | -        | 12         | -        | -        |
| Тема 2.1.13.-2.1.17. Развитие координации движений средствами основной гимнастики.   | 10         | -        | 10         | -        | -        |
| Тема 2.1.18-2.1.22. Развитие гибкости средствами оздоровительной гимнастики.   | 10         | -        | 10         | -        | -        |
| Тема 2.1.23.-2.1.30. Развитие силовых качеств, средствами аэробных упражнений с отягощением.   | 16         | -        | 16         | -        | -        |
| Тема 2.1.31.-2.1.36. Развитие быстроты движения и быстроты реакции.  | 12         |          | 12         |          |          |
| Тема 2.1.37.-2.1.42. Калланетика. Развитие гибкости и силы мышц.   | 12         | -        | 12         | -        | -        |
| Тема 2.1.43.-2.1.48. Пилатес. Развитие силы, баланса и координации.  | 12         | -        | 12         | -        | -        |
| Тема 2.1.49.-2.1.60. Развитие общей выносливости.  | 24         | -        | 24         | -        | -        |
| Тема 2.1.61.-2.1.72. Развитие специальной выносливости.  | 24         | -        | 24         | -        | -        |
| <b>Раздел 2.2 «Развитие специальной физической подготовки средствами бадминтона» (спец.мед.г. и ЛФК)</b>                             |            | -        |            | -        | -        |
| Тема 2.2.1.-2.2.12. Развитие общей выносливости.   | 24         | -        | 24         | -        | -        |
| Тема 2.2.13.-2.2.19. Изучение техники ударов по волану: короткого, плоского, высоко – далёкого, "смеш", укороченного, замах - удара. | 14         | -        | 14         | -        | -        |
| Тема 2.2.20.-2.2.27. Изучение техники подачи: короткой, высоко - далекой, плоской.   | 16         | -        | 16         | -        | -        |
| Тема 2.2.28.-2.2.31. Изучение техники ударов на заднюю линию.  | 8          | -        | 8          | -        | -        |
| Тема 2.2.32.-2.2.36. Изучение техники ударов в переднюю зону.  | 10         | -        | 10         | -        | -        |
| Тема 2.2.37.-2.2.42. Изучение комбинации с 2-3 ударов на заднюю линию.   | 12         |          | 12         |          |          |
| Тема 2.2.43.-2.2.46. Изучение комбинации с 4-5 ударов по заданию.  | 8          | -        | 8          | -        | -        |
| Тема 2.2.47.-2.2.50. Изучение комбинации с 5-6 ударов.   | 8          | -        | 8          | -        | -        |

|  |    |   |    |   |   |
|--|----|---|----|---|---|
| Тема 2.2.51.-2.2.55. Изучение тактических действий в одиночной игре.   | 10 | - | 10 | - | - |
| Тема 2.2.56.-2.2.60. Изучение тактических действий в парной категории.   | 10 | - | 10 | - | - |
| Тема 2.2.61.-2.2.72. Развитие специальной выносливости.  | 24 | - | 24 | - | - |
| <b><i>Раздел 2.3 «Развитие специальной физической подготовки средствами настольного тенниса» (спец.мед.г. и ЛФК)</i></b> |    | - |    | - | - |
| Тема 2.3.1.-2.3.12. Развитие общей выносливости.   | 24 | - | 24 | - | - |
| Тема 2.3.13.-2.3.16. Изучение техники удара без подкрутки: "толчка" мяча.  | 8  | - | 8  | - | - |
| Тема 2.3.17.-2.3.21. Изучение техники удара с нижним вращением мяча: «подрезка».   | 10 | - | 10 | - | - |
| Тема 2.3.22.-2.3.26. Изучение техники удара с верхним вращением: «накат».  | 10 | - | 10 | - | - |
| Тема 2.3.27.-2.3.31. Изучение техники подачи мяча: подбрасыванием мяча, плоской, подачи слева и справа.                  | 10 | - | 10 | - | - |
| Тема 2.3.32.-2.3.36. Изучение техники игры в нападении и защите.   | 10 | - | 10 | - | - |
| Тема 2.3.37.-2.3.41. Изучение тактики игры атакующего игрока против защитника.   | 10 | - | 10 | - | - |
| Тема 2.3.42.-2.3.47. Изучение тактики игры защитника против атакующего игрока.   | 12 | - | 12 | - | - |
| Тема 2.3.48.-2.3.53. Изучение тактики игры атакующего игрока против атакующего защитника.                                | 12 | - | 12 | - | - |
| Тема 2.3.54.-2.3.60. Изучение тактических взаимодействий в парной категории.   | 14 | - | 14 | - | - |
| Тема 2.3.61.-2.3.72. Развитие специальной выносливости.  | 24 | - | 24 | - | - |
| <b><i>Раздел 2.4 . «Развитие психофизических качеств средствами дартса» (освобожденная группа)</i></b>                   |    | - |    | - | - |
| Тема 2.4.1.-2.4.2. Изучение основ игры в дартс и навыков безопасного поведения на занятиях.                              | 4  | - | 4  | - | - |
| Тема 2.4.3.-2.4.6. Изучение комплексной разминки игрока в дартс.   | 8  | - | 8  | - | - |
| Тема 2.4.7.-2.4.10. Изучение техники игры в дартс. Изучение техники изготовления.  | 8  | - | 8  | - | - |
| Тема 2.4.11.-2.4.14. Изучение техники игры в дартс. Изучение техники хватки дротика и прицеливания.                      | 8  | - | 8  | - | - |
| Тема 2.4.15.-2.4.25. Изучение техники игры в дартс. Изучение техники броска.   | 22 | - | 22 | - | - |
| Тема 2.4.26.-2.4.36. Изучение техники игры в дартс. Изучение техники выполнения целостного броска.                       | 22 | - | 22 | - | - |
| Тема 2.4.37.-2.4.52. Изучение техники  | 32 | - | 32 | - | - |

|  |           |          |           |          |          |
|--|-----------|----------|-----------|----------|----------|
| разновидностей игры в дартс.   |           |          |           |          |          |
| Тема 2.4.53.-2.4.68. Изучение технико-тактических действий игрока в дартс.   | 32        | -        | 32        | -        | -        |
| Тема 2.4.69.-2.4.72. Изучение инструкторско-судейских знаний, умений и навыков в дартсе.                                   | 8         | -        | 8         | -        | -        |
| <b>Модуль 3. "Совершенствование специальных физических качеств средствами видов спорта»</b>                                | <b>92</b> | <b>-</b> | <b>92</b> | <b>-</b> | <b>-</b> |
| <b>Раздел 3.1. «Развитие физических качеств средствами общефизической подготовки» (спец.мед.г. и ЛФК)</b>                  |           | -        |           | -        | -        |
| Тема 3.1.1.-3.1.12. Развитие аэробных возможностей.  | 24        | -        | 24        | -        | -        |
| Тема 3.1.13.-3.1.16. Развитие координации движений средствами основной гимнастики.   | 4         | -        | 4         | -        | -        |
| Тема 3.1.17.-3.1.21. Развитие гибкости средствами оздоровительной гимнастики.  | 10        | -        | 10        | -        | -        |
| Тема 3.1.22.-3.1.26. Развитие силовых качеств, средствами аэробных упражнений с отягощением.                               | 10        |          | 10        |          |          |
| Тема 3.1.27.-3.1.28. Развитие быстроты движения и быстроты реакции.  | 4         | -        | 4         | -        | -        |
| Тема 3.1.29. -3.1.30. Калланетика. Развитие гибкости и силы мышц.  | 6         | -        | 6         | -        | -        |
| Тема 3.1.31.-3.1.32. Пилатес. Развитие силы, баланса и координации.  | 6         | -        | 6         | -        | -        |
| Тема 3.1.33.-3.1.37 Развитие общей выносливости.   | 10        | -        | 10        | -        | -        |
| Тема 3.1.38.-3.1.44. Развитие специальной выносливости.  | 14        | -        | 14        | -        | -        |
| Итоговый нормативный контроль  | 4         | -        | 4         | -        | -        |
| <b>Раздел 3.2 «Совершенствование специальной физической подготовки средствами бадминтона» (спец.мед.г. и ЛФК)</b>          |           | -        |           | -        | -        |
| Тема 3.2.1.-3.2.8. Развитие общей выносливости.  | 16        | -        | 16        | -        | -        |
| Тема 3.2.9.-3.2.14. Совершенствование техники ударов по волану.  | 12        |          | 12        |          |          |
| Тема 3.2.15.-3.2.28. Совершенствование техники подач.  | 28        | -        | 28        | -        | -        |
| Тема 3.2.29.-3.2.33. Совершенствование тактических действий в одиночной категории.   | 10        | -        | 10        | -        | -        |
| Тема 3.2.34.-3.2.37. Совершенствование тактических действий в парной категории.  | 8         | -        | 8         | -        | -        |
| Тема 3.2.38.-3.2.44. Развитие специальной выносливости.  | 14        | -        | 14        | -        | -        |
| Итоговый нормативный контроль  | 4         | -        | 4         | -        | -        |
| <b>Раздел 3.3 «Совершенствование специальной физической подготовки средствами настольного тенниса» (спец.мед.г. и ЛФК)</b> |           |          |           |          |          |
| Тема 3.3.1.-3.3.8. Развитие общей выносливости.  | 16        | -        | 16        | -        | -        |

|   |            |          |            |          |          |
|---|------------|----------|------------|----------|----------|
| Тема 3.3.9.-3.3.12. Совершенствование техники удара без защиты: «толчком».  | 4          | -        | 4          | -        | -        |
| Тема 3.3.13.-3.3.16. Совершенствование техники удара с низким вращением мяча: «подрезка».                               | 4          | -        | 4          | -        | -        |
| Тема 3.3.17.-3.3.20. Совершенствование техники удара с верхним вращением: «накат».                                      | 4          | -        | 4          | -        | -        |
| Тема 3.3.21.-3.3.24. Совершенствование техники подачи подбрасыванием мяча, плоской подачи слева и справа.               | 8          | -        | 8          | -        | -        |
| Тема 3.3.25.-3.3.28. Совершенствование техники игры в нападении и защите.   | 8          | -        | 8          | -        | -        |
| Тема 3.3.29.-3.3.30. Совершенствование тактики игры атакующего игрока против защитника.                                 | 8          | -        | 8          | -        | -        |
| Тема 3.3.31-3.3.32. Совершенствование тактики игры защитника против атакующего игрока.                                  | 8          | -        | 8          | -        | -        |
| Тема 3.3.33.-3.3.34. Совершенствование тактики игры атакующего игрока против атакующего защитника.                      | 8          | -        | 8          | -        | -        |
| Тема 3.3.35.-3.3.37. Совершенствование тактики игры в парной категории.   | 6          | -        | 6          | -        | -        |
| Тема 3.3.38.-3.3.44. Развитие специальной выносливости.   | 14         | -        | 14         | -        | -        |
| Итоговый нормативный контроль   | 4          |          | 4          |          |          |
| <b><i>Раздел 3.4 «Совершенствование психофизических качеств средствами дартса» (освобожденная группа)</i></b>           |            |          |            |          |          |
| Тема 3.4.1. Совершенствование основ игры в дартс и навыков безопасного поведения на занятиях.                           | 2          | -        | 2          | -        | -        |
| Тема 3.4.2.-3.4.4. Совершенствование комплексной разминки игрока в дартс.   | 4          | -        | 4          | -        | -        |
| Тема 3.4.5.-3.4.7. Совершенствование техники игры в дартс.<br>Совершенствование техники изготовления.                   | 4          | -        | 4          | -        | -        |
| Тема 3.4.8.-3.4.10. Совершенствование техники игры в дартс.<br>Совершенствование техники хватки дротика и прицеливания. | 4          | -        | 4          | -        | -        |
| Тема 3.4.11.-3.4.19. Совершенствование техники игры в дартс.<br>Совершенствование техники броска.                       | 6          | -        | 6          | -        | -        |
| Тема 3.4.20.-3.4.28. Совершенствование техники игры в дартс.<br>Совершенствование техники выполнения целостного броска. | 8          | -        | 8          | -        | -        |
| Тема 3.4.29.-3.4.35. Совершенствование техники разновидностей игры в дартс.   | 30         | -        | 30         | -        | -        |
| Тема 3.4.36.-3.4.43. Совершенствование технико-тактических действий игрока в дартс.                                     | 28         | -        | 28         | -        | -        |
| Тема 3.4.44. Совершенствование инструкторско-судейских знаний, умений и навыков в дартсе.                               | 2          | -        | 2          | -        | -        |
| Итоговый нормативный контроль   | 4          | -        | 4          | -        | -        |
| <b>ИТОГО:</b>   | <b>328</b> | <b>-</b> | <b>328</b> | <b>-</b> | <b>-</b> |

