

ПЯТИГОРСКИЙ МЕДИКО-ФАРМАЦЕВТИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ –
филиал федерального государственного бюджетного образовательного
учреждения высшего образования
«ВОЛГОГРАДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

УТВЕРЖДАЮ
И.о. директора ПМФИ - филиала
ФГБОУ ВО ВолгГМУ Минздрава
России

_____ М.В. Черников
«31» августа 2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»

Для специальности: *31.05.01 Лечебное дело* (уровень специалитета)

Квалификация выпускника: *врач-лечебник*

Кафедра: физического воспитания и здоровья

Курс: 2

Семестр: 3-4

Форма обучения: очная

Трудоемкость дисциплины: 2 ЗЕ (72 часа), из них 72 часа контактной работы обучающегося с преподавателем

Промежуточная аттестация: зачет – 4 семестр

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, старший 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 библиотекой

Заведующая библиотекой _____ Глущенко Л.Ф.

Рабочая программа согласована с учебно-методической комиссией по блоку
естественно-научных дисциплин
протокол № ____ от « ____ » _____ 202__ г.

Председатель УМК _____ Е.Г. Доркина

Рабочая программа в составе учебно-методического комплекса дисциплины
утверждена в качестве компонента ОП в составе комплекта документов ОП
на заседании Ученого Совета ПМФИ
протокол № 1 от «31» августа 2021 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа разработана в соответствии с требованиями ФГОС ВО – специалитет по специальности: 31.05.01 Лечебное дело.

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

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;
- овладение системой теоретических и практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и свойств личности;
- приобретение практического опыта для использования полноценного функционирования в обществе.

1.3. Место дисциплины в структуре ОП

Б1. 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	– основные понятия, определения, термины физической культуры; –научно-биологические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни; – влияние физических упражнений на функциональные системы организма; – способы сохранения и укрепления здоровья; – способы оценки и	-	-	+	+	+

		<p>самооценки физического состояния организма; – механизмы формирования двигательных умений и навыков; – физические качества, средства и методы их развития; – средства физического воспитания для физического совершенствования человека; – методы самоконтроля, содержание методов самоконтроля за физической подготовленностью; – формы и организацию самостоятельных занятий для поддержания здоровья; – способы регулирования психоэмоционального состояния на занятиях физическими упражнениями и во внеаудиторное время; – действие и механизмы закаливания для</p>					
--	--	--	--	--	--	--	--

		укрепления здоровья					
	<p>УК-7.2. Умеет:</p> <p>УК-7.2.1. Умеет подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств</p>		<ul style="list-style-type: none"> – корректно применять знания об обществе как системе в различных формах социальной практики; – формулировать и логично аргументировать собственную мировоззренческую позицию о применении средств физической культуры в процессе межличностной коммуникации с учетом ее специфики; – составить долгосрочный план по физическому самосовершенствованию; – составить комплекс гигиенической гимнастики; – составить комплекс общеразвивающих упражнений индивидуально и в группе; – контролировать уровень и интенсивность нагрузки при самостоятельных занятиях физической 				

			<p>культурой;</p> <ul style="list-style-type: none">– проводить самоконтроль и анализировать полученные результаты;– определять оптимальный уровень физической нагрузки по ЧСС и ЧДД;– пользоваться навыками создания письменных и устных сообщений о вреде допинга в спорте, способах борьбы с ним;– вести активную пропаганду по неприменению допинга в спорте;– использовать информацию о препаратах и средствах, применяемых в спорте с целью управления работоспособностью человека;– применять врачебно-педагогические наблюдения для оценки физического и функционального состояния занимающихся спортом и физическими упражнениями людей			
--	--	--	---	--	--	--

			различных возрастных групп			
	УК-7.3. Владеет: УК-7.3.1. Владеет методами и средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности			<ul style="list-style-type: none"> – механизмами формирования двигательных умений и навыков; – методами самоконтроля за физической подготовленностью; – методами физического воспитания и самовоспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья; – навыками вести беседу о противостоянии применения допинга для повышения работоспособности, составления индивидуальной фармакологической карты спортсмена; – владеет навыком составления комплексов физических 		

				<p>упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и укрепления здоровья человека;</p> <p>– навыком использовать данные, наблюдения и специальные исследования многих авторов в подборе средств коррекции двигательных нарушений, физического развития, физической подготовленности различных социальных групп</p>			
ОПК-2 Способен проводить и осуществлять контроль эффективности мероприятий по профилактике, формированию	ОПК-2.1. Знает: ОПК-2.1.1. Знает основные критерии здорового образа жизни и методы его формирования; социально- гигиенические и	– средства и методы, формирования здорового образа жизни; – систему практических мер профилактики вредных привычек; – основы личной и	–	–	+	+	+

<p>здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению населения</p>	<p>медицинские аспекты алкоголизма, наркоманий, токсикоманий, основные принципы их профилактики, основы гигиены и профилактической медицины</p>	<p>общественной гигиены; – режим условий труда и отдыха, рационального питания; – условия профилактики различных инфекционных и неинфекционных заболеваний – систему практических мер сохранения трудоспособности и увеличение продолжительности жизни</p>					
<p>ОПК-3 Способен к противодействию применения допинга в спорте и борьбе с ним</p>	<p>ОПК-3.1. Знает: ОПК-3.1.1. Знает основы законодательства в области противодействия применения допинга в спорте; ОПК-3.1.2. Знает: механизмы действия основных лекарственных препаратов, применяющихся в качестве допинга в спорте</p>	<p>– Федеральный закон о предотвращении допинга в спорте и борьбе с ним; – различные средства и методы в профессиональной деятельности для оценки возможных отрицательных последствий влияния применения допинга при занятиях спортом и физическими упражнениями; – о лекарственных препаратах и средствах,</p>	<p>–</p>	<p>–</p>	<p>+</p>	<p>+</p>	<p>+</p>

		применяемых в спорте с целью увеличения работоспособности человека; – методы оценки физического и функционального состояния занимающихся физическими упражнениями и спортом, применяющих разрешенные лекарственные препараты					
--	--	---	--	--	--	--	--

1.5. Сопоставление профессиональных компетенций ФГОС и трудовых функций согласно профстандарту

Профессиональные компетенции ФГОС и трудовые функции профстандартом для дисциплины не предусмотрены.

2. Учебная программа дисциплины

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единицы, 72 академических часа (ов)

Вид учебной работы	Часы	
	Всего	Контактная работа обучающегося с преподавателем
Аудиторные занятия (всего)	36	36
В том числе:		
Занятия лекционного типа	-	-
Занятия семинарского типа	36	36
Самостоятельная работа (всего)	36	-
Вид промежуточной аттестации (зачет)		
Общая трудоемкость: 2 ЗЕ, 72 часа	72	36

2.2. Содержание дисциплины

Модуль 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.

Модульная единица 1. Физкультура и спорт как социальные феномены.

Модульная единица 2. Физкультура в структуре профессионального образования.

Модульная единица 3. Физкультура и спорт в высшем учебном заведении.

Модуль 2. Социально-биологические основы физической культуры.

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.

Модульная единица 5. Функциональная активность человека и взаимосвязь физической и умственной работоспособности.

Модульная единица 6. Физиологические механизмы и закономерности совершенствования отдельных систем организма под воздействием направленной физической тренировки.

Модульная единица 7. Обмен веществ и энергии.

Модульная единица 8. Регуляция деятельности организма в различных условиях.

Модуль 3. Основы здорового образа жизни студента. Роль физической культуры в обеспечении здоровья.

- Модульная единица 1. Понятие «здоровье», его содержание и критерии.
- Модульная единица 2. Функциональное проявление здоровья в различных сферах жизнедеятельности.
- Модульная единица 3. Образ жизни студентов и его влияние на здоровье.
- Модульная единица 4. Здоровый образ жизни студента.
- Модульная единица 5. Влияние окружающей среды на здоровье.
- Модульная единица 6. Наследственность и ее влияние на здоровье.
- Модульная единица 7. Содержательные характеристики составляющих здорового образа жизни.

Модуль 4. 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 5. Общая физическая, специальная и спортивная подготовка в системе физического воспитания.

- Модульная единица 1. Методические принципы физического воспитания.
- Модульная единица 2. Средства и методы физического воспитания.
- Модульная единица 3. Основы обучения движениям. Этапы обучения движениям.
- Модульная единица 4. Воспитание физических качеств.
- Модульная единица 5. Формирование психических качеств, черт, свойств личности в процессе физического воспитания.
- Модульная единица 6. Общая физическая подготовка.
- Модульная единица 7. Специальная физическая подготовка.
- Модульная единица 8. Интенсивность физических нагрузок.
- Модульная единица 9. Энергозатраты при физических нагрузках разной интенсивности.
- Модульная единица 10. Значение мышечной релаксации.
- Модульная единица 11. Коррекция физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами физической культуры и спорта.
- Модульная единица 12. Формы занятий физическими упражнениями.
- Модульная единица 13. Построение и структура учебно-тренировочного занятия.
- Модульная единица 14. Общая и моторная плотность занятия.

Модуль 6. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.

- Модульная единица 1. Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий.
- Модульная единица 2. Формы и содержание самостоятельных занятий.
- Модульная единица 3. Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями различной направленности.
- Модульная единица 4. Граница интенсивности физической нагрузки для лиц студенческого возраста. Взаимосвязь между интенсивностью занятий и ЧСС. Признаки чрезмерной нагрузки.

Модульная единица 5. Пульсовый режим рациональной тренировочной нагрузки для лиц студенческого возраста.

Модульная единица 6. Энергозатраты при физической нагрузке разной интенсивности.

Модульная единица 7. Гигиена самостоятельных занятий.

Модульная единица 8. Самоконтроль за эффективностью самостоятельных занятий. Профилактика травматизма.

Модуль 7. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физического воспитания.

Модульная единица 1. Определение понятия «спорт». Его принципиальное отличие от других видов занятий физическими упражнениями.

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.

Модульная единица 5. Студенческие спортивные соревнования.

Модульная единица 6. Нетрадиционные системы физических упражнений.

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

Модуль 8. 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.

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

Модуль 9. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом.

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

Модульная единица 2. Виды диагностики, ее цели и задачи.

Модульная единица 3. Врачебный контроль как условие допуска к занятиям физическими упражнениями и спортом, его содержание и периодичность.

Модульная единица 4. Методы стандартов, антропометрических индексов, номограмм, функциональных проб, упражнений, тестов для оценки физического развития и физической подготовленности.

Модульная единица 5. Педагогический контроль. Содержание, виды педагогического контроля.

Модульная единица 6. Врачебно-педагогический контроль, его содержание.

Модульная единица 7. Самоконтроль, его цели, задачи и методы исследования.

Модульная единица 8. Дневник самоконтроля.

Модульная единица 9. Субъективные и объективные признаки самоконтроля.

Модульная единица 10. Методика определения нагрузки по показаниям пульса, ЖЕЛ и ЧД.

Модульная единица 11. Методика определения тяжести нагрузки по изменениям массы тела и динамометрии.

Модульная единица 12. Оценка функциональной подготовленности по задержке дыхания на вдохе и выдохе.

Модульная единица 13. Методика оценки состояния центральной нервной системы по пульсу и кожно-сосудистой реакции.

Модульная единица 14. Оценка физической работоспособности по результатам 12-минутного теста в беге и плавании.

Модульная единица 15. Методика оценки быстроты и гибкости.

Модульная единица 16. Оценка тяжести по субъективным показателям.

Модульная единица 17. Коррекция содержания и методики занятий физическими упражнениями по результатам самоконтроля.

Модуль 10. 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. Методические указания по изложению лекционного материала по ППФП студентам отдельного факультета.

Модуль 11. Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста.

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

Лекционные занятия не предусмотрены учебным планом.

2.4. Тематический план контактной работы обучающегося на занятиях семинарского типа

№	Тематические блоки	Часы (академ.)
3 семестр		
1	Социально-биологические основы физической культуры. Влияние объективных и субъективных факторов на организм человека. Утомление при физической и умственной работе. Восстановление. Биологические ритмы и работоспособность. Гипокинезия и гиподинамия. Средства физической культуры, обеспечивающие устойчивость к умственной и физической работоспособности. Двигательная функция и	2

	повышение уровня адаптации и устойчивости организма человека к различным условиям внешней среды	
2	Роль физической культуры в обеспечении здоровья студентов. Взаимосвязь общей культуры студента и его образа жизни. Структура жизнедеятельности студентов и ее отражение в образе жизни. Физическое самовоспитание и самосовершенствование в здоровом образе жизни студентов. Возможность и условия коррекции физического развития средствами физической культуры и спорта	2
3	Основы здорового образа жизни и его составляющие. Понятия: «здоровье», «здоровый образ жизни». Составляющие здорового образа жизни. Понятие «уровень здоровья». Комплексная оценка уровня физического здоровья. Критерий эффективности ЗОЖ	2
4	Медико-биологические и методические основы современной спортивной тренировки. Цели и задачи спортивной тренировки. Особенности современной спортивной тренировки. Методические аспекты спортивной тренировки. Виды планирования	2
5	Наследственность и ее влияние на здоровье и заболеваемость. Наука, изучающая наследственность и изменчивость. Роль наследственности. Влияние наследственности на здоровье. Здоровая наследственность. Отсутствие морфофункциональных предпосылок возникновения заболеваний. Наследственные заболевания и нарушения. Наследственная предрасположенность к заболеваниям	2
6.	Производственная физическая культура. Производственная физическая культура, ее цель и задачи. Методические основы производственной физической культуры. Производственная физическая культура в рабочее время. Физическая культура и спорт в свободное время. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры	2
7	Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) в деятельности специалиста. Определение понятия профессионально-прикладной физической подготовки. Задачи ППФП. Основные факторы, определяющие содержание ППФП. Средства ППФП студентов. Организация и формы ППФП в вузе. Определение понятия профессионально-прикладной подготовки (ППФП) и ее место в системе физического воспитания студентов. Основные факторы, определяющие общую специалистов. Факторы, определяющие конкретное содержание ППФП студентов. Особенности ППФП студентов высших учебных заведений. Формирование прикладных знаний, умений и навыков, физических и специальных качеств в процессе ППФП. Методика подбора средств ППФП студентов. Формы ППФП в высших учебных заведениях. Производственная физическая культура (ПФК). Цели и задачи. ПФК в рабочее время (производственная гимнастика). ПФК во вне рабочее время	2
8	Валеологические предпосылки здоровья и здорового образа жизни. Определение валеологии. Определяющие признаки наук о здоровье. Здоровье человека как приоритет в деятельности государства. Здоровье человека и безопасность государства. Здоровье и семья. Роль государства в обеспечении здоровья граждан. Здоровье и культура. Факторы, препятствующие воспитанию культуры здоровья	2

9	История развития лечебной физической культуры (ЛФК). История применения физических упражнений с лечебной и профилактической целью в Древнем Китае, Индии, Древней Греции и Древнем Риме. Применение физических упражнений с лечебной целью в России в XVIII-XIX вв. Основатели русской терапевтической школы Этапы становления и развития лечебной физкультуры в России	2
	Итого за 3 семестр:	18
	4 семестр	
10	Общие основы лечебной физической культуры. Лечебная физкультура. Массаж. Трудовая терапия (трудотерапия)	2
11	Средства лечебной физической культуры. Гимнастические и прикладные упражнения. Естественные силы природы. Подвижные игры. Массаж. Лечебное плавание. Прикладные упражнения (дозированная ходьба, бег трусцой, терренкур и др.)	2
12	Формы и методы ЛФК. Лечебное плавание. Утренняя гигиеническая гимнастика. Ближний туризм. Массовые формы физической культуры (по интересам и состоянию здоровья). Методы проведения ЛФК (индивидуальный и групповой)	2
13	ЛФК при различных заболеваниях. ЛФК при заболеваниях органов дыхания. ЛФК при заболеваниях органов пищеварения. ЛФК при заболеваниях органов сердечно-сосудистой системы. ЛФК при заболеваниях органов зрения. ЛФК при заболеваниях опорно-двигательного аппарата. ЛФК при заболеваниях центральной и периферической нервной системы	2
14	Методика проведения и составления комплекса лечебной физической культуры (ЛФК). Механизмы лечебного действия средств ЛФК. Основы методики ЛФК при заболеваниях легких. Дыхательные упражнения. Методики лечебной гимнастики. Сочетание общеукрепляющих и специальных упражнения	2
15	Основы массажа и его классификация. Виды, методы и формы массажа. Понятие о массаже. Классификация и характеристика разновидностей массажа. Гигиенические основы массажа. Виды, методы и формы массажа	2
16	Методика выполнения приемов самомассажа. Основные правила при проведении самомассажа. Противопоказания к самомассажу. Приемы самомассажа. Самомассаж отдельных частей тела. Восстановительный массаж и самомассаж.	2
17	Дыхательная гимнастика как средство ЛФК. Задачи ЛФК при заболеваниях органов дыхания. Виды дыхательной гимнастики. Дыхательная гимнастика Стрельниковой. Дыхательная гимнастика Бутейко. Физиологические механизмы влияния ЛФК на организм человека при заболеваниях органов дыхания.	2
18	Традиционные и современные оздоровительные системы физических упражнений. Основные теоретические и методические особенности занятий оздоровительными системами упражнений. Классификация современных видов оздоровительной аэробики.	2
	Итого за 4 семестр:	18
Итого:		36

2.5. Тематический план самостоятельной работы студента

№	Тема самостоятельной работы	Часы (академ.)
3 семестр		
1	Формы и организация самостоятельных занятий физическими упражнениями. Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий. Формы самостоятельных занятий. Физические упражнения в течение учебного дня: физкультминутки, физкультпаузы. Мотивация выбора видов спорта или систем физических упражнений. Особенности самостоятельных занятий женщин	2
2	Методика проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями. Выбор видов спорта или систем физических упражнений. Особенности самостоятельных занятий избранным видом спорта. Самостоятельные тренировочные занятия: структура, требования к организации и проведению	2
3	Общие понятия и критерии работоспособности. Понятие о работоспособности. Зависимость работоспособности от времени суток. Колебания работоспособности в течение недели. Физиологический механизм вработывания. Анализ влияния монотонности на работоспособность и пути ее преодоления. Методы построения графика работоспособности	2
4	Средства физической культуры в регулировании работоспособности. Использование физических упражнений как средства активного отдыха. «Малые формы» физической культуры в режиме учебного труда студентов. Учебные и самостоятельные занятия по физической культуре в режиме учебно-трудовой деятельности	2
5	Методика составления индивидуальных программ физкультурных занятий с оздоровительной направленностью. Основные принципы проведения оздоровительной тренировки. Составление комплексов. Способы регулирования нагрузки при выполнении ОРУ. Принципы тренировки физических качеств. Дневник самоконтроля. Организация оздоровительной тренировки	2
6	Валеологические предпосылки здоровья и здорового образа жизни. Определение валеологии. Определяющие признаки наук о здоровье. Здоровье человека как приоритет в деятельности государства. Здоровье человека и безопасность государства. Здоровье и семья. Роль государства в обеспечении здоровья граждан. Здоровье и культура. Факторы, препятствующие воспитанию культуры здоровья	2
7	Самоконтроль. Методы самоконтроля за физическим развитием организма. Виды диагностики. Врачебный и педагогический контроль. Самоконтроль, его основные методы, показатели. Наружный осмотр (самотоскопия) и антропометрия (соматометрия). Методы стандартов, антропометрических индексов для оценки физического развития организма. Осанка человека. Нарушения осанки в сагитальной и фронтальной плоскости. Типы телосложения.	2
8	Самоконтроль. Методы самоконтроля за функциональным состоянием организма. Самоконтроль за функциональным состоянием организма. Функциональные пробы для оценки состояния центральной нервной системы. Функциональные пробы для оценки состояния вегетативной нервной системы. Функциональные пробы для оценки состояния нервно-мышечной системы. Контроль за функциональным состоянием сердечно-сосудистой системы. Функциональные пробы для оценки внешнего дыхания. Функциональные пробы и тесты для оценки	2

	физической работоспособности	
9	Самоконтроль. Методы самоконтроля за двигательной подготовленностью. Педагогический контроль. Врачебный контроль. Врачебно-педагогический контроль. Дневник самоконтроля	2
	Итого за 3 семестр:	18
	4 семестр	
10	Организация и структура учебно-тренировочного занятия. Основа методики построения учебно-тренировочного занятия. Подготовительная часть учебно-тренировочного занятия. Основная часть учебно-тренировочного занятия. Заключительная часть учебно-тренировочного занятия. Дозирование физической нагрузки. Организация и содержание занятия	2
11	Воспитание телесно-двигательных качеств. Понятие телесного воспитания. Средства и методы и развития. Взаимосвязь взаимозависимость между телесно-двигательными качествами	2
12	Основы общей физической и специальной подготовки. Понятия общей и специальной физической подготовки. Отличия понятий спортивная подготовка и спортивная тренировка. Средства спортивной подготовки. Структура отдельного тренировочного занятия. Роль разминки в тренировочном процессе. Понятие «физическая нагрузка», эффект ее воздействия на организм. Внешние признаки утомления. Виды и параметры физических нагрузок. Интенсивность физических нагрузок.	2
13	Медико-биологические и методические основы современной спортивной тренировки. Цели и задачи спортивной тренировки. Особенности современной спортивной тренировки. Методические аспекты спортивной тренировки. Виды планирования	2
14	Спорт. Особенности занятий избранным видом спорта. Современные популярные системы физических упражнений. Обоснование индивидуального выбора вида спорта или систем физических упражнений. Характеристика видов спорта и систем физических упражнений.	2
15	Спорт и его разновидности. Определение понятия «спорт». Массовый спорт. Спорт высших достижений. Единая спортивная классификация.	2
16	Студенческий спорт. Система студенческих спортивных соревнований. Студенческий спорт и его организационные особенности. Студенческие спортивные соревнования. Студенческие спортивные организации. Организационные особенности студенческого спорта. Внутривузовские соревнования по видам спорта (в том числе массовые кроссы, эстафеты и др.). Межвузовские соревнования по видам спорта или комплексные спортивные мероприятия. Международные спортивные соревнования студентов	2
17	Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Психофизиологические характеристики в интеллектуальной деятельности. Работоспособность и влияние на нее различных факторов. Объективные и субъективные факторы обучения и реакция на них организма студентов. Средства физической культуры в регулировании умственной работоспособности, психоэмоционального и функционального состояния студентов	2
18	Производственная физическая культура. Производственная физическая культура, ее цель и задачи. Методические основы производственной физической культуры. Производственная физическая культура в рабочее время. Физическая культура и спорт в свободное время. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической	2

	культуры	
		Итого за 4 семестр: 18
Итого:		36

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 практические занятия	курсовая работа						УК	ОПК	ПК		
Модуль 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов	-	2	-	-	-	2	2	-	4	2	7	2,3	-	Л, ПП	С, Т
Модуль 2. Социально-биологические основы физической культуры	-	2	-	-	-	2	2	-	4	2	7	2,3	-	Л, ПП	С, Д, Т
Модуль 3. Основы здорового образа жизни студента. Роль физической культуры в обеспечении здоровья	-	4	-	-	-	4	4	-	8	4	7	2,3	-	Л, ПП	С, Т
Модуль 4. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности	-	4	-	-	-	4	4	-	8	4	7	2,3	-	Л, ПП	С, Т

Модуль 5. Общая физическая, специальная и спортивная подготовка в системе физического воспитания	-	4	-	-	-	4	4	-	8	4	7	2,3	-	Л, ПП	С, Д, Т
Модуль 6. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	-	4	-	-	-	4	4	-	8	4	7	2,3	-	ПП	С, Т
Модуль 7. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физического воспитания	-	4	-	-	-	4	4	-	8	4	7	2,3	-	ПП	С, Т
Модуль 8. Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений	-	4	-	-	-	4	4	-	8	4	7	2,3	-	ПП	С, Т
Модуль 9. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом	-	2	-	-	-	2	4	-	6	2	7	2,3	-	ПП	С, Д, Т
Модуль 10. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов	-	2	-	-	-	2	2	-	4	2	7	2,3	-	ПП	С, Д, Т
Модуль 11. Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста и бакалавра	-	4	-	-	-	4	2	-	4	4	7	2,3	-	ПП	С, Д, Т
Промежуточная аттестация	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	7	2,3	-	-	С
Итого:	-	36	-	-	-	36	4	-	36	36					

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.

4.1.1. Примеры тестовых заданий.

Проверяемые индикаторы достижения компетенции: УК-7,ОПК-2,ОПК-3.

Тема № 1. Социально-биологические основы физической культуры. Влияние объективных и субъективных факторов на организм человека.

1. Биологические ритмы человека – это (укажите 1 правильный ответ), (1м):

- а) регулярное, периодическое повторение во времени процессов или состояний в организме человека;
- б) повторение частоты дыхания и частоты сердечных сокращений;
- в) чередование труда и отдыха;
- г) повторяющиеся движения в беге, ходьбе, плавании.

2. Гипокинезия – это... (укажите 1 правильный ответ), (1м):

- а) состояние организма, обусловленное недостаточностью двигательной активности;
- б) снижение роста спортивных результатов;
- в) снижение массы тела при регулярных занятиях физической культурой;
- г) недостаточное поступление питательных веществ в организме человека.

3. Основным признаком живого организма является (укажите 1 правильный ответ), (1м):

- а) обмен веществ и энергии;
- б) способность к воспроизводству;
- в) наличие дыхания;
- г) способность к передвижению.

4. Гипоксия – это... (укажите 1 правильный ответ), (1м):

- а) кислородное голодание;
- б) недостаток воды в организме;
- в) снижение концентрации сахара в крови;
- г) снижение количества гемоглобина в крови.

5. Форма двигательных стереотипов, выработанных по механизму условного рефлекса соответствующими упражнениями, называется (укажите 1 правильный ответ), (1м):

- а) двигательными умениями и навыками;
- б) физическими упражнениями;
- в) двигательными действиями;
- г) идеомоторной тренировкой.

6. Сложный комплекс связанных друг с другом реакций расщепления (диссимиляция) и синтеза (ассимиляция) органических веществ составляет (укажите 1 правильный ответ), (1м):

- а) основу развития организма человека;
- б) процесс взросления человека;
- в) основу потребности человека в регулярных занятиях физическими упражнениями;
- г) основу роста спортивных результатов.

7. К социально-экономическим факторам относят (укажите 1 правильный ответ), (1м):

- а) условия труда;

- б) качество медицинской помощи;
- в) материальное благосостояние;
- г) уровень солнечной радиации.

8. К социально-биологическим факторам относят (укажите 1 правильный ответ), (1м):

- а) возраст родителей;
- б) загрязнение среды обитания;
- в) пол;
- г) уровень солнечной радиации;
- д) жилищные условия.

9. К экологическим и природно-климатическим факторам относят (укажите 1 правильный ответ), (1м):

- а) пол;
- б) загрязнение среды обитания;
- в) условия труда;
- г) уровень солнечной радиации.

Тема № 2. Роль физической культуры в обеспечении здоровья студентов.

1. При помощи регулярных занятий физическими упражнениями можно регулировать (укажите 1 правильный ответ), (1м):

- а) массу тела;
- б) генотип человека;
- в) рост;
- г) тип нервной системы.

2. К факторам, положительно влияющим на здоровье человека, относится (укажите 1 правильный ответ), (1м):

- а) полноценный отдых;
- б) низкая физическая активность;
- в) гиподинамия;
- г) употребление алкоголя.

3. Гигиеническое поведение, базирующееся на научно обоснованных санитарно-гигиенических нормативах, направленных на сохранение и укрепление здоровья, обеспечение высокого уровня трудоспособности, достижение активного долголетия – это (укажите 1 правильный ответ), (1м):

- а) здоровый образ жизни;
- б) гигиенические нормы;
- в) производственное физическое воспитание;
- г) производственная физическая культура.

4. Важной биологической потребностью, основой здорового образа жизни и формирования здоровья человека является (укажите 1 правильный ответ), (1м):

- а) двигательная активность;
- б) профессиональная потребность;
- в) мотивация;
- г) психическое здоровье.

5. Успокаивающее влияние бега усиливается действием гормонов гипофиза – ..., которые выделяются в кровь при работе на выносливость (укажите 1 правильный ответ), (1м):

- а) эндорфинов;
- б) молочной кислоты;
- в) аденизинтрифосфорной кислоты;

г) лейкоцитами.

6. Основная форма оздоровительного бега – это... (укажите 1 правильный ответ), (1м):

- а) прохождение дистанции в ровном темпе с постоянной скоростью;
- б) прохождение дистанции с разным темпом, увеличивая скорость выполнения;
- в) длительный бег с горы;
- г) интервальный и повторный бег.

4.1.2. Примеры заданий, по оценке освоения практических навыков.

Проверяемые индикаторы достижения компетенции: УК-7,ОПК-2,ОПК-3.

Тема № 1. Социально-биологические основы физической культуры. Влияние объективных и субъективных факторов на организм человека.

Задание 1. Продолжите следующие высказывания, аргументируя собственную точку зрения. Понятие «культура» имеет следующее содержание...

Например, слово «культура» означает «культивирование» или «возделывание», то есть обработка первоматерии, первопричины, первоисточника, чтобы то, что потом превратилось из ничего, стало определенным продуктом. Сейчас культура стала феноменом развития, цивилизации, воспитания – своеобразной программой человеческого общения, поведения, деятельности, поиска, накопления и передачи информации под названием знание. Существуют различные подходы к пониманию той стороны социальной реальности, которая стоит за понятием культуры.

Культура – не просто слово обиходного языка, а одно из фундаментальных научных понятий социально-гуманитарного познания, которое играет в нём очень важную роль. Это понятие характеризует очень сложный и многогранный фактор человеческого бытия, который проявляется и выражается во множестве самых разнообразных феноменов социальной жизни, называемых явлениями культуры, и составляет их общую основу.

Задание 2. Продолжите следующие высказывания, аргументируя собственную точку зрения.

Например, физическая культура общества является результатом многовековой деятельности людей в области изучения и совершенствования человеческого тела...

Например, ценности физической культуры оформляются следующим образом:

- 1) витальные (жизнь и здоровье как факторы духовно-материальной физической культуры, что делает жизнь полноценной, долгой и счастливой);
- 2) материальные ценности, связанные с культом телом, его совершенствованием, накоплением силы, двигательного-силовых навыков;
- 3) специальные знания о физическом совершенствовании тела;
- 4) физическое воспитание человека, формирование у него положительного отношения к здоровому образу жизни и позиции к жизнеспособности и долголетию;
- 5) гармоничное развитие человека – физического интеллекта и физического развития тела;
- 6) общественные ценности физической культуры: интеллектуальные (знание); ценности двигательного характера, технологии формирования физической культуры, валеологические ценности – забота о своем здоровье, понимание потребностей своего тела.

Задание 3. Продолжите следующие высказывания, аргументируя собственную точку зрения.

Например, совокупность содержания таких понятий как «культура» и «физическая культура» вполне закономерна, но и имеет свои особенности...

Например, физическая культура и культура соотносятся между собой, как часть и целая, так как культура физическая является составной частью культуры в целом и общем. Физическая культура – это совокупность норм, правил, знаний и навыков двигательной и силовой активности, сформированной с целью физического совершенства человека, создания и сохранения человеческого здоровья и соответственно генофонда. Тогда как

культура, в общем – это совокупность норм, правил, знаний, ценностей и навыков любых, не только связанных с физическим совершенством человека.

Ни общая культура, ни физическая не могут существовать на практике в отдельности друг от друга и иметь приоритет каждый по отдельности, также быть самоцелью. Эти две культуры – равноправные, тесно связанные между собой и зависимые друг от друга.

Физическая культура объединяет в систему разнообразные средства и методы, направленные на восстановление и совершенствование физических и тесно связанных с ними интеллектуальных сил человека, активно способствует формированию высоких моральных, эстетических и интеллектуальных качеств, развивает быстроту реакции, умение устойчиво концентрировать и переключать внимание, а также смелость, решительность, находчивость, волю и другие важные духовные качества личности, как относительно самостоятельная, специфическая часть культуры личности и общества, обуславливается объективными требованиями его экономического, социально – политического и духовного развития общества людей.

Ценности духовной культуры, моральной чистоты, физического совершенства входят как составные части некой триады гармонично развитой, общественно активной личности. Эти атрибуты находятся между собой в неразрывной взаимосвязи, которая проявляется, в частности, во влиянии физической культуры на культуру общую.

В рамках понятия физической культуры существует понятие спорта, для которого характерны соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, спортивные достижения, зрелищность, физическая самореализация человека как спортсмена.

Занятия спортом требуют постоянного совершенствования и, таким образом, заставляют преодолевать трудности, вырабатывая трудолюбие, настойчивость, волю, целеустремленность, самообладание и коллективизм.

Формирование активной жизненной позиции, которая может проявляться и реализовываться в различных сферах человеческой деятельности: трудовой, общественно-политической, духовно-нравственной также является одной из задач физического и нравственного воспитания ребенка тренером, воспитателем, родителем.

Таким образом, занятия физической культурой и спортом активно помогают воспитанию физических и нефизических качеств: силы духа, воли, коллективизма, товарищества, трудолюбия, дисциплине и умению работать в команде и взаимовыручке, – то есть фактически нравственным качествам.

Воспитание в человеке честность, справедливость, уважение к соперникам, а если это командные соревнования, то чувства коллективизма, взаимопомощи, – это уже культура, часть большой духовной культуры, в этом и заключается тесная взаимосвязь этих двух культур.

Тема № 2. Роль физической культуры в обеспечении здоровья студентов.

Задание 1. Составить комплекс ОРУ (общеразвивающих упражнений) при проведении утренней гимнастики, с описанием каждого упражнения.

Например, **Комплекс ОРУ на месте.**

1. И.п. – о.с., 1– руки в стороны, 2 – руки вверх, 3- руки в стороны, 4 – И.п.
2. И.п. – стойка, ноги вместе руки в замок перед грудью. 1 – выпрямить руки вперед, 2 –И. п. 3 – выпрямить руки вверх, 4 – И.п.
3. И.п. – правая рукаверху, левая внизу. 1,2- отведение прямых рук назад, со сменой положения, 3,4 – то же леваяверху.
4. И.п. – стойка, ноги вместе, руки к плечам. 1-4 – разноименные круговые вращения руками в одну сторону, 5-8 – разноименные круговые вращения руками в другую сторону.
5. И.п. – стойка, ноги врозь, руки перед грудью в замок. 1,2 – повороты туловища вправо, 3,4 – повороты туловища влево.
6. И.п. – стойка, ноги врозь, руки на поясе 1,2 – наклоны вправо, 3,4 – наклоны влево.
7. И.п. – стойка, ноги врозь, руки на поясе. 1,2,3 – наклоны вперед, 4 – И. п.

8. И.п. – стойка, ноги врозь, руки в стороны. 1- наклон вперед с поворотом вправо, касаясь правой рукой левой ноги. 2 – И. п. 3 – наклон вперед с поворотом влево, касаясь левой рукой правой ноги. 4 – И. п.

9. И.п. – присед на правой ноге, левая в сторону прямая. 1-3 – наклон вперед к прямой ноге, 4 – перенос центра тяжести на левую ногу.

10. И.п. – выпад правой ногой вперед, руки за спину, спина прямая. 1-3 – пружинистые покачивания, 4 – смена положения ног прыжком.

11. И.п. – стойка, ноги врозь, руки вперед, немного в стороны. 1- мах правой ногой к левой ноге, 2 – И.п, 3 – мах левой ногой к правой ноге, 4 – И.п.

12. И.п. – стойка ноги врозь, руки внизу. 1,3 – прыжок, хлопок над головой, 2,4 – прыжок, руки в исходное положение.

Задание 2. Решить тест по теме: «Здоровый образ жизни и роль физической культуры студентов».

1. Определите, что такое личная гигиена:

- а) перечень правил для предотвращения инфекционных заболеваний;
- б) выполнение медицинских мероприятий по профилактике заболеваний;
- в) совокупность гигиенических правил, выполнение которых способствует сохранению и укреплению здоровья.

2. Укажите основные двигательные качества:

- а) умение играть в спортивные игры, бегать и выполнять гимнастические упражнения;
- б) гибкость, выносливость, скоростные и силовые качества;
- в) состояние мышц, выражающая их готовность к выполнению движений.

3. ЗОЖ включает в себя следующее:

- а) охрану окружающей среды;
- б) улучшение условий труда;
- в) оба варианта верны;
- г) нет верного ответа.

4. Определите главную опору человека при движении:

- а) внутренние органы;
- б) скелет;
- в) мышцы.

5. Что является важным для здорового образа жизни?

- а) рациональное питание;
- б) личная и общественная гигиена;
- в) курение.

6. Фактор, который не оказывает влияние на здоровье человека:

- а) наследственность;
- б) экологическая обстановка;
- в) уровень развития науки.

7. Выберите продукты, которые должны быть исключены из рациона здорового человека:

- а) кисломолочные продукты;
- б) фастфуд;
- в) овощи и фрукты.

8. Укажите неверное высказывание:

- а) надо сочетать труд и отдых;
- б) надо чистить обувь и одежду;

в) малоподвижный образ жизни полезен.

9. Что такое здоровый образ жизни?

- а) лечебно-оздоровительный комплекс мероприятий;
- б) индивидуальная система поведения, направленная на сохранение и укрепление здоровья;
- в) перечень мероприятий, направленных на укрепление и сохранение здоровья.

10. Авицена в книге «Канон врачебной науки» выделил главный фактор, который позволяет сохранить здоровье:

- а) режим сна;
- б) режим питания;
- в) спортивный режим;
- г) двигательный режим.

11. Выберите правильную последовательность факторов, от которых зависит здоровье человека:

- 1) деятельность учреждений здравоохранения;
- 2) наследственности;
- 3) состояние окружающей среды;
- 4) условия и образ жизни;
- а) 1, 2, 3, 4;
- б) 2, 4, 1, 3;
- в) 4, 3, 2, 1;
- г) 3, 1, 4, 2.

12. На что в первую очередь положительно влияет работа мышц?

- а) в целом на весь организм;
- б) преимущественно на суставы;
- в) на соединительно-тканые структуры опорно-двигательного аппарата;
- г) преимущественно на нервные «стволы», иннервирующие мышцы.

13. На какие группы разделяют студентов в соответствии с состоянием здоровья, физическим развитием, уровнем физической подготовленности?

- а) основную, подготовительную, специальную;
- б) слабую, среднюю, сильную;
- в) без отклонений в состоянии здоровья, с отклонениями в состоянии здоровья;
- г) оздоровительную, физкультурную, спортивную.

4.1.3. Примеры контрольных вопросов для собеседования

Проверяемые индикаторы достижения компетенции: УК-7, ОПК-2, ОПК-3.

Тема № 1. Социально-биологические основы физической культуры. Влияние объективных и субъективных факторов на организм человека.

- 1. Понятие о социально биологических основах физической культуры.
 - 2. Саморегуляция и самосовершенствование организма в процессе его развития.
 - 3. Организм человека как единая саморазвивающаяся система.
 - 4. Основные анатомо-морфологические понятия.
 - 5. Функциональные системы организма: сердечно-сосудистая, дыхательная, выделительная, эндокринная, опорно-двигательный аппарат.
 - 6. Общее представление о строении тела человека.
 - 7. Понятие об органах тела человека.
 - 8. Строение и функции опорно-двигательного аппарата.
 - 9. Нервная и гуморальная регуляция физиологических процессов в организме. Понятие о рефлексорной дуге.
- Физиологическая характеристика утомления и восстановления.

Тема № 2. Роль физической культуры в обеспечении здоровья студентов.

1. Понятие «здоровье», его содержание и критерии.
2. Здоровье человека как жизненная ценность.
3. Компоненты здоровья: соматический, физический, психический, сексуальный, нравственный.
4. Влияние окружающей среды на здоровье.
5. Физическое самовоспитание и самосовершенствование личности студента.

Тема № 3. Основы здорового образа жизни и его составляющие.

1. Содержательные характеристики составляющих здорового образа жизни.
2. Режим труда и отдыха.
3. Организация сна.
4. Организация режима питания.
5. Организация двигательной активности.
6. Личная гигиена и закаливание.
7. Гигиенические основы закаливания.
8. Закаливание воздухом.
9. Закаливание солнцем.
10. Закаливание водой.
11. Профилактика вредных привычек.
12. Культура межличностных отношений.
13. Психофизическая регуляция организма.
14. Культура сексуального поведения.
15. Критерии эффективности использования здорового образа жизни.
16. Физическое самовоспитание и самосовершенствование – условие здорового образа жизни.
17. Взаимосвязь общей культуры студента и его образа жизни.
18. Структура жизнедеятельности студентов и ее отражение в образе жизни.
19. Личное отношение к здоровью как условие формирования здорового образа жизни.

4.1.4. Примеры тем докладов:

Проверяемые индикаторы достижения компетенции: УК-7, ОПК-2, ОПК-3.

1. Физическая культура и спорт как социальный феномен общества:
 - физическая культура как часть общей культуры человечества;
 - роль физической культуры в развитии общества;
 - спорт и физическая культура – сходство и отличие;
 - функции физической культуры;
 - ценности физической культуры.
2. Современное состояние физической культуры и спорта:
 - ценности физической культуры;
 - спортивная база России;
 - анализ важнейших постановлений, законов о развитии физической культуры и спорта;
 - развитие массовой физической культуры.
3. Физическая культура и спорт – действенные средства сохранения и укрепления здоровья людей, их физического совершенствования:
 - постановления, законы о развитии физической культуры и спорта в России;
 - понятие здоровья, физического совершенствования;
 - физическое, психическое, социальное здоровье;
 - формирование спортивного менталитета.
4. Физическая культура и спорт в формировании гуманных ценностей:
 - в научно-познавательной деятельности это совокупность знаний о природе, обществе, человеке и о способах претворения этих знаний в физическом воспитании, в занятиях физическими упражнениями;

- в ценностно-ориентационной деятельности – ценности, определяющие нормы поведения спортсменов в сфере физического воспитания, массового и профессионального спорта;
- в проектной деятельности – модели физически совершенного человека будущего, проекты спортивных сооружений, оборудования, инвентаря.

5. Спорт, его сущность и критерии:

- понятие спорта;
- спорт как общая часть культуры;
- ценностные компоненты спорта;
- общекультурные ценности – процессы социального, правового, экономического, информационного и образовательного пространства;
- социально-психологические ценности – уровни взаимоотношений в спорте;
- специфические ценности – самореализация и повышение социального престижа личности в обществе путем достижения высоких результатов, победы, рекорда.

4.2. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета. Промежуточная аттестация включает следующий тип заданий: собеседование.

4.2.1. Перечень вопросов для собеседования.

№	Вопросы для промежуточной аттестации	Проверяемые индикаторы достижения компетенций
1.	Физическая культура и спорт как социальные феномены	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
2.	Массовый спорт – его цели и задачи	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
3.	Спорт высших достижений, его направленность, цели, задачи, критерии эффективности	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
4.	Особенности современной спортивной тренировки.	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
5.	Классификация спортивных упражнений.	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
6.	Планирование объема и интенсивности в спортивной тренировке	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
7.	Интенсивность физической нагрузки, связь ее с ЧСС	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
8.	Признаки чрезмерной нагрузки	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
9.	Понятие работоспособности	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
10.	Умственная и физическая работоспособность	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
11.	Работоспособность и влияние на нее различных факторов	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
12.	Общие закономерности изменения работоспособности студентов в процессе обучения	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
13.	Объективный и субъективный фактор обучения и реакция на них организма студентов	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
14.	Определение лечебной физической культуры. Основные понятия	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
15.	Показания и противопоказания к занятиям лечебной физической культурой	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.

16.	Методы и средства лечебной физической культуры	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
17.	Цели и задачи лечебной физической культуры при различных отклонениях в состоянии здоровья студентов	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
18.	Направленность и основные принципы физического воспитания студентов с различными отклонениями в состоянии здоровья	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
19.	Понятие работоспособности	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
20.	Умственная и физическая работоспособность	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
21.	Работоспособность и влияние на нее различных факторов	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
22.	Общие закономерности изменения работоспособности студентов в процессе обучения	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
23.	Объективный и субъективный фактор обучения и реакция на них организма студентов	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
24.	Оценка физического состояния	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
25.	Физическое развитие и физическая подготовленность	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
26.	Физиометрические методы	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
27.	Физиологические методы	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
28.	Методика оценки физического состояния организма человека	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
29.	Методы контроля за функциональным и физическим состоянием организма человека	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
30.	Методы номограмм, функциональных проб для оценки функционального состояния организма сердечно-сосудистой системы (ортостатическая, клиностатическая пробы)	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
31.	Методы функциональных проб для оценки функционального состояния организма дыхательной системы (проба Штанге, Генче)	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
32.	Методы функциональных проб для оценки функционального состояния организма нервной системы (проба Ромберга, теплинг-тест)	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
33.	Виды диагностики	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
34.	Двигательная подготовленность	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
35.	Параметры нагрузки	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
36.	Наружный осмотр и антропометрия	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
37.	Контрольные упражнения для оценки уровня развития силовых, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
38.	Оценка двигательной (физической) подготовленности	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
39.	Понятия, основные задачи, средства ППФП	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
40.	Требования к физической подготовленности трудящихся в различных сферах современного профессионального труда и	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.

	тенденции их изменения	
41.	Формирование профессионально-прикладных качеств на занятиях физической культурой	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
42.	Краткая историческая справка о направленном использовании физических упражнений для подготовки к труду	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
43.	Доминирующие факторы риска и их проявления в современном обществе	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
44.	Воздействие экзогенных экологонегативных факторов на занимающихся физическими упражнениями	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.
45.	Краткая характеристика основных медико-биологических факторов риска	УК-7,ОПК-2,ОПК-3.

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:

$$R_{пред} = (R_{тек} + R_{тест}) / 2 + R_b - R_{ш}$$

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_b – 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

Критерии оценки	Рейтинговый балл
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		

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) ($R_{па}$)

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 ($R_{на}$), 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	B	95-91		5

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.				
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 ответ. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Допущены ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов.	E	70-66		3

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	до

	предмета	+ 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_0), 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 ФГБОУ ВО ВолгГМУ Минздрава России и доступны по ссылке: www.pmedpharm.ru

5.2. Перечень рекомендуемой литературы, включая электронные учебные издания:

1. Виленский М.Я, Горшков А.Г. Физическая культура и здоровый образ жизни студента. М.: КНОРУС, 2012.
2. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. М.: Академия 2009.
3. Щекин Г.Ю. Туризм и медицина Волгоград: ВолгГМУ 2013.
4. Епифанов В.А. Спортивная медицина М.: ГЭОТАР-Медиа 2006.
5. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура. М.: ГЭОТАР-МЕДИА, 2014.

5.3. Перечень программного обеспечения

№ п/п	Название	Реквизиты подтверждающего документа
1.	Windows 7 Professional	46243751, 46289511, 46297398, 47139370, 60195110, 60497966, 62369388 Бессрочная
2.	Windows 10 Professional	66015664, 66871558, 66240877, 66015664, 66871558,

		66240877Бессрочная
3.	Windows XP Professional	45885267, 43108589, 44811732, 44953165, 44963118, 46243751, 46289511, 46297398Бессрочная
4.	MS Office 2007 Suite	63922302, 64045399, 64476832, 66015664, 66015670, 62674760, 63121691, 63173783, 64345003, 64919346, 65090951, 65455074, 66455771, 66626517, 66626553, 66871558, 66928174, 67008484, 68654455, 68681852, 65493638, 65770075, 66140940, 66144945, 66240877, 67838329, 67886412, 68429698, 68868475, 68918738, 69044325, 69087273Бессрочная
5.	MS Office 2010 Professional Plus	47139370, 61449245Бессрочная
6.	MS Office 2010 Standard	60497966, 64919346Бессрочная
7.	MS Office 2016 Standard	66144945, 66240877, 68429698Бессрочная
8.	Abbyy Fine Reader 8.0 Corporate Edition (Россия)	FCRS-8000-0041-7199-5287, FCRS-8000-0041-7294-2918, FCRS-8000-0041-7382-7237, FCRS-8000-0041-7443-6931, FCRS-8000-0041-7539-1401Бессрочная
9.	Kaspersky Endpoint Security 10 для Windows (Россия)	280E-210422-110053-786-2767 с 22.04.2021 по 27.05.2022
10.	Google Chrome	Свободное и/или безвозмездное ПО
11.	Mozilla Firefox	Свободное и/или безвозмездное ПО
12.	Браузер «Yandex» (Россия)	Свободное и/или безвозмездное ПО
13.	7-zip (Россия)	Свободное и/или безвозмездное ПО
14.	Adobe Acrobat DC / Adobe Reader	Свободное и/или безвозмездное ПО
15.	Zoom	Свободное и/или безвозмездное ПО

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

1. <https://www.infosport.ru/> – Национальная информационная сеть «Спортивная Россия».

2. <https://www.olympichistory.info/> – История Олимпийских игр.

3. <https://www.minsport.gov.ru/> – Министерство спорта РФ.

Вспомогательный материал - профессиональные базы данных

1. <http://bibl.volgmed.ru/MegaPro/Web> – ЭБС ВолГМУ (база данных изданий, созданных НПП и НС университета по дисциплинам образовательных программ, реализуемых в ВолГМУ) (профессиональная база данных).

2. <https://e.lanbook.com/> – сетевая электронная библиотека (база данных произведений членов сетевой библиотеки медицинских вузов страны, входящую в Консорциум сетевых электронных библиотек на платформе электронно-библиотечной системы «Издательство Лань») (профессиональная база данных).

3. <http://www.studentlibrary.ru/> – электронно-библиотечная система «Консультант студента» (многопрофильный образовательный ресурс, предоставляющей доступ через сеть Интернет к учебной литературе и дополнительным материалам) (профессиональная база данных).

4. <https://speclit.profy-lib.ru> – электронно-библиотечная система Спецлит «Электронно-библиотечная система для ВУЗов и Созову» (содержит лекции, монографии, учебники, учебные пособия, методический материал; широкий спектр учебной и научной литературы систематизирован по различным областям знаний) (профессиональная база данных).

5. <https://www.ros-edu.ru> – электронно-образовательный ресурс «Русский как иностранный» (на платформе IPR Media, адресован обучающимся, изучающим русский язык как иностранный) (профессиональная база данных)

6. <http://link.springer.com/> – база данных SpringerNature (полнотекстовые журналы SpringerJournals, полнотекстовые журналы SpringerJournalsArchive, NatureJournals,

SpringerProtocols, коллекция научных материалов в области физических наук и инжиниринга SpringerMaterials, Springer Reference, крупнейшая реферативная база данных по чистой и прикладной математике zbMATH, Nano Database) (профессиональная база данных).

7. <http://dlib.eastview.com> – универсальная база электронных периодических изданий (профессиональная база данных)

8. <http://elibrary.ru> – электронная база электронных версий периодических изданий на платформе Elibrary.ru (профессиональная база данных).

9. <http://www.consultant.ru/> – справочно-правовая система «Консультант-Плюс» (профессиональная база данных).

10. <https://www.ebsco.com/products/ebooks/clinical-collection> – электронная база данных «Clinical Collection» (коллекция электронных книг ведущих медицинских издательств, издательств университетов и профессиональных сообществ) (профессиональная база данных).

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	Велотренажер TREO	

	атлетической гимнастики (3 этаж)	К-108 Гриф гантельный Тренажер Примус Тренажер силовой winner	
3	Зал оздоровительной гимнастики (1 этаж - шейпинг)	Велотренажер Консул-супер Велоэргометр FITMED Вибромассажер BM 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 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 СтолтеннисныйStartLineOLIMPIK СтолтеннисныйStartLineOLIMPIK.6020 Утяжелители Стандарт 2*1 кг в коробке (парные) Утяжелители Стандарт 2*2 кг в коробке (парные)	

4	Методический кабинет	<p>Компрессор электрический FTC110 VOLCANO Насос 20 см, JOGEL, гибкий шланг, 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>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Microsoft Office 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. 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.
---	----------------------	---	--

			<p>17. Microsoft Open License:68169617 OPEN OPEN 98108543ZZE1903. 2019.</p> <p>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</p>
5	Большой игровой зал	<p>Ворота гандбольные /мини- футбольные стальные, пара 3,01</p> <p>Кольцо баскетбольное с амортизатором</p> <p>Пенал для ключей 40*100 мм пласт</p> <p>Сетка гандбольная, мини- футбол</p> <p>Сетка для минифутбольных ворот 2026</p> <p>Скамейка гимнастическая 4м</p> <p>Щит баскетбольный, игровой 1,05x1,80 оргстекло 14мм с основанием</p>	
6	Инвентарная	<p>Канат вертикальный</p> <p>Канат страховочный (10*12)40</p> <p>Коврик туристический</p> <p>Коврик туристический</p> <p>Коврик туристический</p> <p>Маты (10x2)</p> <p>Медбол, 1 кг, иск. кожа, наполнитель резиновая крошка, диам. 14 см, машинная сшивка, синий</p> <p>Медбол, 2 кг, иск. кожа, наполнитель резиновая крошка, диам. 17,5 см, машинная сшивка</p> <p>Медбол, 3 кг, иск. кожа, наполнитель резиновая крошка, диам. 20 см, машинная</p>	

			<p>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</p>	
--	--	--	--	--

		<p>Мяч волейбольный JOGEL JB -500</p> <p>Мяч волейбольный MIKASAMVA 200</p> <p>Мяч волейбольный MIKASAMVA 200</p> <p>Палатка Camp3 универсальная</p> <p>Палки телескопические Trek</p> <p>Плита газовая в кейсе с перех. TRG - 006</p> <p>Покрытие для ринга на помосте: размеры ринга 7*7м, высота помоста 1м, нанесение 3 логотипов на каждой стороне полого ринга</p> <p>Пылесос SamsungSC 5130</p> <p>Пьедестал победителя 3-х местный, разборный 3,1х 0,7х0,7 м</p> <p>Ракетка бадминтонная</p> <p>Ракетки для игр в бадминтон для занятий</p> <p>Ринг боксерский соревновательный, боевая зона 6х6, на подиуме базовой конструкции 7х7х1м, 4 ряда канатов, подиум дерево – металл, 2 лестницы дерево-металл</p> <p>Рюкзак Трэкс МА</p> <p>Сетка волейбольная</p> <p>Сетка волейбольная профессиональная</p> <p>Спальный мешок СП 2. Стойка волейбольная с мех. натяж. для зала на растяжках. Стул рыбака ТТФ 003</p> <p>Ящик для огнетушителя</p>	
7	Переход	<p>Молния -12 В, «Выход» Оповещатель охранно-пожарный (табло) План эвакуации на рус. Языке. Стол</p>	

			теннисный StartLineOLIMPIK	
--	--	--	-------------------------------	--

7. Особенности организации обучения по дисциплине, относящихся к основному отделению, специальной медицинской группе, лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

7.1 Обучение лиц, относящихся к основному отделению временно освобожденных от физических нагрузок. Лицам, временно освобожденным от физических нагрузок после перенесенного заболевания, необходимо присутствовать на каждом занятии, визуально воспринимать учебный материал, осваивать доступную часть занятия, помогать преподавателю в проведении учебной деятельности.

7.2 Обучение лиц, относящихся к специальной медицинской группе. Лица, относящиеся по состоянию здоровья к специальной медицинской группе, должны присутствовать на занятиях по данной дисциплине для освоения учебного плана в полной мере, предусмотренного ФГОС 3++ в рамках своей нозологической группы.

7.3 Обучение лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов. При необходимости обучение данных лиц осуществляется кафедрой на основе данной рабочей программы, адаптированной с использованием специальных методов, средств обучения и дидактических материалов, составленных преподавателем с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

7.3.1 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.

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

7.3.3 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:

Категории студентов	Формы
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.

7.3.4 Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

7.3.5 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.

7.3.6 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 ВолГМУ 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.

7.3.7 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.

7.3.8 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.

7.4 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:

Модуль дисциплины	Элементы ДОТ и ЭО, применяемые для реализации учебного процесса	Элементы ДОТ, применяемые для текущей и промежуточной аттестации
Модуль 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов	Использование возможностей электронного информационно-образовательного портала ВолгГМУ: – элемент «Лекция» и/или ресурс «Файл» (лекция)	Использование возможностей электронного информационно-образовательного портала ВолгГМУ: – элемент «Тест» (тестирование)
Модуль 2. Социально-биологические основы физической культуры	Использование возможностей электронного информационно-образовательного портала ВолгГМУ: – элемент «Лекция» и/или ресурс «Файл» (лекция)	Использование возможностей электронного информационно-образовательного портала ВолгГМУ: – элемент «Тест» (тестирование)
Модуль 3. Основы здорового образа жизни студента. Роль физической культуры в обеспечении здоровья	Использование возможностей электронного информационно-образовательного портала ВолгГМУ: – элемент «Лекция» и/или ресурс «Файл» (лекция)	Использование возможностей электронного информационно-образовательного портала ВолгГМУ: – элемент «Тест» (тестирование)
Модуль 6. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	Использование возможностей электронного информационно-образовательного портала ВолгГМУ: – элемент «Лекция» и/или ресурс «Файл» (лекция)	Использование возможностей электронного информационно-образовательного портала ВолгГМУ: – элемент «Тест» (тестирование) – элемент «Задание» (подготовка доклада, проверка протокола ведения занятия)
Модуль 7. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физического воспитания	Использование возможностей электронного информационно-образовательного портала ВолгГМУ: – элемент «Лекция» и/или ресурс «Файл» (лекция)	Использование возможностей электронного информационно-образовательного портала ВолгГМУ: – элемент «Тест» (тестирование) - элемент «Задание» (подготовка доклада, проверка протокола ведения занятия)
Модуль 8. Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений	Использование возможностей электронного информационно-образовательного портала ВолгГМУ: – элемент «Лекция» и/или ресурс «Файл» (лекция)	Использование возможностей электронного информационно-образовательного портала ВолгГМУ: – элемент «Тест» (тестирование) - элемент «Задание» (подготовка доклада, проверка протокола ведения занятия)
Модуль 9. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом	Использование возможностей электронного информационно-образовательного портала ВолгГМУ: – элемент «Лекция» и/или ресурс «Файл» (лекция)	Использование возможностей электронного информационно-образовательного портала ВолгГМУ: – элемент «Тест» (тестирование)
Модуль 10. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов	Использование возможностей электронного информационно-образовательного портала ВолгГМУ: – элемент «Лекция» и/или ресурс «Файл» (лекция)	Использование возможностей электронного информационно-образовательного портала ВолгГМУ: – элемент «Тест» (тестирование)
Модуль 11.	Использование возможностей электронного	Использование возможностей

Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста и бакалавра	информационно-образовательного портала ВолгГМУ: – элемент «Лекция» и/или ресурс «Файл» (лекция)	электронного информационно-образовательного портала ВолгГМУ: – элемент «Тест» (тестирование)
---	--	---

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, вырабатывать стратегию действий;
- способность управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла;
- способность организовывать и руководить работой команды, вырабатывая 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 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.