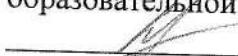


**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОСТОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Педиатрический факультет

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель
образовательной программы

/А.А. Орехов/

«29» августа 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

Специальность 31.05.02 ПЕДИАТРИЯ

Форма обучения очная

**Ростов-на-Дону
2025**

I. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель освоения дисциплины - формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

Задачи:

- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре и спорту, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание, привычки к регулярным занятиям, физическими упражнениями и спортом;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях жизненных и профессиональных достижений.

II. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО (ФГОС 3++) и ОП ВО по данной специальности:

2.1. Универсальные компетенции

Категория (группа) универсальных компетенций	Код и наименование универсальной компетенции	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7. Способен поддерживать уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ИД-1 УК-7 Владеет методами физической подготовки и навыками медицинского самоконтроля состояния своего организма.

III. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОП ВО

3.1. Учебная дисциплина является базовой

3.2. Для изучения данной учебной дисциплины необходимы знания, умения и владения, сформированные следующими предшествующими дисциплинами: биология, анатомия.

3.3. Перечень последующих учебных дисциплин, для которых необходимы знания, умения и владения, формируемые данной учебной дисциплиной: физиология, биохимия, гигиена детей и подростков, основы формирования здоровья детей.

IV. СОДЕРЖАНИЕ И СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ
Трудоемкость дисциплины в зет - 2 час- 72

4.1. Разделы дисциплины, изучаемые в 1-2 семестрах

№ раздела	Наименование раздела	Количество часов				
		Всег 0	Контактная работа			СРС
			Л	С	ПР	
Семестр 1						
1	Физическая культура как социальное явление, структура и содержание		2			4
2	Спорт и его разновидности.		2			2
3	Характеристика физических качеств, методика их развития и совершенствования.		2			2
4	Индивидуальный выбор видов спорта, систем физической подготовки.		2			4
5	Основы здорового образа жизни студентов и основы рационального питания.		2			2
6	Травматизм при занятиях физической подготовкой и спортом, меры предупреждения и оказание первой медицинской помощи.		2			2
7	История олимпийских игр.		4			2
Итого по семестру		36	16			20
Семестр 2						
1	История развития физической культуры в древней Руси и в России.		2			2
2	Адаптивная физическая культура.		2			2
3	Паралимпийские игры и спорт инвалидов		2			4
4	Лечебная физическая культура как средство профилактики и реабилитации при различных заболеваниях		2			4
5	Мотивация и основы методики самостоятельных занятий физической подготовкой и спортом студенческой молодежи.		2			2

6	Допинги в спорте и в жизни.		2				2
7	Профессионально-прикладная физическая культура		2				2
8	Экстремальные виды спорта		2				2
Форма промежуточной аттестации - зачёт							
Итого по семестру		36	16				20
<i>Итого по дисциплине за 2-3 семестр:</i>		72	32				40

СРС - самостоятельная работа обучающихся

Л - лекции

С - семинары

ЛР – лабораторные работы

ПР – практические занятия

4.2. Контактная работа

СРС - самостоятельная работа обучающихся

Л – лекции

4.2. Контактная работа

Лекции

№ раздела	№ лекции	Темы лекций	Кол-во часов
Семестр 1			
1	1	Физическая культура как социальное явление, структура и содержание	2
	2	Спорт и его разновидности.	2
	3	Характеристика физических качеств, методика их развития и совершенствования.	2
2	4	Средства и методы физической подготовки студентов.	2
	5	Основы здорового образа жизни студентов и основы рационального питания.	2
3	6	Травматизм при занятиях физической подготовкой и спортом, меры предупреждения и оказание первой медицинской помощи.	2
	7	История олимпийских игр.	4
Итого по семестру часов			16
Семестр 2			
1	9	История развития физической культуры в древней Руси и в России.	2
	10	Адаптивная физическая культура.	2

	11	Паралимпийские игры и спорт инвалидов	2
2	12	Лечебная физическая культура как средство профилактики и реабилитации при различных заболеваниях	2
	13	Мотивация и основы методики самостоятельных занятий физической подготовкой и спортом студенческой молодежи..	2
	14	Допинги в спорте и в жизни.	2
	15	Экстремальные виды спорта	2
	3	16 Профессионально-прикладная физическая культура	2
Итого по семестру часов			16

Лабораторные работы - нет

Семинары, практические работы - нет

4.3. Самостоятельная работа обучающихся

№ раздела	Вид самостоятельной работы обучающихся	Кол-во часов	Формы текущего контроля
Семестр 2			
	Изучение лекционного материала	10	Проверка конспектов
	Подготовка к итоговому тестированию	10	
Семестр 3			
	Изучение лекционного материала	10	Проверка конспектов
	Подготовка к итоговому тестированию	10	

Проработка конспекта лекций и учебной литературы осуществляется обучающимися в течение всего семестра, после изучения новой темы.

Задачами СРС являются: систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений студентов; углубление и расширение теоретических знаний; развитие познавательных способностей и активности студентов: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности; формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации; использование материала, собранного в ходе самостоятельной работы для эффективной подготовки к зачетам.