

**Пятигорский медико-фармацевтический институт-филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Волгоградский государственный медицинский университет»  
Министерства здравоохранения Российской Федерации**

**УТВЕРЖДАЮ**  
И.о. директора института  
\_\_\_\_\_ М.В. Черников  
«31» августа 2021 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ  
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ**

**Для направления подготовки: 38.03.02 «Менеджмент»**

**Квалификация (степень) выпускника: Бакалавр**

**Кафедра: Физического воспитания и здоровья**

Курс – 2

Семестр – 4

Форма обучения – очно-заочная

Лекции – 4 часа

Практические занятия – 6 часов

Самостоятельная работа: – 58 часов

Промежуточная аттестация: Зачет – 4 часа (4 семестр)

Всего: 2 ЗЕ (72 часа)

Пятигорск, 2021 г.

Рабочая программа разработана:  
Зав. каф. физического воспитания  
и здоровья, канд. пед. наук, доцент

А.Ф. Щекин

Канд. пед. наук, доцент кафедры физического  
воспитания и здоровья

Ю.И. Журавлева

Канд. пед. наук, преподаватель кафедры физического  
воспитания и здоровья

Е.В. Ярошенко

Протокол № 1 от «31» августа 2021 г.  
Заведующий кафедрой физического  
воспитания и здоровья

А.Ф. Щекин

**Рабочая программа согласована с учебно-методической комиссией по циклу  
гуманитарных дисциплин**

Протокол № 1 от «31» августа 2021 г.  
Председатель УМК

Е.В. Говердовская

**Рабочая программа дисциплины согласована с библиотекой**

Заведующий библиотекой

Л.В. Глущенко

**Декан фармацевтического факультета**

М.В. Ларский

**Рабочая программа дисциплины утверждена на заседании Центральной  
методической комиссии**

Протокол № 1 от «31» августа 2021 г.

Председатель ЦМК

М.В. Черников

## 1. Пояснительная записка

Рабочая программа разработана в соответствии с требованиями ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки 38.03.02 Менеджмент.

**1.1. Цель дисциплины:** получение базовых знаний, умений и навыков в использовании многообразных средств физической культуры для поддержания своего здоровья, продления профессионального долголетия.

**1.2. Задачи дисциплины:**

- понимание роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- познание научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый образ жизни;
- овладение системой теоретических и практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и свойств личности;
- реализации физического самосовершенствования и самовоспитания, потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом;
- приобретение практического опыта для использования полноценного функционирования в обществе, достижения жизненных и профессиональных целей.

**1.3. Место дисциплины в структуре ОП**

Б1.0.21 Обязательная часть.

**1.4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине,  
соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы  
и индикаторами их достижения**

Результаты освоения ОП (компетенции)	Индикаторы достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине			Уровень усвоения		
		Знать	Уметь	Иметь навык (опыт деятельности)	Ознакомительный	Репродуктивный	Продуктивный
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Знает: УК-7.1.1. Знает основные средства и методы физического воспитания	<ul style="list-style-type: none"> <li>– основные понятия, определения, термины физической культуры;</li> <li>– научно-биологические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни;</li> <li>– влияние физических упражнений на функциональные системы организма;</li> <li>– способы сохранения и укрепления здоровья;</li> <li>– содержание видов физической культуры: базовая – спорт, туризм; профессионально-прикладная; оздоровительно-реабилитационная; спортивно-реабилитационная, фоновые виды –</li> </ul>	-	-	+	+	+

		<p>гигиеническая, рекреативная;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– средства физического воспитания для физического совершенствования человека;</li> <li>– методы самоконтроля, содержание методов самоконтроля за физической подготовленностью;</li> <li>– формы и организацию самостоятельных занятий для поддержания здоровья;</li> <li>– действие и механизмы закаливания для укрепления здоровья.</li> </ul>					
	<p>УК-7.2. Умеет: УК-7.2.1. Умеет подбирать и применять средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств</p>	-	<ul style="list-style-type: none"> <li>– применять современные средства и методы релаксации;</li> <li>– составить комплекс адаптивной гигиенической гимнастики с учетом заболевания;</li> <li>– составить комплекс лечебных упражнений при самостоятельных занятиях физической культурой в течение дня;</li> <li>– проводить</li> </ul>	-			

			самоконтроль анализировать полученные результаты.	и			
	УК-7-3. Владеет: УК-7.3.1. Владеет методами и средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	-	-		– технологиями построения программы самостоятельных занятий физическими упражнениями; – методиками оценки функциональной подготовленности и физического развития; технологиями определения уровня физической подготовленности посредством функциональных проб и физиологических индексов здоровья; – технологиями проведения производственной гимнастики с учетом заданных условий и характера труда. – технологиями разработки корректирующих комплексов физических упражнений (комплексы упражнений на осанку; – технологиями разработки комплексов		

				<p>физических упражнений для развития физических качеств отдельных групп мышц;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>– технологиями регулирования психоэмоционального состояния на занятиях физическими упражнениями и во внеаудиторное время;</li><li>– технологиями проведения закаливающих процедур;</li><li>– способами оценки и самооценки физического состояния организма.</li></ul>			
--	--	--	--	--	--	--	--

## 2. Учебная программа дисциплины

### 2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единицы, 72 академических часа.

Вид учебной работы	Часы	
	Всего	Контактная работа обучающегося с преподавателем
Аудиторные занятия (всего)	10	10
В том числе:		
Занятия лекционного типа	4	4
Занятия семинарского типа	6	6
Самостоятельная работа (всего)	58	58
Вид промежуточной аттестации (зачет)	4	4
Общая трудоемкость: 2 ЗЕ, 72 часа	<b>72</b>	<b>72</b>

### 2.2. Содержание дисциплины

#### **Модуль 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов в медицинских и фармацевтических вузах РФ.**

Модульная единица 1. Физкультура и спорт как социальные феномены.

Модульная единица 2. Компоненты физической культуры: физическое воспитание, физическое развитие, физкультурное образование, физическое совершенство.

Модульная единица 3. Физическая культура и спорт как средства сохранения и укрепления здоровья студентов, их физического и спортивного совершенствования.

Модульная единица 4. Физкультура в структуре профессионального образования.

Модульная единица 5. Физкультура и спорт в высшем учебном заведении.

#### **Модуль 2. Социально-биологические основы физической культуры спорта. Организм как единая физиологическая система.**

Модульная единица 1. Организм как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система.

Модульная единица 2. Анатомо-морфологические особенности и основные физиологические функции организма.

Модульная единица 3. Функциональные системы организма.

Модульная единица 4. Внешняя среда и ее воздействие на организм и жизнедеятельность человека.

#### **Модуль 3. Функциональная активность человека и взаимосвязь физической и умственной деятельности.**

Модульная единица 1. Физическая и умственная работоспособность человека.

Модульная единица 2. Понятие физической тренировки.

Модульная единица 3. Физиологические механизмы и закономерности совершенствования отдельных систем организма под воздействием направленной физической тренировки.

Модульная единица 4. Обмен веществ и энергии.

Модульная единица 5. Регуляция деятельности организма в различных условиях.

#### **Модуль 4. Валеологические предпосылки здоровья и здорового образа жизни.**

Модульная единица 1. Понятие «здоровье», его содержание и критерии.

Модульная единица 2. Функциональное проявление здоровья в различных сферах жизнедеятельности.

Модульная единица 3. Компоненты здоровья: соматический, физический, психический, сексуальный, нравственный

Модульная единица 4. Образ жизни студентов и его влияние на здоровье.

Модульная единица 5. Здоровый образ жизни студента.

Модульная единица 6. Основы здорового образа жизни студента. Роль физической культуры в обеспечении здоровья.

Модульная единица 7. Влияние окружающей среды на здоровье.

Модульная единица 8. Наследственность и ее влияние на здоровье.

Модульная единица 9. Содержательные характеристики составляющих здорового образа жизни.

#### **Модуль 5. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.**

Модульная единица 1. Объективные и субъективные факторы обучения и реакции их на организм студентов.

Модульная единица 2. Изменения состояния организма студента под влиянием различных режимов и условий обучения.

Модульная единица 3. Работоспособность и влияние на нее различных факторов.

Модульная единица 4. Общие закономерности изменения работоспособности студентов в процессе обучения.

Модульная единица 5. Состояние и работоспособность в экзаменационный период.

Модульная единица 6. Использование «малых форм» физической культуры в режиме учебного дня студентов.

#### **Модуль 6. Основы общей физической и специальной подготовки.**

Модульная единица 1. Методические принципы физического воспитания.

Модульная единица 2. Средства и методы физического воспитания.

Модульная единица 3. Воспитание физических качеств.

Модульная единица 4. Формирование психических качеств, черт, свойств личности в процессе физического воспитания.

Модульная единица 5. Общая физическая подготовка.

Модульная единица 6. Специальная физическая подготовка.

Модульная единица 7. Интенсивность физических нагрузок.

Модульная единица 8. Энергозатраты при физических нагрузках разной

интенсивности.

### **Модуль 7. Воспитание телесно-двигательных качеств.**

Модульная единица 1. Физические упражнения – основное средство физического воспитания.

Модульная единица 2. Содержание физических упражнений: оздоровительное значение, образовательная роль, влияние на личность.

Модульная единица 3. Сила и силовые способности. Средства и методы воспитания силовых способностей.

Модульная единица 4. Скоростные способности. Средства и методы воспитания скоростных способностей.

Модульная единица 5. Выносливость, виды выносливости. Средства и методы воспитания выносливости.

Модульная единица 6. Двигательно-координационные способности. Средства и методы воспитания координационных способностей.

Модульная единица 7. Гибкость. Факторы, определяющие развитие гибкости. Средства и методы воспитания гибкости.

Модульная единица 8. Методика стретчинга.

### **Модуль 8. Организация и структура учебно-тренировочного занятия.**

Модульная единица 1. Основы обучения движениям.

Модульная единица 2. Этапы обучения движениям.

Модульная единица 3. Формы занятий физическими упражнениями.

Модульная единица 4. Построение и структура учебно-тренировочного занятия.

Модульная единица 5. Общая и моторная плотность занятия.

Модульная единица 6. Дозирование физических нагрузок.

Модульная единица 7. Значение мышечной релаксации.

### **Модуль 9. Формы и организация самостоятельных занятий физическими упражнениями.**

Модульная единица 1. Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий.

Модульная единица 2. Формы самостоятельных занятий.

Модульная единица 3. Содержание самостоятельных занятий.

Модульная единица 4. Гигиена самостоятельных занятий.

Модульная единица 5. Оздоровительные системы физических упражнений

### **Модуль 10. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.**

Модульная единица 1. Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями различной направленности.

Модульная единица 2. Граница интенсивности физической нагрузки для лиц студенческого возраста.

Модульная единица 3. Взаимосвязь между интенсивностью занятий и ЧСС. Признаки чрезмерной нагрузки.

Модульная единица 4. Пульсовый режим рациональной тренировочной нагрузки для лиц студенческого возраста.

Модульная единица 5. Энергозатраты при физической нагрузке разной интенсивности.

Модульная единица 6. Самоконтроль за эффективностью самостоятельных занятий. Профилактика травматизма.

### **Модуль 11. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физического воспитания.**

Модульная единица 1. «Спорт».

Модульная единица 2. Массовый спорт. Спорт высших достижений.

Модульная единица 3. Единая спортивная квалификация. Национальные виды спорта в спортивной квалификации.

Модульная единица 4. Студенческий спорт. Его организационные особенности. Студенческие спортивные соревнования.

Модульная единица 5. Требования спортивной квалификации и правил соревнований по избранному виду спорта.

Модульная единица 6. Нетрадиционные системы физических упражнений.

Модульная единица 7. Обоснование индивидуального выбора видов спорта или систем физических упражнений.

### **Модуль 12. Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений.**

Модульная единица 1. Влияние избранного вида спорта или системы физических упражнений на физическое развитие, функциональную подготовленность и психические качества.

Модульная единица 2. Планирование тренировки в избранном виде спорта или системе физических упражнений.

Модульная единица 3. Пути достижения физической, технической, тактической и психической подготовленности.

Модульная единица 4. Виды и методы контроля за эффективностью тренировочных занятий.

### **Модуль 13. Самоконтроль. Методы самоконтроля за физическим развитием организма.**

Модульная единица 1. Диагностика и самодиагностика организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом. Ее цели и задачи.

Модульная единица 2. Самоконтроль, его основные методы.

Модульная единица 3. Субъективные и объективные признаки самоконтроля.

Модульная единица 4. Дневник самоконтроля.

Модульная единица 5. Методы стандартов, антропометрических индексов, номограмм тестов для оценки физического развития.

Модульная единица 6. Врачебный и педагогический контроль.

Модульная единица 7. Осанка человека.

Модульная единица 8. Типы телосложений.

### **Модуль 14. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом.**

Модульная единица 1. Врачебный контроль как условие допуска к занятиям физическими упражнениями и спортом, его содержание и периодичность.

Модульная единица 2. Методы функциональных проб, упражнений, тестов для оценки функциональной и физической подготовленности.

Модульная единица 3. Методика определения нагрузки по показаниям пульса, ЖЕЛ и ЧД.

Модульная единица 4. Методика определения тяжести нагрузки по изменениям массы тела и динамометрии.

Модульная единица 5. Оценка функциональной подготовленности по задержке дыхания на вдохе и выдохе.

Модульная единица 6. Оценка физической работоспособности по результатам 12-минутного теста в беге и плавании.

Модульная единица 7. Оценка тяжести нагрузки по субъективным показателям.

Модульная единица 8. Коррекция физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами физической культуры и спорта.

### **Модуль 15. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов.**

Модульная единица 1. Общие положения профессионально-прикладной физической подготовки студентов.

Модульная единица 2. Определение понятия ППФП, ее цель, задачи и место в системе физического воспитания студентов.

Модульная единица 3. Организация и формы ППФП в ВУЗе.

Модульная единица 4. Комплекс ГТО. Цели и задачи.

### **Модуль 16. Методические основы производственной физической культуры**

Модульная единица 1. Производственная физическая культура, ее цели и задачи.

Модульная единица 2. Методические основы производственной физической культуры.

Модульная единица 3. Влияние условий труда и быта специалистов на выбор форм, методов, и средств ПФК.

Модульная единица 4. Производственная физическая культура в рабочее время.

Модульная единица 5. Физическая культура и спорт в рабочее время.

Модульная единица 6. Дополнительные средства повышения работоспособности.

Модульная единица 7. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.

Модульная единица 8. Роль личности руководителя во внедрении физической культуры в производственный коллектив.

### 2.3. Тематический план занятий лекционного типа

№	Темы занятий лекционного типа	Часы (академ.)
<b>4 семестр</b>		
1	<b>Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов в медицинских и фармацевтических вузах РФ.</b> Физическая культура – часть общечеловеческой культуры. Спорт - явление культурной жизни. Компоненты физической культуры: физическое воспитание, физическое развитие, физкультурное образование, физическое совершенство. Виды физической культуры. Функции физической культуры и спорта. Физическая культура в структуре профессионального образования. Физическая культура студента. Физическая культура и спорт как средства сохранения и укрепления здоровья студентов, их физического и спортивного совершенствования. Профессиональная направленность физического воспитания. Организационно-правовые основы физической культуры и спорта. Физическая культура и спорт в высшем учебном заведении. Ценностные ориентации и отношение студентов к физической культуре.	2
2	<b>Социально-биологические основы физической культуры. Организм как единая физиологическая система.</b> Организм как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система. Анатомо-морфологические особенности и основные физиологические функции организма. Основные системы организма: сердечно сосудистая, дыхательная, нервная, мышечная, выделительная, пищеварительная, эндокринная, опорно-двигательный аппарат. Функциональные системы организма. Внешняя среда и ее воздействие на организм и жизнедеятельность человека.	2
<b>Итого за 4 семестр:</b>		<b>4</b>
<b>Итого:</b>		<b>4</b>

### 2.4. Тематический план контактной работы обучающегося на занятиях семинарского типа

<b>4 семестр</b>		
1	<b>Функциональная активность человека и взаимосвязь физической и умственной деятельности.</b> Функциональная активность человека и взаимосвязь физической и умственной деятельности. Утомление при физической и умственной работе. Восстановление. Биологические ритмы и работоспособность. Гипокинезия и гиподинамия. Средства физической культуры, обеспечивающие устойчивость к умственной и физической работоспособности.	2
2	<b>Валеологические предпосылки здоровья и здорового образа жизни.</b> Основы валеологии. Основные задачи валеологии. Предпосылки возникновения валеологии. Место валеологии в системе наук. Классификация валеологии. Здоровье, болезнь, «третье состояние». Человек как система. Содержательные характеристики ЗОЖ: режим труда и отдыха, организация сна, организация режима питания, организация, двигательной активности, личная гигиена и закаливание, профилактика вредных привычек, культура межличностного общения, культура сексуального поведения. Социальные аспекты здоровья и здорового образа жизни. Влияние отдельных факторов на продолжительность жизни человека. Валеологический анализ факторов здоровья. Двигательная активность и здоровье. Валеологический анализ факторов здоровья.	2

3	<b>Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.</b> Объективные и субъективные факторы обучения и реакции их на организм студентов. Изменения состояния организма студента под влиянием различных режимов и условий обучения. Работоспособность и влияние на нее различных факторов. Общие закономерности изменения работоспособности студентов в процессе обучения. Состояние и работоспособность в экзаменационный период. Использование «малых форм» физической культуры в режиме учебного дня студентов.	2
<b>Итого за 4 семестр:</b>		6
<b>Итого:</b>		6

## 2.5. Тематический план самостоятельной работы студента

№	Тематические блоки	Часы (академ.)
<b>1 семестр</b>		
1	<b>Основы общей физической и специальной подготовки.</b> Понятия общей и специальной физической подготовки. Мотивация физического воспитания – важная составляющая улучшения здоровья студентов. Принципы физического воспитания. Учебно-тренировочные занятия в вузе. Совершенствование физических качеств. Средства спортивной подготовки.	2
2	<b>Воспитание телесно-двигательных качеств.</b> Современные представления о телесно-двигательных качествах. Сила и силовые способности (динамическая и статическая сила). Средства воспитания силы. Методы воспитания силы. Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития силовых способностей: мышц рук, ног, брюшного пресса, спины. Скоростные способности. Средства воспитания скоростных способностей. Методы воспитания скоростных способностей. Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития скоростных способностей. Выносливость, виды выносливости. Средства воспитания выносливости. Методы воспитания выносливости. Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития выносливости: общей и специальной. Двигательно-координационные способности. Факторы, определяющие развитие координационных способностей. Средства воспитания координационных способностей. Методы воспитания координационных способностей. Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития координационных способностей. Гибкость. Факторы, определяющие развитие гибкости. Средства воспитания гибкости. Упражнения на растягивание. Активные движения. Пассивные упражнения. Статические упражнения. Основные правила применения упражнений на растягивание. Методы воспитания гибкости. Методика развития гибкости. Дозировка упражнений. Методика стретчинга. Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития гибкости (определения подвижности): плечевых, тазобедренных, коленных, голеностопных суставов, гибкости позвоночного столба.	8
3	<b>Организация и структура учебно-тренировочного занятия.</b> Формы занятий физическими упражнениями. Учебно-тренировочное занятие как основная форма обучения физическим упражнениям. Структура и направленность учебно-тренировочного занятия. Дозирование физических нагрузок. Средства физического воспитания.	2

4	<b>Формы и организация самостоятельных занятий физическими упражнениями.</b> Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий. Формы и содержание самостоятельных занятий. Гигиена самостоятельных занятий. Характеристика оздоровительных систем физических упражнений. Циклические упражнения. Дыхательная гимнастика йогов. Парадоксальная дыхательная методика А.Н. Стрельниковой., К.П. Бутейко. Аутогенная тренировка и ее психофизиологическое воздействие на организм человека. Использование медитации как одной из форм аутогенной тренировки человека.	4
5	<b>Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.</b> Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями различной направленности. Граница интенсивности физической нагрузки для лиц студенческого возраста. Взаимосвязь между интенсивностью занятий и ЧСС. Признаки чрезмерной нагрузки. Пульсовый режим рациональной тренировочной нагрузки для лиц студенческого возраста. Энергозатраты при физической нагрузке разной интенсивности. Самоконтроль за эффективностью самостоятельных занятий. Профилактика травматизма.	4
6.	<b>Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физического воспитания.</b> Определение понятия «спорт». Его принципиальное отличие от других видов занятий физическими упражнениями. Массовый спорт. Спорт высших достижений. Единая спортивная квалификация. Национальные виды спорта в спортивной квалификации. Студенческий спорт. Его организационные особенности. Пути достижения физической, технической, тактической и психической подготовленности. Студенческие спортивные соревнования. Обоснование индивидуального выбора видов спорта или систем физических упражнений. Требования спортивной квалификации и правил соревнований по избранному виду спорта.	6
7	<b>Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений.</b> Влияние избранного вида спорта или системы физических упражнений на физическое развитие, функциональную подготовленность и психические качества. Психофизическая характеристика основных видов спорта. Планирование тренировки в избранном виде спорта. Пути достижения физической, технической, тактической и психической подготовленности. Виды и методы контроля за эффективностью тренировочных занятий.	6
8	<b>Самоконтроль. Методы самоконтроля за физическим развитием организма.</b> Диагностика и самодиагностика организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом. Виды диагностики, ее цели и задачи. Самоконтроль, его основные методы, показатели. Дневник самоконтроля. Субъективные и объективные признаки самоконтроля. Наружный осмотр (соматоскопия) и антропометрия (соматометрия). Методы стандартов, антропометрических индексов для оценки физического развития организма. Осанка человека. Типы телосложения.	6
9	<b>Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом.</b> Врачебный контроль как условие допуска к занятиям физическими упражнениями и спортом, его содержание и периодичность. Методы, функциональных проб, упражнений, тестов для оценки функциональной и физической подготовленности. Врачебно-педагогический контроль, его содержание. Методика определения нагрузки по показаниям пульса, ЖЕЛ и ЧД. Методика определения тяжести нагрузки по изменениям массы тела и динамометрии. Оценка функциональной подготовленности по задержке дыхания на вдохе и выдохе. Методика оценки состояния центральной нервной системы по пульсу и кожно-сосудистой реакции. Оценка	8

	физической работоспособности по результатам 12-минутного теста в беге и плавании. Оценка тяжести нагрузки по субъективным показателям. Коррекция содержания и методики занятий физическими упражнениями по результатам самоконтроля.	
10	<b>Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов.</b> Общие положения профессионально-прикладной физической подготовки студентов. Определение понятия ППФП, ее цель, задачи и место в системе физического воспитания студентов. Организация и формы ППФП в ВУЗе. Всероссийский физкультурный комплекс ГТО. Методические указания по изложению лекционного материала по ППФП студентам отдельного факультета.	6
11	<b>Методические основы производственной физической культуры.</b> Производственная физическая культура, ее цели и задачи. Методические основы производственной физической культуры. Влияние условий труда и быта специалистов на выбор форм, методов, и средств ПФК. Производственная физическая культура в рабочее время. Физическая культура и спорт в рабочее время. Дополнительные средства повышения работоспособности. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры. Роль личности руководителя во внедрении физической культуры в производственный коллектив.	6
<b>Итого за 4 семестр:</b>		<b>58</b>
<b>Итого:</b>		<b>58</b>

### 3. Рабочая учебная программа дисциплины

Наименование разделов дисциплины (модулей)	Аудиторные занятия					Всего часов на аудиторную работу	Самостоятельная работа студента	Экзамен	Итого часов	Часы контактной работы обучающегося с преподавателем	Компетенции			Используемые образовательные технологии, способы и методы обучения, формы организации образовательной деятельности	Формы текущей и промежуточной аттестации
	лекции	семинары	лабораторные занятия (лабораторные работы, практикумы)	практические занятия, клинические занятия	курсовая работа						УК	ОПК	ПК		
Модуль 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов в медицинских и фармацевтических вузах РФ.	2	-	-	-	-	2	-	-	2	2	7	-	-	Л	С, Т
Модуль 2. Социально-биологические основы физической культуры и спорта.	2	-	-	-	-	2	-	-	2	2	7	-	-	Л	Пр, С, Д, Т
Модуль 3. Функциональная активность человека. Взаимосвязь физической и умственной деятельности.	-	-	-	2	-	2	-	-	2	2	7	-	-	Р	Пр, С, Т
Модуль 4. Валеологические предпосылки здоровья и здорового образа жизни.	-	-	-	2	-	2	-	-	2	2	7	-	-	Р	Пр,С, Д, Т
Модуль 5. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.	-	-	-	2	-	2	-	-	2	2	7	-	-	Р	Пр, С, Д, Т
Модуль 6. Основы общей физической и специальной подготовки.	-	-	-	-	-	-	2	-	2	-	7	-	-	Д	С, Д, Т
Модуль 7. Воспитание телесно-двигательных качеств.	-	-	-	-	-	-	8	-	8	-	7	-	-	Д	С, Д, Т

Модуль 8. Организация и структура учебно-тренировочного занятия.	-	-	-	-	-	-	2	-	2	-	7	-	-	Р	Пр, С, Т
Модуль 9. Формы и организация самостоятельных занятий.	-	-	-	-	-	-	4	-	4	-	7	-	-	Д	С, Т
Модуль 10. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.	-	-	-	-	-	-	4	-	4	-	7	-	-	Д	С, Д
Модуль 11. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физического воспитания.	-	-	-	-	-	-	6	-	6	-	7	-	-	Д	Пр, С, Д
Модуль 12. Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений.	-	-	-	-	-	-	6	-	6	-	7	-	-	Д	Пр, С, Т
Модуль 13. Самоконтроль. Методы самоконтроля за физическим развитием организма.	-	-	-	-	-	-	6	-	6	-	7	-	-	Р	Пр, С
Модуль 14. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом.	-	-	-	-	-	-	8	-	8	-	7	-	-	Р	Пр, С, Т
Модуль 15. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов.	-	-	-	-	-	-	6	-	6	-	7	-	-	Р	С, Т
Модуль 16. Методические основы производственной физической культуры.	-	-	-	-	-	-	6	-	6	-	7	-	-	Д	Пр, С, Д, Т
Промежуточная аттестация	-	-	-	-	-	-	-	4	4	-	7	-	-	Д	С
Итого:	4	-	-	6	-	10	58	4	72	10	-	-	-	-	-

#### **4. Оценочные средства (фонд оценочных средств) для контроля уровня сформированности компетенций**

4.1. Оценочные средства для проведения текущей аттестации по дисциплине

Текущая аттестация включает следующие типы заданий: тестирование, оценка освоения практических навыков (умений), собеседование по контрольным вопросам, подготовка доклада.

#### **Модуль 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов в медицинских и фармацевтических вузах РФ.**

Проверяемые индикаторы достижения компетенции: УК-7.1.1.

##### **4.1.1. Примеры тестовых заданий.**

1. Физическая культура – это ... (укажите 1 правильный ответ):

- а) часть общей культуры общества, совокупность достижений общества в создании и использовании специальных средств и методов физического совершенствования;**
- б) самостоятельная часть общественно необходимой деятельности, способствующая развитию физических качеств;
- в) физическое воспитание;
- г) спорт;
- д) физическая реакция;
- е) двигательная реабилитация.

2. Физическую культуру личности определяют (укажите 1 правильный ответ):

- а) физическая подготовленность, функциональные возможности организма;**
- б) духовные и материальные ценности физической культуры;
- в) физическое самосовершенствование;
- г) физическая подготовленность, физическое совершенство.

3. Физкультурное движение – это... (укажите 1 правильный ответ):

- а) совместная деятельность людей по использованию, распространению и приумножению ценностей физической культуры;**
- б) физкультурные парады;
- в) занятия физической культурой;
- г) показательные выступления.

4. Физическая культура в основе имеет целесообразную двигательную деятельность в форме (укажите 1 правильный ответ):

- а) физических упражнений;**
- б) контрольных тестов;
- в) соревнований;
- г) теоретических сведений.

5. Физическое совершенство – это... (укажите 1 правильный ответ):

- а) наиболее выраженный специфический результат воздействия физической культуры на человека;**
- б) красивое тело;
- в) уровень развития физических качеств;
- г) обучение двигательным умениям и навыкам.

6. Основная форма физического воспитания в вузе (укажите 1 правильный ответ):

- а) **учебные занятия;**
- б) самостоятельные занятия физическими упражнениями;
- в) физические упражнения в режиме учебного дня;
- г) занятия в группах общей физической подготовки и спортивных секциях.

7. Физическая культура представлена (укажите 1 правильный ответ):

- а) **совокупностью материальных и духовных ценностей;**
- б) комплексами физических упражнений;
- в) показателями состояния здоровья и уровнем физической подготовленности;
- г) показателями здоровья и отношением правительства к населению.

8. Фоновые виды физической культуры это ... (укажите 1 правильный ответ):

- а) **гигиеническая физическая культура в повседневном быту;**
- б) массаж;
- в) ЛФК;
- г) баня.

9. Разновидностью оздоровительно-реабилитационной физической культуры является (укажите 1 правильный ответ):

- а) **лечебная физическая культура;**
- б) профессиональная физическая культура;
- в) занятия в учебной группе;
- г) спортивная тренировка.

10. Оздоровительно-реабилитационная физическая культура направлена на ... (укажите 1 правильный ответ):

- а) **восстановление функций организма;**
- б) увеличение веса человека;
- в) снижение веса человека;
- г) формирование профессиональных качеств.

#### 4.1.2. Примеры контрольных вопросов для собеседования Проверяемые индикаторы достижения компетенции: УК-7.1.1.

1. Физическая культура и спорт как социальные феномены.
2. Физическая культура – часть общечеловеческой культуры.
3. Спорт – явление культурной жизни.
4. Компоненты физической культуры: физическое воспитание; физическое развитие; реабилитационная физическая культура; фоновые виды физической культуры; средства физической культуры.
5. Физическая культура в структуре профессионального образования.
6. Физическая культура личности студента.

#### 4.2. Перечень вопросов для собеседования

№	Вопросы для промежуточной аттестации	Проверяемые индикаторы достижения компетенций
1.	Физическая культура и спорт как социальные феномены.	УК-7.1.1
2.	Массовый спорт – его цели и задачи.	УК-7.1.1
3.	Спорт высших достижений, его направленность, цели, задачи,	УК-7.2.1

	критерии эффективности.	
4.	Особенности современной спортивной тренировки.	УК-7.1.1
5.	Классификация спортивных упражнений.	УК-7.1.1
6.	Планирование объема и интенсивности в спортивной тренировке.	УК-7.3.1
7.	Интенсивность физической нагрузки, связь ее с ЧСС.	УК-7.3.1
8.	Признаки чрезмерной нагрузки.	УК-7.2.1
9.	Понятие работоспособности.	УК-7.1.1
10.	Умственная и физическая работоспособность.	УК-7.2.1
11.	Работоспособность и влияние на нее различных факторов.	УК-7.2.1
12.	Общие закономерности изменения работоспособности студентов в процессе обучения.	УК-7.2.1
13.	Объективный и субъективный фактор обучения и реакция на них организма студентов.	УК-7.2.1
14.	Определение лечебной физической культуры. Основные понятия.	УК-7.1.1
15.	Показания и противопоказания к занятиям лечебной физической культурой.	УК-7.3.1
16.	Методы и средства лечебной физической культуры.	УК-7.1.1
17.	Цели и задачи лечебной физической культуры при различных отклонениях в состоянии здоровья студентов.	УК-7.1.1
18.	Направленность и основные принципы физического воспитания студентов с различными отклонениями в состоянии здоровья.	УК-7.3.1
19.	Характеристика оздоровительных систем физических упражнений.	УК-7.2.1
20.	Общие положения воспитания физических качеств.	УК-7.1.1
21.	Формы и содержание самостоятельных занятий.	УК-7.1.1
22.	Структура и направленность учебно-тренировочного занятия.	УК-7.3.1
23.	Содержательные характеристики составляющих здорового образа жизни.	УК-7.1.1
24.	Оценка физического состояния.	УК-7.2.1
25.	Физическое развитие и физическая подготовленность.	УК-7.3.1
26.	Физиометрические методы.	УК-7.2.1
27.	Физиологические методы.	УК-7.2.1
28.	Методика оценки физического состояния организма человека.	УК-7.3.1
29.	Методы контроля за функциональным и физическим состоянием организма человека.	УК-7.3.1
30.	Методы номограмм, функциональных проб для оценки функционального состояния организма сердечно-сосудистой системы (ортостатическая, клиностатическая пробы).	УК-7.3.1
31.	Методы функциональных проб для оценки функционального состояния организма дыхательной системы (проба Штанге, Генче).	УК-7.3.1
32.	Методы функциональных проб для оценки функционального состояния организма нервной системы (проба Ромберга, теплинг-тест).	УК-7.3.1
33.	Виды диагностики.	УК-7.2.1
34.	Двигательная подготовленность.	УК-7.1.1
35.	Параметры нагрузки.	УК-7.3.1
36.	Наружный осмотр и антропометрия.	УК-7.3.1
37.	Контрольные упражнения для оценки уровня развития силовых, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.	УК-7.2.1
38.	Оценка двигательной (физической) подготовленности.	УК-7.3.1

39.	Понятия, основные задачи, средства ППФП.	УК-7.1.1
40.	Требования к физической подготовленности трудящихся в различных сферах современного профессионального труда и тенденции их изменения.	УК-7.1.1
41.	Формирование профессионально-прикладных качеств на занятиях физической культурой.	УК-7.2.1
42.	Краткая историческая справка о направленном использовании физических упражнений для подготовки к труду.	УК-7.3.1
43.	Доминирующие факторы риска и их проявления в современном обществе.	УК-7.1.1
44.	Воздействие экзогенных экологонегативных факторов на занимающихся физическими упражнениями.	УК-7.1.1
45.	Краткая характеристика основных медико-биологических факторов риска.	УК-7.1.1

#### **4.2.1 Темы рефератов**

1. Физическая культура и спорт как средства сохранения и укрепления здоровья студентов, их физического и спортивного совершенствования.
2. Профессиональная направленность физической культуры.
3. Критерии эффективности использования здорового образа жизни.
4. Физическое самовоспитание и самосовершенствование – условие здорового образа жизни.
5. Взаимосвязь общей культуры студента и его образа жизни.
6. Структура жизнедеятельности студентов и ее отражение в образе жизни.
7. Особенности проведения учебных занятий по физическому воспитанию для повышения работоспособности студентов.
8. Состояние и работоспособность студентов в экзаменационный период
9. Оптимальная двигательная активность и ее воздействие на здоровье и работоспособность.
10. Возрастные особенности содержания занятий.
11. Особенности самостоятельных занятий для женщин.
12. Отличие спорта от других видов занятий физическими упражнениями.
13. Единая спортивная классификация.
14. Национальные виды спорта.
15. Спорт в высшем учебном заведении.
16. Студенческие спортивные соревнования.
17. Международные студенческие спортивные соревнования.

#### **4.2.2 Темы докладов**

1. Выбор видов спорта для укрепления здоровья, коррекции недостатков физического развития и телосложения.
2. Выбор видов спорта и упражнений для повышения функциональных возможностей организма.
3. Выбор видов спорта и упражнений для активного отдыха.

4. Нетрадиционные системы физических упражнений. Особенности организации учебных занятий. Специальные зачетные требования и нормативы.
5. Выбор видов спорта и упражнений для подготовки к будущей профессиональной деятельности.
6. Выбор видов спорта для достижения наивысших спортивных результатов.
7. Виды спорта комплексного разностороннего воздействия на организм занимающегося.
8. Место ППФП в системе физического воспитания.
9. Основные факторы, определяющие содержание ППФП студентов.
10. Основные факторы, определяющие содержание ППФП будущего бакалавра избранного профиля.
11. Влияние условий труда выпускников факультета на содержание ППФП студентов.
12. Основное содержание ППФП студентов и его реализация на факультете.
13. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.
14. Влияние индивидуальных особенностей географо-климатических на содержание производственной физической культуры бакалавров.
15. Роль личности руководителя во внедрении физкультуры в производственный коллектив.

#### **4.3. Порядок проведения текущей и промежуточной аттестации по дисциплине**

Рейтинг по дисциплине итоговый ( $R_d$ ) рассчитывается по следующей формуле:

$$R_d = (R_{dcp} + R_{na}) / 2$$

где  $R_d$  – рейтинг по дисциплине

$R_{na}$  – рейтинг промежуточной аттестации (зачет)

$R_{dcp}$  – средний рейтинг дисциплины за первый и второй семестр – индивидуальная оценка усвоения учебной дисциплины в баллах за два семестра изучения.

Средний рейтинг дисциплины за 2 семестра изучения рассчитывается по следующей формуле:

$$R_{dcp} = (R_{пред1} + R_{пред2}) / 2$$

где:

$R_{пред1}$  – рейтинг по дисциплине в 1 семестре предварительный

$R_{пред2}$  – рейтинг по дисциплине в 2 семестре предварительный

Рейтинг по дисциплине в 1 и 2 семестре предварительный рассчитывается по следующей формуле:

$$R_{пред} = (R_{мек} + R_{мест}) / 2 + R_b - R_{иш}$$

где:

$R_{тек}$  – текущий рейтинг за первый или второй семестр (текущей успеваемости, оценка которой проводится по среднему баллу, с учетом оценки за самостоятельную работу)

$R_{тест}$  – рейтинг за тестирование в первом или втором семестре.

$R_{б}$  – рейтинг бонусов

$R_{ш}$  – рейтинг штрафов

Максимальное количество баллов, которое может получить студент по дисциплине в семестре – 100. Минимальное количество баллов, при котором дисциплина должна быть зачтена – 61.

### *1. Методика подсчета среднего балла текущей успеваемости*

Рейтинговый балл по дисциплине ( $R_{тек}$ ) оценивается суммарно с учетом текущей успеваемости, оценка которой проводится по среднему баллу, с учетом оценки за самостоятельную работу.

Знания и работа студента на практических занятиях оцениваются преподавателем в каждом семестре по классической 5-балльной системе.

Самостоятельная работа студентов включает самостоятельное изучение отдельных тем, предусмотренных рабочей программой. Форма отчётности студентов – тестирование, ответы по контрольным вопросам, подготовка доклада. Каждая тема самостоятельной работы оценивается от 3 до 5 баллов, работа, оцененная ниже 3 баллов, не засчитывается и требует доработки студентом (таблица 1).

В конце каждого семестра производится централизованный подсчет среднего балла успеваемости студента, в семестре с переводом его в 100-балльную систему (таблица 2).

**Таблица 1. Подсчет баллов за самостоятельную работу студентов**

<b>Критерии оценки</b>	<b>Рейтинговый балл</b>
Работа не сдана, сдана не в полном объеме, работа не соответствует тематике самостоятельной работы.	0-2
Работа сдана в полном объеме, но в ней допущено более 2-х грубых тематических ошибок или пропущено более 1-го ключевого вопроса темы самостоятельной работы.	3
Работа сдана в полном объеме, но в ней допущены 1- 2 грубые тематические ошибки или пропущен 1 ключевой вопрос темы самостоятельной работы.	4
Работа сдана в полном объеме, в ней нет грубых тематических ошибок, не пропущены ключевые вопросы темы самостоятельной работы.	5



**Таблица 2. Перевод среднего балла текущей успеваемости студента в рейтинговый балл по 100-балльной системе**

Средний балл по 5-балльной системе	Балл по 100-балльной системе	Средний балл по 5-балльной системе	Балл по 100-балльной системе	Средний балл по 5-балльной системе	Балл по 100-балльной системе
5.0	100	4.0	76-78	2.9	57-60
4.9	98-99	3.9	75	2.8	53-56
4.8	96-97	3.8	74	2.7	49-52
4.7	94-95	3.7	73	2.6	45-48
4.6	92-93	3.6	72	2.5	41-44
4.5	91	3.5	71	2.4	36-40
4.4	88-90	3.4	69-70	2.3	31-35
4.3	85-87	3.3	67-68	2.2	21-30
4.2	82-84	3.2	65-66	2.1	11-20
4.1	79-81	3.1	63- 64	2.0	0-10
		3.0	61-62		

*2. Методика подсчета баллов за тестирование в семестре*

Минимальное количество баллов, которое можно получить при тестировании - 61, максимальное – 100 баллов.

За, верно, выполненное задание тестируемый получает 1 (один) балл, за неверно выполненное – 0 (ноль) баллов. Оценка результатов после прохождения теста проводится в соответствии с таблицей 3.

Тест считается выполненным при получении 61 балла и выше. При получении менее 61 балла – необходимо повторное прохождение тестирования.

**Таблица 3. Перевод результата тестирования в рейтинговый балл по 100-балльной системе**

Количество допущенных ошибок при ответе на 100 тестовых заданий	% выполнения задания тестирования	Рейтинговый балл по 100-балльной системе
0 - 9	91-100	91-100
10 - 19	81-90	81-90
20 - 29	71-80	71-80
30 - 39	61-70	61-70
≥ 40	0-60	0

*3. Методика подсчета балла промежуточной аттестации (зачет) ( $R_{na}$ )*

Промежуточная аттестация по дисциплине осуществляется в форме зачета. Зачет проходит в виде собеседования с оценкой сформированности практической составляющей формируемых компетенций, включающего в себя вопросы по всем изучаемым разделам программы. Минимальное количество

баллов (*Rna*), которое можно получить при собеседовании – 61, максимальное – 100 баллов (таблица 4).

**Таблица 4. Критерии оценки уровня усвоения материала дисциплины и сформированности компетенций**

Характеристика ответа	Оценка ECTS	Баллы в БРС	Уровень сформированности компетентности по дисциплине	Оценка по 5-балльной шкале
Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном оперировании понятиями, умении выделить существенные и несущественные его признаки, причинно-следственные связи. Знание об объекте демонстрируется на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей. Ответ формулируется в терминах науки, изложен литературным языком, логичен, доказателен, демонстрирует авторскую позицию обучающегося. Студент демонстрирует высокий продвинутый уровень сформированности компетентности	A	100–96	ВЫСОКИЙ	5 (5+)
Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний об объекте, доказательно раскрыты основные положения темы; в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Знание об объекте демонстрируется на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей. Ответ изложен литературным языком в терминах науки. Могут быть допущены недочеты в определении понятий, исправленные обучающимся самостоятельно в процессе ответа. Студент демонстрирует высокий уровень сформированности компетенций.	B	95–91		5
Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Ответ четко структурирован, логичен, изложен литературным языком в терминах науки. Могут быть допущены недочеты или незначительные ошибки, исправленные обучающимся с помощью преподавателя. Студент демонстрирует средний повышенный уровень сформированности компетентности.	C	90–81	СРЕДНИЙ	4
Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Ответ четко структурирован, логичен, изложен в терминах науки. Однако допущены незначительные ошибки или недочеты, исправленные обучающимся с помощью «наводящих» вопросов преподавателя. Студент демонстрирует средний достаточный уровень сформированности компетенций.	D	80-76		4 (4-)
Дан полный, но недостаточно последовательный ответ на поставленный вопрос, но при этом показано умение выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи. Ответ логичен и изложен в терминах науки. Могут быть допущены 1-2 ошибки в определении основных понятий, которые обучающийся затрудняется исправить самостоятельно. Студент демонстрирует низкий уровень сформированности компетентности.	E	75-71	НИЗКИЙ	3 (3+)
Дан недостаточно полный и недостаточно развернутый	E	70-66		3

ответ. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Допущены ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. Обучающийся не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи. Обучающийся может конкретизировать обобщенные знания, доказав на примерах их основные положения только с помощью преподавателя. Речевое оформление требует поправок, коррекции. Студент демонстрирует крайне низкий уровень сформированности компетентности.				
Дан неполный ответ, логика и последовательность изложения имеют существенные нарушения. Допущены грубые ошибки при определении сущности раскрываемых понятий, теорий, явлений, вследствие непонимания обучающимся их существенных и несущественных признаков и связей. В ответе отсутствуют выводы. Умение раскрыть конкретные проявления обобщенных знаний не показано. Речевое оформление требует поправок, коррекции. Студент демонстрирует пороговый уровень сформированности компетенций.	E	65-61	ПОРоговый	3 (3-)
Дан неполный ответ, представляющий собой разрозненные знания по теме вопроса с существенными ошибками в определениях. Присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения. Обучающийся не осознает связь данного понятия, теории, явления с другими объектами дисциплины. Отсутствуют выводы, конкретизация и доказательность изложения. Речь неграмотная. Дополнительные и уточняющие вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответа обучающегося не только на поставленный вопрос, но и на другие вопросы дисциплины. Компетентность отсутствует.	Fx	60-41	КОМПЕТЕНТНОСТЬ ОТСУТСТВУЕТ	2
Не получены ответы по базовым вопросам дисциплины. Студент не демонстрирует индикаторов достижения формирования компетенций. Компетентность отсутствует.	F	40-0		2

#### 4. Система бонусов и штрафов

В данной модели расчета рейтингового балла предусматриваются бонусы, повышающие рейтинговый балл и штрафы, понижающие рейтинг, согласно приведенной таблице (таблица 5).

Таблица 5. Бонусы и штрафы по дисциплине

Бонусы	Наименование	Баллы
УИРС	Учебно-исследовательская работа по темам изучаемого предмета	до + 5,0
Штрафы	Наименование	Баллы
Дисциплинарные	Пропуск без уважительной причины лекции или практического занятия	- 2,0
	Систематические опоздания на лекции или практические занятия	- 1,0
	Выполнение самостоятельной работы не в установленные сроки	- 1,0
	Нарушение ТБ	- 2,0

Причинение материального ущерба	Порча оборудования и имущества	- 2,0
---------------------------------	--------------------------------	-------

Итоговая оценка, которую преподаватель ставит в зачетную книжку – это рейтинг по дисциплине итоговый ( $R_d$ ), переведенный в 5-балльную систему (таблица 6).

Таблица 6. Итоговая оценка по дисциплине

Оценка по 100-балльной системе	Оценка по системе «зачтено - не зачтено»	Оценка по 5-балльной системе		Оценка по ECTS
96-100	зачтено	5	отлично	A
91-95	зачтено			B
81-90	зачтено	4	хорошо	C
76-80	зачтено			D
61-75	зачтено	3	удовлетворительно	E
41-60	не зачтено	2	неудовлетворительно	Fx
0-40	не зачтено			F

## 5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### 5.1. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины

Методические рекомендации (синоним – методические указания) для студентов по всем видам занятий, включая учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента, в рамках дисциплины представлены в электронной информационно-образовательной среде ПМФИ и доступны по ссылке: [www.pmedpharm.ru](http://www.pmedpharm.ru)

### 5.2. Перечень рекомендуемой литературы, включая электронные учебные издания

#### 5.2.1 Основная литература

1. Чеснова Е.Л. Физическая культура. Учебное пособие [Электронный ресурс] / Е.Л. Чеснова//М.: Директ Медиа. - 2013. - 160 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210945>

2. Виленский М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента. Учебник /М.Я. Виленский, А.Г. Горшков. - 2-е изд. - М.: КНОРУС, 2012.- 240 с.

#### 5.2.2. Дополнительная литература

1. Алхасов Д.С. Теория и история физической культуры (в таблицах и схемах). Методическое пособие [Электронный ресурс] / Д.С. Алхасов// Москва Берлин: Директ-Медиа. -2014. - 100 с.– Режим доступа: URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=495762>

2. Тычинин Н.В. Элективные курсы по физической культуре и спорту. Учебное пособие [Электронный ресурс] / Н.В. Тычинин// Воронеж: Воронежский государственный университет инженерных технологий. - 2017. - 65 с.– Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=482033>

3. Лечебная физическая культура. Учебное пособие [Электронный ресурс] / В.А. Епифанов и др. // М.: ГЭОТАР -Медиа. - 2014. - 568 с.– Режим доступа: <http://www.studmedlib.ru/book/ISBN9785970430842.html>

### **5.3. Перечень программного обеспечения**

1. Office Standard 2016. 200 (двести) лицензий OPEN 96197565ZZE1712. Бессрочно.  
Veral Test Professional 2.7 Электронная версия. Акт предоставления прав № ИТ178496 от 14.10.2015. Бессрочно.
2. MOODLE e-Learning, eLearning Server, Гиперметод. Договор с ООО «Открытые технологии» 82/1 от 17 июля 2013 г. Бессрочно. (пакет обновления среды электронного обучения 3KL Hosted 600 3.5.8b, лицензионный договор №59.6/1 от 17.01.2020 на использование программы на ЭВМ)
3. Операционные системы OEM (на OS Windows 95с предустановленным лицензионным программным обеспечением): OS Windows 95, OS Windows 98; OS Windows ME, OS Windows XP; OS Windows 7; OS Windows 8; OS Windows 10. На каждом системном блоке и/или моноблоке и/или ноутбуке. Номер лицензии скопирован в ПЗУ аппаратного средства и/или содержится в наклеенном на устройство стикере с голографической защитой. Бессрочно.
4. Kaspersky Endpoint Security – Стандартный Russian Edition. 100-149 Node 1-year Educational Renewal License № лицензии 2434191112140152020635. Договор № РЦА10260011 от 09.11.2021
5. ПО «Webinar». Лицензия №С-3131 от 12.07.2018. Бессрочно.
6. ПО "Интернет - расширение информационной системы". Лицензия (договор) №4540/748 от 27.11.2017 г. Бессрочно.
7. Google Chrome Свободное и/или безвозмездное ПО;
8. Браузер «Yandex» (Россия) Свободное и/или безвозмездное ПО
9. 7-zip (Россия) Свободное и/или безвозмездное ПО
10. Adobe Acrobat DC / Adobe Reader Свободное и/или безвозмездное ПО
11. Zoom Свободное и/или безвозмездное ПО

### **5.4. Перечень профессиональных баз данных, информационных справочных систем, электронных образовательных ресурсов**

1. Договор №242 «Об оказании информационных услуг» от 06.10.2020 г. (ЭБС «Университетская библиотека online»). Срок действия с «01» января 2021 г. по «31» декабря 2021 г.
2. <http://www.fizkultura-vsem.ru/> – Физкультура для всех: для детей и взрослых.
3. <http://enc-dic.com/word/f/fizkultura-1200.html> – Сайт о спорте, физкультуре и здоровом образе жизни
4. <http://www.rostmaster.ru/lib/gymnastics/gymnastics-0056.shtml> – Здоровье и физическая культура
5. <http://pculture.ru/> – Физкультура. Сайт учителя физкультуры
6. <http://pro-fizkulturu.ru/> – Электронные образовательные ресурсы по физической культуре
7. <http://window.edu.ru/resource/547/58547> – Электронные образовательные ресурсы по физической культуре
8. [www.elibrary.ru](http://www.elibrary.ru) – национальная библиографическая база данных научного цитирования (профессиональная база данных).
9. [www.scopus.com](http://www.scopus.com) – крупнейшая в мире единая реферативная база данных (профессиональная база данных).
10. <http://pruss.narod.ru/lybr.html> - электронные библиотеки, журналы, правовые системы и словари.

## 6. Материально-техническое обеспечение дисциплины

№ п/п	Наименование дисциплины (модуля), практик в соответствии с учебным планом	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Физическая культура и спорт	Зал атлетической гимнастики (1 этаж)	Гиря чугунная 16 кг Гиря чугунная 24 кг Гриф для штанги 50 мм К грифу 50мм до 200кг К диск обрезной 2,5 К диск обрезной 20 К диск обрезной 1,25 К диск обрезной 10 К диск обрезной 15 К диск обрезной 5 Коврик резиновый Стойка для жима лежа горизонтально Стол для армспорта Тренажер биомеханический для мышц Тренажер на заднюю поверхность бедра стоя	
2		Зал атлетической гимнастики (3 этаж)	Велотренажер TREO К-108 Гриф гантельный Тренажер Примус Тренажер силовой winner	
3		Зал оздоровительной гимнастики (1 этаж - шейпинг)	Велотренажер Консул - супер Велоэргометр FITMED Вибромассажер ВМ 1200 Гантели неопреновые 1 кг ДартсLarsenпресс.картон. Жалюзи вертикальные 2,7x2,2 Жалюзи вертикальные 2,7x2,2 Жалюзи вертикальные 2,8x1,49 Жалюзи вертикальные 2,8x1,64 Коврик для фитнеса Коврик для фитнеса	

			<p>Кресло офисное E -279 Budget  Лестница - стремянка  Мяч гимнастический  Мяч гимнастический GB-105 65 см, прозрачный розовый  Обруч гимнаст. диам. 900 мм 360 гр.8  Обруч утяжеленный 1,850  Огнетушитель углекислотный ОУ -2  Сплит – система настенная GC/GU- S24HR  Сплит – система настенная GC/GU- S30HR  Степ – платформа  СтолтеннисныйStartLineO LIMPIK  СтолтеннисныйStartLineO LIMPIK.6020  Утяжелители Стандарт 2*1 кг в коробке (парные)  Утяжелители Стандарт 2*2 кг в коробке (парные)</p>	
4	Методический кабинет	<p>Компрессор электрический FTC110 VOLCANO  Насос 20 см, JOGEL, гибкийшланг, игла, насадка для фитбола  Персональный компьютер в сборе (монитор ж/к BENG17, мышь, клавиат., системный блок)  Секундомер 100  Фонарь электрический переносной аккумуляторный  Шлюз GSMDC03</p>	<p>1. MicrosoftOffice 365. Договор с ООО СТК «ВЕРШИНА» №27122016-1 от 27 декабря 2016 г.  2. Microsoft® Windows Server STDCORE 2016 Russian Academic OLP. License Number: 68169617 Initial License Issue Date: 03.03.2017  3. Windows Remote Desktop Services - User CAL 2012 50; Servers Windows Server - Standard 2012 R2 1. Лиц. 96439360ZZE1802  4. СС КонсультантПлюс для бюджетных организаций. Договор с ООО «Компас» №КОО/КФЦ 7088/40 от 9 января 2017 года.  5. СКЗИ «Крипто-Про CSP». Лицензия ООО «ЮСК:Сервис» ООО «Крипто-Про» от 17.03.2017.  6. Kaspersky Endpoint Security Russian Edition.</p>	

				<p>100149 Educational Renewal License 1FB6161121102233870682. 100 лицензий. 7. Office Standard 2016. 200 лицензий OPEN 96197565ZZE1712. 8. 1С: Предприятие; 1С: Бухгалтерия для учебных целей. Код партнера: 46727, 1 июня 2016; 1С:Предприятие8; 800685726-72. 9. VeralTestProfessional 2.7 Электронная версия. Акт предоставления прав № IT178496 от 14.10.2015 10. Statistica Basic 10 for Windows Ru License Number for PYATIGORSK MED PHARM INST OF VOLGOGRAD MED ST UNI (PO# 0152R, Contract № IE-QPA-14-XXXX) order# 310209743. 11. RegOrganizer: 18056916.40822738 Датасоздания ключа: 15.03.2017. 12. ABBYY Fine_Reader_14 FSRS- 1401. ABBYY FineReader 11 Professional Edition (download) AF11-2S1P01- 102/AD. 13. MOODLE e-Learning, eLearningServer, Гиперметод. Договор с ООО «Открытые технологии» 82/1 от 17 июля 2013 г. 14. Paragon Migrate OS to SSD (Russian) Serial Number: 09880-0C87B- E8F90-4CF66. 15. Microsoft Open License :66237142 OPEN 96197565ZZE1712. 2017 16. Microsoft Open License: 66432164 OPEN OPEN 96439360ZZE1802. 2018. 17. Microsoft Open License:68169617 OPEN OPEN 98108543ZZE1903.</p>
--	--	--	--	--

				2019. 18. Операционные системы OEM (на OS Windows 95 предустановленным лицензионным программным обеспечением): OS Windows 95, OS Windows 98; OS Windows ME, OS Windows XP; OS Windows 7; OS Windows 8; OS Windows 10. На каждом системном блоке и/или моноблоке и/или ноутбуке. Номер лицензии скопирован в ПЗУ аппаратного средства и/или содержится в наклеенном на устройство стикере с голографической защитой
5		Большой игровой зал	Ворота гандбольные /мини- футбольные стальные, пара 3,01 Кольцо баскетбольное с амортизатором Пенал для ключей 40*100 мм пласт Сетка гандбольная, мини-футбол Сетка для минифутбольных ворот 2026 Скамейка гимнастическая 4м Щит баскетбольный, игровой 1,05x1,80 оргстекло 14мм с основанием	
6		Инвентарная	Канат вертикальный Канат страховочный (10*12)40 Коврик туристический Коврик туристический Коврик туристический Маты (10x2) Медбол, 1 кг, иск. кожа, наполнитель резиновая крошка, диам. 14 см, машинная сшивка, синий Медбол, 2 кг, иск. кожа, наполнитель резиновая крошка, диам. 17,5 см, машинная сшивка Медбол, 3 кг, иск. кожа, наполнитель резиновая	

			<p>крошка, диам.20 см, машинная сшивка, синий Мешок боксерский – кожа, высота 100, диаметр 30, подвес – кольцо с целями, шт.АСПОРТ08 Мешок боксерский – кожа, высота 100, диаметр 30, подвес – кольцо с целями, шт.АСПОРТ08 Мешок боксерский – тент, высота 150, диаметр 35, подвес – кольцо с целями, шт.АСПОРТ084 Мешок боксерский – тент, высота 150, диаметр 35, подвес – кольцо с целями, шт.АСПОРТ084 Мешок боксерский – тент, высота 150, диаметр 35, подвес – кольцо с целями, шт.АСПОРТ084 Мешок боксерский – тент, высота 150, диаметр 35, подвес – кольцо с целями, шт.АСПОРТ084 Мешок боксерский – тент, высота 150, диаметр 35, подвес – кольцо с целями, шт.АСПОРТ084 Мяч MIKASA из синт. кожи MVA 300 Мяч MIKASA из синт. кожи MVA 300 Мяч MIKASA из синт. кожи MVA 300 Мяч баскет. TORRES BM300 арт. B00017 р. 7, резина, нейлон. корд. бут. камера Мяч баскетбольный р.7 Мяч баскетбольный № 6 JOGEL JB -300 Мяч баскетбольный № 7 JOGEL JB -300 Мяч баскетбольный р. 6 Мяч волейбольный Мяч волейбольный 200 Мяч волейбольный 300 Мяч волейбольный JOGEL JB -500 Мяч волейбольный MIKASAMVA 200 Мяч волейбольный MIKASAMVA 200 Палатка Camp3</p>	
--	--	--	--	--

			<p>универсальная Палки телескопические Trek Плита газовая в кейсе с перех. TRG - 006 Покрытие для ринга на помосте: размеры ринга 7*7м, высота помоста 1м, нанесение 3 логотипов на каждой стороне полого ринга Пылесос SamsungSC 5130 Пьедестал победителя 3-х местный, разборный 3,1х 0,7х0,7 м Ракетка бадминтонная Ракетки для игр в бадминтон для занятий Ринг боксерский соревновательный, боевая зона 6х6, на подиуме базовой конструкции 7х7х1м, 4 ряда канатов, подиум дерево – металл,2 лестницы дерево- металл Рюкзак Трэкс МА Сетка волейбольная Сетка волейбольная профессиональная Спальный мешок СП 2. Стойка волейбольная с мех. натяж. для зала на растяжках. Стул рыбака TTF 003 Ящик для огнетушителя</p>	
7		Переход	<p>Молния -12 В, «Выход» Оповещатель охранно- пожарный (табло) План эвакуации на рус. Языке. Стол теннисный StartLineOLIMPIK</p>	

## **7. Особенности организации обучения по дисциплине для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

7.1. Обучение обучающихся с ограниченными возможностями здоровья при необходимости осуществляется кафедрой на основе данной рабочей программы, адаптированной с использованием специальных методов обучения и дидактических материалов, составленных с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся (обучающегося).

7.2. В целях освоения учебной программы дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья кафедра обеспечивает:

1) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:

- размещение в доступных для обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими, местах и в адаптированной форме справочной информации о расписании учебных занятий;

— присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;

– выпуск альтернативных форматов методических материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);

2) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

– надлежащими звуковыми средствами воспроизведение информации;

3) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата:

– возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, туалетные комнаты и другие помещения кафедры, а также пребывание в указанных помещениях.

7.3. Образование обучающихся с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах или в отдельных организациях.

7.4. Перечень учебно-методического обеспечения самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

<b>Категории студентов</b>	<b>Формы</b>
С нарушением слуха	- в печатной форме; - в форме электронного документа;
С нарушением зрения	- в печатной форме увеличенным шрифтом; - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла;
С нарушением опорно-двигательного аппарата	- в печатной форме; - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла;

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

**7.5. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине**

7.5.1 Оценочные средства для студентов с ограниченными возможностями здоровья

Для студентов с ограниченными возможностями здоровья предусмотрены следующие оценочные средства:

Категории студентов	Виды оценочных средств	Формы контроля и оценки результатов обучения
С нарушением слуха	тест	преимущественно письменная проверка
С нарушением зрения	собеседование	преимущественно устная проверка (индивидуально)
С нарушением опорно-двигательного аппарата	решение дистанционных тестов, контрольные вопросы	организация контроля с помощью электронной оболочки MOODLE/ЭИОС вуза, письменная проверка

Студентам с ограниченными возможностями здоровья увеличивается время на подготовку ответов, разрешается готовить ответы с использованием дистанционных образовательных технологий.

7.5.2 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций

При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями. Эти средства могут быть предоставлены ВолгГМУ или могут использоваться собственные технические средства.

Процедура оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине предусматривает предоставление информации в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине (модулю) обеспечивается выполнение следующих дополнительных требований в зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся:

1. Инструкция по порядку проведения процедуры оценивания предоставляется в доступной форме (устно, в письменной форме, устно с использованием услуг сурдопереводчика);
2. Доступная форма предоставления заданий оценочных средств (в печатной форме, в печатной форме увеличенным шрифтом, в форме электронного документа, задания зачитываются ассистентом, задания предоставляются с использованием сурдоперевода);
3. Доступная форма предоставления ответов на задания (письменно на бумаге, набор ответов на компьютере, с использованием услуг ассистента, устно).

При необходимости для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов процедура оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю) может проводиться в несколько этапов. Проведение процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

#### **7.6. Перечень учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины**

Для освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья предоставляются учебная литература в виде электронных учебных изданий в фонде библиотеки и / или в электронно-библиотечных системах. А также предоставляются бесплатно специальные учебники и учебные пособия, иная учебная литература и специальные технические средства обучения коллективного и индивидуального пользования, а также услуги сурдопереводчиков и тифлосурдопереводчиков.

#### **7.7. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

В освоении дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья большое значение имеет индивидуальная работа. Под индивидуальной работой подразумевается две формы взаимодействия с преподавателем: индивидуальная учебная работа (консультации), т.е. дополнительное разъяснение учебного материала и углубленное изучение материала с теми обучающимися, которые в этом заинтересованы, и индивидуальная воспитательная работа. Индивидуальные консультации по предмету являются важным фактором, способствующим индивидуализации обучения и установлению воспитательного контакта между преподавателем и обучающимся инвалидом или обучающимся с ограниченными возможностями здоровья.

#### **7.8. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине**

Освоение дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с использованием средств обучения общего и специального назначения (помимо материально-технического обеспечения дисциплины, указанного в разделе б):

– лекционная аудитория – мультимедийное оборудование, мобильный радиокласс (для студентов с нарушениями слуха); источники питания для индивидуальных технических средств;

– учебная аудитория для практических занятий (семинаров) мультимедийное оборудование, мобильный радиокласс (для студентов с нарушениями слуха);

– учебная аудитория для самостоятельной работы - стандартные рабочие места с персональными компьютерами; рабочее место с персональным компьютером, с программой экранного доступа, программой экранного увеличения и брайлевским дисплеем для студентов с нарушением зрения.

В каждой аудитории, где обучаются инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья, должно быть предусмотрено соответствующее количество мест для обучающихся с учётом ограничений их здоровья.

В учебные аудитории должен быть беспрепятственный доступ для обучающихся инвалидов и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

В Центре коллективного пользования по междисциплинарной подготовке инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья ВолгГМУ имеются специальные технические средства обучения для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

## **8. Особенности реализации дисциплины с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения**

На основании части 17 статьи 108 Федерального закона от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» при угрозе возникновения и (или) возникновении отдельных чрезвычайных ситуаций, введении режима повышенной готовности или чрезвычайной ситуации на всей территории Российской Федерации либо на ее части реализация дисциплины может осуществляться с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий (далее – ДОТ и ЭО).

Выбор элементов ДОТ и ЭО определяется в соответствии с нижеследующим:

<b>Модуль дисциплины</b>	<b>Элементы ДОТ и ЭО, применяемые для реализации учебного процесса</b>	<b>Элементы ДОТ, применяемые для текущей и промежуточной аттестации</b>
Модуль 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов в медицинских и фармацевтических вузах РФ.	. Использование возможностей электронной информационно-образовательной среды ПМФИ доступной в сети Интернет по адресу <a href="https://do.pmedpharm.ru">https://do.pmedpharm.ru</a> . – элемент «Лекция» и/или ресурс «Файл» (лекция)	Использование возможностей электронной информационно-образовательной среды ПМФИ доступной в сети Интернет по адресу <a href="https://do.pmedpharm.ru">https://do.pmedpharm.ru</a> . – элемент «Тест» (тестирование)
Модуль 2. Социально-биологические основы физической культуры.	Использование возможностей электронной информационно-образовательной среды ПМФИ доступной в сети	Использование возможностей электронной информационно-образовательной среды ПМФИ доступной в сети Интернет по

	Интернет по адресу <a href="https://do.pmedpharm.ru">https://do.pmedpharm.ru</a> : – элемент «Лекция» и/или ресурс «Файл» (лекция)	адресу <a href="https://do.pmedpharm.ru">https://do.pmedpharm.ru</a> : – элемент «Тест» (тестирование); – элемент «Задание» (подготовка доклада, проверка протокола ведения занятия)
Модуль 3. Функциональная активность человека. Взаимосвязь физической и умственной деятельности.	Использование возможностей электронной информационно-образовательной среды ПМФИ доступной в сети Интернет по адресу <a href="https://do.pmedpharm.ru">https://do.pmedpharm.ru</a> : – элемент «Лекция» и/или ресурс «Файл» (лекция)	Использование возможностей электронной информационно-образовательной среды ПМФИ доступной в сети Интернет по адресу <a href="https://do.pmedpharm.ru">https://do.pmedpharm.ru</a> . : – элемент «Тест» (тестирование)
Модуль 4. Валеологические предпосылки здоровья и здорового образа жизни.	Использование возможностей электронной информационно-образовательной среды ПМФИ доступной в сети Интернет по адресу <a href="https://do.pmedpharm.ru">https://do.pmedpharm.ru</a> : – элемент «Лекция» и/или ресурс «Файл» (лекция)	Использование возможностей электронной информационно-образовательной среды ПМФИ доступной в сети Интернет по адресу <a href="https://do.pmedpharm.ru">https://do.pmedpharm.ru</a> : – элемент «Тест» (тестирование); – элемент «Задание» (подготовка доклада, проверка протокола ведения занятия)
Модуль 5. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.	. Использование возможностей электронной информационно-образовательной среды ПМФИ доступной в сети Интернет по адресу <a href="https://do.pmedpharm.ru">https://do.pmedpharm.ru</a> : – элемент «Лекция» и/или ресурс «Файл» (лекция)	Использование возможностей электронной информационно-образовательной среды ПМФИ доступной в сети Интернет по адресу <a href="https://do.pmedpharm.ru">https://do.pmedpharm.ru</a> : – элемент «Тест» (тестирование); – элемент «Задание» (подготовка доклада, проверка протокола ведения занятия)
Модуль 6. Основы общей физической и специальной подготовки.	Использование возможностей электронной информационно-образовательной среды ПМФИ доступной в сети Интернет по адресу <a href="https://do.pmedpharm.ru">https://do.pmedpharm.ru</a> : – элемент «Лекция» и/или ресурс «Файл» (лекция)	Использование возможностей электронной информационно-образовательной среды ПМФИ доступной в сети Интернет по адресу <a href="https://do.pmedpharm.ru">https://do.pmedpharm.ru</a> : – элемент «Тест» (тестирование) – элемент «Задание» (подготовка доклада, проверка протокола ведения занятия)
Модуль 7. Воспитание телесно-двигательных качеств.	Использование возможностей электронной информационно-образовательной среды ПМФИ доступной в сети Интернет по адресу <a href="https://do.pmedpharm.ru">https://do.pmedpharm.ru</a> .	Использование возможностей электронной информационно-образовательной среды ПМФИ доступной в сети Интернет по адресу <a href="https://do.pmedpharm.ru">https://do.pmedpharm.ru</a> : – элемент «Тест» (тестирование) – элемент «Задание» (подготовка доклада, проверка протокола ведения занятия)
Модуль 8. Организация и структура учебно-тренировочного занятия.	. Использование возможностей электронной информационно-образовательной среды ПМФИ доступной в сети	Использование возможностей электронной информационно-образовательной среды ПМФИ доступной в сети Интернет по адресу <a href="https://do.pmedpharm.ru">https://do.pmedpharm.ru</a> :

	Интернет по адресу <a href="https://do.pmedpharm.ru">https://do.pmedpharm.ru</a> : – элемент «Лекция» и/или ресурс «Файл» (лекция)	– элемент «Тест» (тестирование)
Модуль 9. Формы и организация самостоятельных занятий.	. Использование возможностей электронной информационно-образовательной среды ПМФИ доступной в сети Интернет по адресу <a href="https://do.pmedpharm.ru">https://do.pmedpharm.ru</a> . : – элемент «Лекция» и/или ресурс «Файл» (лекция)	Использование возможностей электронной информационно-образовательной среды ПМФИ доступной в сети Интернет по адресу <a href="https://do.pmedpharm.ru">https://do.pmedpharm.ru</a> : – элемент «Тест» (тестирование)
Модуль 10. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.	Использование возможностей электронной информационно-образовательной среды ПМФИ доступной в сети Интернет по адресу <a href="https://do.pmedpharm.ru">https://do.pmedpharm.ru</a> : – элемент «Лекция» и/или ресурс «Файл» (лекция)	Использование возможностей электронной информационно-образовательной среды ПМФИ доступной в сети Интернет по адресу <a href="https://do.pmedpharm.ru">https://do.pmedpharm.ru</a> : – элемент «Задание» (подготовка доклада, проверка протокола ведения занятия)
Модуль 11. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физического воспитания.	. Использование возможностей электронной информационно-образовательной среды ПМФИ доступной в сети Интернет по адресу <a href="https://do.pmedpharm.ru">https://do.pmedpharm.ru</a> : – элемент «Лекция» и/или ресурс «Файл» (лекция)	Использование возможностей электронной информационно-образовательной среды ПМФИ доступной в сети Интернет по адресу <a href="https://do.pmedpharm.ru">https://do.pmedpharm.ru</a> : – элемент «Задание» (подготовка доклада, проверка протокола ведения занятия)
Модуль 12. Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений.	Использование возможностей электронной информационно-образовательной среды ПМФИ доступной в сети Интернет по адресу <a href="https://do.pmedpharm.ru">https://do.pmedpharm.ru</a> : – элемент «Лекция» и/или ресурс «Файл» (лекция)	Использование возможностей электронной информационно-образовательной среды ПМФИ доступной в сети Интернет по адресу <a href="https://do.pmedpharm.ru">https://do.pmedpharm.ru</a> : – элемент «Тест» (тестирование)
Модуль 13. Самоконтроль. Методы самоконтроля за физическим развитием организма.	Использование возможностей электронной информационно-образовательной среды ПМФИ доступной в сети Интернет по адресу <a href="https://do.pmedpharm.ru">https://do.pmedpharm.ru</a> : – элемент «Лекция» и/или ресурс «Файл» (лекция)	Использование возможностей электронной информационно-образовательной среды ПМФИ доступной в сети Интернет по адресу <a href="https://do.pmedpharm.ru">https://do.pmedpharm.ru</a> : – элемент «Задание» (подготовка доклада, проверка протокола ведения занятия)
Модуль 14. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом.	Использование возможностей электронной информационно-образовательной среды ПМФИ доступной в сети Интернет по адресу <a href="https://do.pmedpharm.ru">https://do.pmedpharm.ru</a> : – элемент «Лекция» и/или ресурс «Файл» (лекция)	Использование возможностей электронной информационно-образовательной среды ПМФИ доступной в сети Интернет по адресу <a href="https://do.pmedpharm.ru">https://do.pmedpharm.ru</a> : – элемент «Тест» (тестирование)

Модуль 15. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов.	Использование возможностей электронной информационно-образовательной среды ПМФИ доступной в сети Интернет по адресу <a href="https://do.pmedpharm.ru">https://do.pmedpharm.ru</a> : – элемент «Лекция» и/или ресурс «Файл» (лекция)	Использование возможностей электронной информационно-образовательной среды ПМФИ доступной в сети Интернет по адресу <a href="https://do.pmedpharm.ru">https://do.pmedpharm.ru</a> : – элемент «Тест» (тестирование)
Модуль 16. Методические основы производственной физической культуры.	Использование возможностей электронной информационно-образовательной среды ПМФИ доступной в сети Интернет по адресу <a href="https://do.pmedpharm.ru">https://do.pmedpharm.ru</a> : – элемент «Лекция» и/или ресурс «Файл» (лекция)	Использование возможностей электронной информационно-образовательной среды ПМФИ доступной в сети Интернет по адресу <a href="https://do.pmedpharm.ru">https://do.pmedpharm.ru</a> : – элемент «Тест» (тестирование); - элемент «Задание» (подготовка доклада, проверка протокола ведения занятия)

## 9. Воспитательный компонент дисциплины

9.1. Воспитание в ПМФИ – филиале ФГБОУ ВО ВолгГМУ Минздрава России является неотъемлемой частью образования, обеспечивающей систематическое и целенаправленное воздействие на студентов для формирования профессионала в области медицины и фармации как высокообразованной личности, обладающей достаточной профессиональной компетентностью, физическим здоровьем, высокой культурой, способной творчески осуществлять своё социальное и человеческое предназначение.

9.2. **Целью** воспитательной работы в институте является полноценное развитие личности будущего специалиста в области медицины и фармации при активном участии самих обучающихся, создание благоприятных условий для самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных и духовно-нравственных ценностей народов России, формирование у студентов социально-личностных качеств: гражданственности, целеустремленности, организованности, трудолюбия, коммуникабельности.

9.3. Для достижения поставленной цели при организации воспитательной работы в институте определяются **следующие задачи**:

- развитие мировоззрения и актуализация системы базовых ценностей личности;
- приобщение студенчества к общечеловеческим нормам морали, национальным устоям и академическим традициям;
- воспитание уважения к закону, нормам коллективной жизни, развитие гражданской и социальной ответственности;
- воспитание положительного отношения к труду, воспитание социально значимой целеустремленности и ответственности в деловых отношениях;
- обеспечение развития личности и ее социально-психологической поддержки, формирование личностных качеств, необходимых для эффективной профессиональной деятельности;

- выявление и поддержка талантливой молодежи, формирование организаторских навыков, творческого потенциала, вовлечение обучающихся в процессы саморазвития и самореализации;
- формирование культуры и этики профессионального общения;
- воспитание внутренней потребности личности в здоровом образе жизни, ответственного отношения к природной и социокультурной среде;
- повышение уровня культуры безопасного поведения;
- развитие личностных качеств и установок, социальных навыков и управленческими способностями.

#### 9.4. Направления воспитательной работы:

- Гражданское,
- Патриотическое,
- Духовно-нравственное;
- Студенческое самоуправление;
- Научно-образовательное,
- Физическая культура, спортивно-оздоровительное и спортивно-массовое;
- Профессионально-трудовое,
- Культурно-творческое и культурно-просветительское,
- Экологическое.

#### 9.5. Структура организации воспитательной работы:

Основные направления воспитательной работы в ПМФИ – филиале ФГБОУ ВО ВолгГМУ Минздрава России определяются во взаимодействии заместителя директора по учебной и воспитательной работе, отдела по воспитательной и профилактической работе, студенческого совета и профкома первичной профсоюзной организации студентов. Организация воспитательной работы осуществляется на уровнях института, факультетов, кафедр.

#### 9.6. Организация воспитательной работы на уровне кафедры

На уровне кафедры воспитательная работа осуществляется на основании рабочей программы воспитания и календарного плана воспитательной работы, являющихся частью образовательной программы.

Воспитание, осуществляемое во время аудиторных занятий и самостоятельной работы обучающихся, должно составлять 75% от всей воспитательной работы с обучающимися в ПМФИ – филиале ВолгГМУ (относительно 25%, приходящихся на внеаудиторную работу).

На уровне кафедры организацией воспитательной работой со студентами руководит заведующий кафедрой.

Основные функции преподавателей при организации воспитательной работы с обучающимися:

- формирование у студентов гражданской позиции, сохранение и приумножение нравственных и культурных ценностей в условиях современной жизни, сохранение и возрождение традиций института, кафедры;
- информирование студентов о воспитательной работе кафедры,
- содействие студентам-тьюторам в их работе со студенческими группами;
- содействие органам студенческого самоуправления, иным объединениям студентов, осуществляющим деятельность в институте,

– организация и проведение воспитательных мероприятий по плану кафедры, а также участие в воспитательных мероприятиях общевузовского уровня.

9.7. Универсальные компетенции, формируемые у обучающихся в процессе реализации воспитательного компонента дисциплины:

– Способность осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, выработать стратегию действий;

– Способность управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла;

– Способность организовывать и руководить работой команды, выработывая командную стратегию для достижения поставленной цели;

– Способность применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном языке, для достижения академического и профессионального взаимодействия;

– Способность анализировать и учитывать разнообразие этнических культур в процессе межкультурного взаимодействия;

– Способность определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки и образования в течение всей жизни;

– Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

– Способность создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций.