

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

"Красноярский государственный медицинский университет  
имени профессора В.Ф. Войно-Ясенецкого"

Министерства здравоохранения Российской Федерации

Медико-психолого-фармацевтический факультет

Кафедра физической культуры

## **АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**"Общая физическая подготовка"**

уровень специалитета

очная форма обучения

срок освоения ОПОП ВО - 6 лет

2023 год

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
"Красноярский государственный медицинский университет  
имени профессора В.Ф. Войно-Ясенецкого"  
Министерства здравоохранения Российской Федерации



**УТВЕРЖДАЮ**  
Проректор по учебной,  
воспитательной работе  
и молодежной политике  
д.м.н., доцент  
И.А. Соловьева

A handwritten signature in blue ink, appearing to be 'И.А. Соловьева', is written over a horizontal line.

27 июня 2023

## **АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ**

Дисциплины «Общая физическая подготовка»

Для ОПОП ВО по специальности 30.05.03 Медицинская кибернетика

Уровень специалитета

Очная форма обучения

Срок освоения ОПОП ВО - 6 лет

Медико-психолого-фармацевтический факультет

Кафедра физической культуры

Курс - I, II, III, IV, V

Семестр - II, III, IV, V, VI, VII, VIII, IX, X

Практические занятия - 140 час.

Самостоятельная работа - 188 час.

Зачет - IV, X семестр

Всего часов - 328

2023 год

При разработке рабочей программы дисциплины в основу положены:

1) ФГОС ВО по специальности 30.05.03 Медицинская кибернетика, утвержденный приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации 13 августа 2020 № 1006.

2) Учебный план по 30.05.03 Медицинская кибернетика, утвержденный Ученым Советом ФГБОУ ВО КрасГМУ им. проф. В.Ф. Войно-Ясенецкого Минздрава России (протокол № 5 от 17 мая 2023 г.).

3) Стандарт организации «Учебно-методический комплекс дисциплины (модуля). Часть I. Рабочая программа дисциплины (модуля). СТО СМК 8.3.05-21. Выпуск 3.»

Рабочая программа дисциплины одобрена на заседании кафедры (протокол № 10 от 16 июня 2023 г.)

Заведующий кафедрой физической культуры  к.п.н., доцент Кадомцева Е.М.

Согласовано:

Декан  к.б.н. Шадрин К.В.

19 июня 2023 г.

Председатель методической комиссии по специальности «Медицинская кибернетика»  к.ф.-м.н. Лукьянова Н.А.

Программа заслушана и утверждена на заседании ЦКМС (протокол № 12 от 27 июня 2023 г.)

Председатель ЦКМС  д.м.н., доцент Соловьева И.А.

**Авторы:**

- к.п.н., доцент Кадомцева Е.М.

## **1. Вводная часть**

### **1.1. Планируемые результаты освоения образовательной программы по дисциплине**

Цель освоения дисциплины "Общая физическая подготовка" состоит в формировании 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 профессиональной деятельности.

### **1.2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО**

1.2.1. Дисциплина «Общая физическая подготовка» относится к блоку Б1 - «Дисциплины (модули)».

#### **Физическая культура и спорт**

**Знания:** актуальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности.

**Умения:** использовать гигиенические знания для пропаганды здорового образа жизни.

**Навыки:** применения методов физической культуры для улучшения здоровья, работоспособности и хорошего самочувствия.

## 2.2. Разделы дисциплины (модуля), компетенции и индикаторы их достижения, формируемые при изучении

| № раздела | Наименование раздела дисциплины | Темы разделов дисциплины                                                                                                  | Код формируемой компетенции  | Коды индикаторов достижения компетенций |
|-----------|---------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|-----------------------------------------|
| 1         | 2                               | 3                                                                                                                         | 4                            | 5                                       |
| 1.        | Общая физическая подготовка.    |                                                                                                                           |                              |                                         |
|           |                                 | Вводное занятие по легкой атлетике. Техники безопасности на занятиях по легкой атлетике ,знакомство с материальной базой. | УК-7, УК-7                   | УК-7.1, УК-7.2                          |
|           |                                 | Легкая атлетика. Техника бега на средние дистанции.                                                                       | УК-7, УК-7                   | УК-7.1, УК-7.2                          |
|           |                                 | Плавание. Тренинг. Ныряние. Требования при выполнении упражнений в нырянии.                                               | УК-7, УК-7                   | УК-7.1, УК-7.2                          |
|           |                                 | Вводное занятие по волейболу.                                                                                             | УК-7, УК-7, УК-7, УК-7, УК-7 | УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3, УК-7.4, УК-7.5  |
|           |                                 | Волейбол. Техника нижней подачи.                                                                                          | УК-7, УК-7                   | УК-7.1, УК-7.2                          |
|           |                                 | Волейбол. Техника верхней подачи.                                                                                         | УК-7, УК-7, УК-7             | УК-7.1, УК-7.4, УК-7.5                  |
|           |                                 | Волейбол. Совершенствование техники верхней и нижней подачи.                                                              | УК-7, УК-7, УК-7             | УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3                  |
|           |                                 | Волейбол. Освоение техникой передвижения в игре.                                                                          | УК-7, УК-7                   | УК-7.2, УК-7.3                          |
|           |                                 | Волейбол. Освоение техникой приемов и передач мяча.                                                                       | УК-7, УК-7, УК-7             | УК-7.2, УК-7.4, УК-7.5                  |
|           |                                 | Волейбол. Освоение техники нападающего удара.                                                                             | УК-7, УК-7, УК-7, УК-7       | УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3, УК-7.4          |
|           |                                 | Волейбол. Овладение техникой защитных действий.                                                                           | УК-7, УК-7, УК-7             | УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3                  |
|           |                                 | Волейбол. Овладение тактикой игры в защите.                                                                               | УК-7, УК-7, УК-7             | УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3                  |
|           |                                 | Учебно-тренировочная игра в волейбол.                                                                                     | УК-7, УК-7, УК-7             | УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3                  |
|           |                                 | Волейбол. Контрольные нормативы.                                                                                          | УК-7, УК-7, УК-7             | УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3                  |
|           |                                 | Лыжные гонки. Техника попеременного лыжного хода                                                                          | УК-7, УК-7                   | УК-7.1, УК-7.2                          |
|           |                                 | Лыжные гонки. Техника одновременного двухшажного конькового хода.                                                         | УК-7, УК-7, УК-7             | УК-7.3, УК-7.4, УК-7.5                  |
|           |                                 | Лыжные гонки. Способы перехода с хода на ход                                                                              | УК-7, УК-7                   | УК-7.1, УК-7.2                          |
|           |                                 | Лыжные гонки. Способы торможений                                                                                          | УК-7, УК-7, УК-7             | УК-7.1, УК-7.2, УК-7.5                  |

|  |  |                                                                                                                                 |                  |                        |
|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|------------------------|
|  |  | Лыжные гонки.Сдача контрольных нормативов                                                                                       | УК-7, УК-7       | УК-7.3, УК-7.4         |
|  |  | Лыжные гонки. Сдача контрольных нормативов                                                                                      | УК-7, УК-7       | УК-7.1, УК-7.4         |
|  |  | Лыжные гонки. Попеременно одношажный лыжный ход.                                                                                | УК-7             | УК-7.1                 |
|  |  | Лыжные гонки. Попеременно двухшажный лыжный ход.                                                                                | УК-7, УК-7, УК-7 | УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3 |
|  |  | Вводное занятие по плаванию. Техника безопасности на занятиях по плаванию.Знакомство с материально технической базой.           | УК-7, УК-7, УК-7 | УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3 |
|  |  | Плавание. Кроль на груди.                                                                                                       | УК-7, УК-7, УК-7 | УК-7.2, УК-7.4, УК-7.5 |
|  |  | Лыжные гонки .Сдача контрольных нормативов                                                                                      | УК-7, УК-7       | УК-7.1, УК-7.2         |
|  |  | Легкая атлетика. Тренинг. Бег по пересеченной местности.                                                                        | УК-7, УК-7, УК-7 | УК-7.3, УК-7.4, УК-7.5 |
|  |  | Вводное занятие по лыжным гонкам. Техники безопасности на занятиях по лыжным гонкам.Знакомство с материально технической базой. | УК-7, УК-7       | УК-7.1, УК-7.2         |
|  |  | Лыжные гонки. Преодоление дистанции 8-10 км. классическим ходом.                                                                | УК-7, УК-7, УК-7 | УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3 |
|  |  | Лыжные гонки. Тренинг. Преодоление дистанции 8-10 км. коньковым ходом.                                                          | УК-7, УК-7, УК-7 | УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3 |
|  |  | Легкая атлетика Подготовка к контрольным нормативам.                                                                            | УК-7             | УК-7.1                 |
|  |  | Контрольные нормативы. Контрольные нормативы. Зачет                                                                             | УК-7             | УК-7.1                 |
|  |  | Плавание. Зачет. Тренинг. Преодоление кролем на груди 600-800 м.                                                                | УК-7, УК-7, УК-7 | УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3 |