

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

**УТВЕРЖДАЮ**

Зам. директора института по УВР

\_\_\_\_\_ И.П. Кодониди

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 г.

**Рабочая программа дисциплины**

**«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»**

По направлению подготовки: 38.03.02 Менеджмент (уровень бакалавриата)  
Направленность (профиль): Управление и экономика сферы здравоохранения  
Квалификация выпускника: бакалавр  
Кафедра: физического воспитания и здоровья

Курс: 2

Семестр: 3

Форма обучения: заочная

Лекции – 4 часа

Практические занятия – 6 часов

Самостоятельная работа – 53,8 часов

Промежуточная аттестация: зачет – 3 семестр

Трудоемкость дисциплины: 2 ЗЕ (72 часа)

Пятигорск, 2023

**Физическая культура и спорт –кафедра физического воспитания и здоровья**

*Рабочая программа дисциплины «Физическая культура и спорт» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 38.03.02 Менеджмент (утвержденного Приказом Министерства образования и науки РФ от 12 января 2016 г. № 7)*

Разработчик программы:

Канд. пед. наук, старший преподаватель

кафедры физического воспитания и здоровья

Е.В. Ярошенко

Рабочая программа обсуждена на заседании кафедры физического воспитания и здоровья протокол № \_\_\_ от « \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 г.

Рабочая программа согласована с учебно-методической комиссией по циклу естественно-научных дисциплин

протокол № \_\_\_ от « \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 г.

Рабочая программа согласована с библиотекой

Заведующая библиотекой

Л.Ф. Глущенко

Внешняя рецензия дана: Р.В. Гзирьяном, кандидатом пед. наук, доцентом кафедры физической культуры Пятигорского института (филиал) СКФУ

Рабочая программа утверждена на заседании Центральной методической комиссии протокол № \_\_\_ от « \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 г.

Рабочая программа утверждена на заседании Ученого совета

Протокол № № \_\_\_ от « \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 г.

<b>1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	
<b>1.1</b>	<b>Цель дисциплины:</b> получение базовых знаний, умений и практических навыков в использовании многообразных средств физической культуры для поддержания своего здоровья и продления своей профессиональной деятельности.
<b>1.2</b>	<b>Задачи дисциплины:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Обеспечение понимания роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности.</li> <li>- Формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями, к выполнению нормативных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.</li> <li>- Овладение системой специальных знаний, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, формирование компенсаторных процессов, коррекцию имеющихся отклонений в состоянии здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей.</li> <li>- Формирование профессионально значимых качеств и свойств личности, направленных на адаптацию организма к воздействию умственных и физических нагрузок, а также расширение функциональных возможностей физиологических систем, повышение сопротивляемости защитных сил организма.</li> <li>- Овладение методикой формирования и выполнения комплекса упражнений оздоровительной направленности для самостоятельных занятий, способами самоконтроля при выполнении физических нагрузок различного характера, правилами личной гигиены, рационального режима труда и отдыха.</li> <li>- Овладение средствами и методами противодействия неблагоприятным факторам и условиям труда, снижения утомления в процессе профессиональной деятельности и повышения качества результатов.</li> </ul>

<b>2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП</b>	
Блок Б1.Б.05	<i>Базовая часть</i>
<b>2.1</b>	<b>Перечень дисциплин и/или практик, усвоение которых необходимо для изучения дисциплины</b>
	-Элективные курсы по физической культуре и спорту
<b>2.2</b>	<b>Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины необходимо как предшествующее:</b>
	Дисциплина «Физическая культура и спорт» является общим теоретическим и методологическим основанием для дальнейшего изучения других дисциплин образовательной программы бакалавриата.

<b>3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ</b>
<p>В результате освоения дисциплины обучающийся должен овладеть следующими компетенциями:</p> <p><b>ОК-7-</b> способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p>

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен**

## Физическая культура и спорт –кафедра физического воспитания и здоровья

<b>3.1</b>	<b>Знать:</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- социальную роль физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;</li> <li>-средства и методы физической культуры для повышения умственной работоспособности и развития физических качеств;</li> <li>-средства и методы восстановления работоспособности организма человека;</li> <li>-основы физической культуры и здорового образа жизни; принципы здорового образа жизни, последствия вредных привычек;</li> <li>-здоровьеформирующие инновационные технологии в сфере физической культуры и спорта.</li> </ul>
<b>3.2</b>	<b>Уметь:</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>-совершать профессионально умелые и точные движения, используя специально разработанные комплексы физических упражнений для развития координации движений;</li> <li>-составлять комплексы утренней гигиенической и корригирующей гимнастики и подбирать упражнения, направленные на развитие физических качеств;</li> <li>-применять современные средства и методы релаксации;</li> <li>-составлять комплекс утренней гигиенической, корригирующей и производственной гимнастики;</li> <li>-разбираться в вопросах физической культуры и спорта, применяемых на основе здоровьеформирующих технологий.</li> </ul>
<b>3.3</b>	<b>Иметьнавык (опытдеятельности):</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>-применять методы физического самосовершенствования и самовоспитания для реализации будущей профессиональной деятельности специалиста, методы совершенствования физических качеств;</li> <li>-владеть навыками проведения и выполнения комплексов утренней гигиенической, корригирующей гимнастики;</li> <li>-выполнять простейшие приемы релаксации;</li> <li>-использовать средства и методы убеждения, разъяснения и просвещения с целью формирования потребности граждан в активном здоровом образе жизни.</li> </ul>

### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 4.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
		3 семестр
<b>1. Контактная работа обучающихся с преподавателем:</b>	<b>14,2</b>	<b>14,2</b>
Аудиторные занятия всего, в том числе:	10	10
Лекции	4	4
Лабораторные	-	-
Практические занятия	6	6
Контактные часы на аттестацию (зачет)	0,2	0,2
Консультация	2	2
Контроль самостоятельной работы	2	2
<b>2. Самостоятельная работа</b>	<b>53,8</b>	<b>53,8</b>
Контроль	<b>4</b>	<b>4</b>
<b>ИТОГО</b>	<b>72</b>	<b>72</b>
Общая трудоемкость	<b>72/2</b>	<b>72/2</b>

**4.2. Структура дисциплины**

<b>Кодзанятия</b>	<b>Наименование разделов и тем /вид занятия/</b>	<b>Часов</b>	<b>Компетенции</b>	<b>Литература</b>
1.1	<b>Тема № 1.</b> Физическая культура и спорт России /Лек /	2	<b>ОК-7</b>	Л1.1, Л1.2, Л2.1, Л2.2, Л2.3
1.2.	<b>Тема № 1.</b> Физическая культура и спорт России /Практ /	2	<b>ОК-7</b>	Л1.1, Л1.2, Л2.1, Л2.2, Л2.3
2.3	<b>Тема № 2.</b> Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) /Лек /	2	<b>ОК-7</b>	Л1.1, Л1.2, Л2.1, Л2.2, Л2.3
2.4	<b>Тема № 2.</b> Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) /Практ /	4	<b>ОК-7</b>	Л1.1, Л1.2, Л2.1, Л2.2, Л2.3
3.5	<b>Тема № 3.</b> Психофизиологические основы труда и интеллектуальной деятельности /Ср /	8	<b>ОК-7</b>	Л1.1, Л1.2, Л2.1, Л2.2, Л2.3
4.6	<b>Тема № 4.</b> Естественно – научные основы физического воспитания /Ср /	8	<b>ОК-7</b>	Л1.1, Л1.2, Л2.1, Л2.2, Л2.3
5.7	<b>Тема № 5.</b> Современные оздоровительно-спортивные системы повышения качества жизни человека /Ср/	8	<b>ОК-7</b>	Л1.1, Л1.2, Л2.1, Л2.2, Л2.3
6.8	<b>Тема № 6.</b> Методика проведения и составления комплекса лечебной физической культуры (ЛФК) /Ср/	8	<b>ОК-7</b>	Л1.1, Л1.2, Л2.1, Л2.2, Л2.3
7.9	<b>Тема № 7.</b> Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом /Ср/	8	<b>ОК-7</b>	Л1.1, Л1.2, Л2.1, Л2.2, Л2.3
8.10	<b>Тема № 8.</b> Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО /Ср/	8	<b>ОК-7</b>	Л1.1, Л1.2, Л2.1, Л2.2, Л2.3
9.11	<b>Тема № 9.</b> Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания студентов /Ср/	5,8	<b>ОК-7</b>	Л1.1, Л1.2, Л2.1, Л2.2, Л2.3
	<b>Итого</b>	<b>63,8</b>		

**4.3. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование раздела дисциплины базовой части ФГОС</b>	<b>Содержание</b>
<b>1</b>	<b>Тема № 1.</b> Физическая культура и спорт России.	Краткая история физической культуры и спорта. Основные понятия системы физического воспитания, физическая культура, физическая подготовка, физическое состояние, спорт. Социальные потребности в возникновении

**Физическая культура и спорт –кафедра физического воспитания и здоровья**

		<p>физической культуры. Основы законодательства в области ФК и С. Государственные и общественные формы руководства физической культурой и спортом в России. Решения правительства по вопросам развития физической культуры и спорта в стране. Организация и руководство физическим воспитанием. Построение курса физического воспитания. Организация и содержание учебно-воспитательного процесса в учебных отделениях. Зачетные требования и обязанности студентов. Физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа. Деятельность спортклуба. Организационные формы работы.</p>
2	<p><b>Тема №2.</b> Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП).</p>	<p>Определение понятия ППФП и ее место в системе физического воспитания студентов. Основные факторы, определяющие общую направленность ППФП будущих специалистов. Факторы, определяющие конкретное содержание ППФП: формы труда, условия и характер труда, режим труда и отдыха, особенности динамики работоспособности специалистов. Формирование прикладных знаний, умений и навыков, физических и специальных качеств в процессе ППФП. Методика подбора средств ППФП студентов. Формы ППФП в вузах. Овладение навыками определения и оценки физического состояния и подбора необходимых физических упражнений для разных групп населения и с различными уровнями состояния здоровья.</p>
3	<p><b>Тема №3.</b> Психофизиологические основы труда и интеллектуальной деятельности.</p>	<p>Особенности организации учебного труда и жизнедеятельности студентов. Основные психофизиологические характеристики студентов, условия высокой продуктивности учебного труда студентов. Элементы научной организации умственного труда. Оптимальный двигательный режим людей различных профессий. Использование средств физической культуры и спорта в процессе обучения студентов в вузе для повышения умственной работоспособности и успеваемости. Утренняя гигиеническая гимнастика. Упражнения в течение учебного дня. Занятия в клубах и группах любителей бега, оздоровительной ходьбы лыжного спорта, оздоровительного плавания, лыжного, водного,</p>

**Физическая культура и спорт –кафедра физического воспитания и здоровья**

		велосипедного туризма, женской атлетической и ритмической гимнастики, закаливания и в спортивных секциях и т. п. Участие в массовых оздоровительных, физкультурных и спортивных мероприятиях. Выполнение необходимого недельного двигательного режима. Использование средств физической культуры и спорта в процессе обучения студентов в вузе для повышения умственной работоспособности и успеваемости.
<b>4</b>	<b>Тема № 4.</b> Естественно – научные основы физического воспитания.	Организм человека как единая биологическая система. Экология здоровья и условия для физического развития. Двигательная активность как фактор взаимодействия организма человека с окружающей средой. Изменения, происходящие в организме человека при систематических занятиях физическими упражнениями и спортом. Закономерности развития отдельных систем организма в процессе физической тренировки (обмен веществ и энергия, кровь и кровообращение, дыхание и газообмен, другие внутренние органы и системы, опорно-двигательный аппарат, регуляция деятельности организма). Двигательная функция и ее влияние на повышение устойчивости организма к различным условиям окружающей среды. Занятия физической культурой и спортом как фактор повышения устойчивости организма человека к умственному перенапряжению, стрессовым состояниям, гиподинамии, гипоксии, проникающей радиации, токсическим веществам и вредным воздействиям.
<b>5</b>	<b>Тема № 5.</b> Современные оздоровительно-спортивные системы повышения качества жизни человека.	Валеология – наука о здоровье. Современные подходы к закаливанию. Использование сауны и бани в оздоровительных целях. Медотерапия. Функциональная музыка. Идеальный вес, идеальная фигура. Влияние цвета на физическую работоспособность. Основы психологической саморегуляции. Лекарственные растения и горечи в повышении работоспособности человека.
<b>6</b>	<b>Тема № 6.</b> Методика проведения и составления комплекса лечебной физической культуры (ЛФК).	Определение лечебной физической культуры. Цели и задачи комплекса ЛФК. Средства ЛФК: гимнастические, спортивно-прикладные упражнения, игры, естественные силы природы. Дополнительные средства ЛФК: механо- и трудотерапия; массаж и самомассаж. Основные

**Физическая культура и спорт –кафедра физического воспитания и здоровья**

		<p>формы ЛФК: процедура лечебной гимнастики в индивидуальных и групповых занятиях; урок ЛФК; утренняя гигиеническая гимнастика; дозированная ходьба (прогулки, экскурсии); дозированное восхождение; ближний туризм. Показания и противопоказания к назначению ЛФК. Методика составления комплексов ЛФК при различных заболеваниях. Контроль за состоянием здоровья во время проведения занятий по ЛФК.</p>
<b>7</b>	<p><b>Тема № 7.</b> Самоконтроль студентов, занимающихся физическими упражнениями и спортом.</p>	<p>Диагностика и самодиагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями. Врачебный контроль, его содержание. Самоконтроль, его основные методы и показатели, дневник самоконтроля. Корректировка содержания занятий со студентами разных медицинских групп по результатам показателей врачебно- педагогического контроля. Показания и противопоказания к занятиям физической культурой для студентов. Физиологические состояния и отрицательные реакции организма при занятиях физической культурой и спортом, первая помощь при некоторых болезненных состояниях и травмах.</p>
<b>8</b>	<p><b>Тема № 8.</b> Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО.</p>	<p>Основные аспекты Положения о Всероссийском физкультурно-спортивный комплексе «Готов к труду и обороне». Алгоритм формирования действий на основе систематизации положений законодательства о физической культуре и спорте, образовании, здравоохранении, определяющих введение, реализацию, внедрение и функционирование ВФСК ГТО как программной и нормативной основы физического воспитания населения.</p>
<b>9</b>	<p><b>Тема № 9.</b> Общая физическая спортивная подготовка в системе физического воспитания студентов.</p>	<p>Мотивация физического воспитания – важнейшая составляющая улучшения здоровья студентов. Принципы физического воспитания. Учебно-тренировочные занятия в вузе. Части занятий – задачи и содержание. Совершенствование физических качеств. Спорт в системе физического воспитания. Классификация видов спорта и массового спортивного движения. Система спортивной тренировки Общие и специальные принципы спортивной тренировки. Формирование целевой установки на высшее достижение. Непрерывность тренировочного процесса.</p>

	Принципы построения тренировочного процесса. Средства и методы спортивной тренировки.
--	------------------------------------------------------------------------------------------

**5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

<b>5.1. Рекомендуемая литература</b>				
<b>5.1.1. Основная литература</b>				
	Авторы, составители	Заглавие	Изд-во, год	Кол-во
Л1.1		Физическая культура и спорт в вузе: учебное пособие: [16+] / А. В. Завьялов, М. Н. Абраменко, И. В. Щербаков, И. Г. Евсева. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2020. – 106 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – <u>URL: <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=572425">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=572425</a></u>		
Л 1.2		Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания) : учебник для высших учебных заведений физкультурного профиля : [12+] / Л. П. Матвеев. – 4-е изд. – Москва : Спорт, 2021. – 520 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=695538">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=695538</a> . – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-907225-59-6. – Текст : электронный.		
<b>5.1.2. Дополнительная литература</b>				
	Авторы, составители	Заглавие	Изд-во, год	Кол-во
Л2.1		Физическая культура и спорт : учебное пособие : [16+] / Т. В. Колтошова, И. Н. Шевелева, О. А. Мельникова [и др.] ; Омский государственный технический университет. – Омск : Омский государственный технический университет (ОмГТУ), 2020. – 169 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=682103">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=682103</a> . – ISBN 978-5-8149-3001-9. – Текст : электронный.		
Л2.2		Епифанов, В. А. Лечебная физическая культура: учебное пособие / Епифанов В. А., Епифанов А. В. - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2020. - 704 с. – Режим доступа: по подписке - URL: <a href="https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970455760.html">https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970455760.html</a>		
Л2.3		Физическая культура и спорт в аспекте хронобиологии : учебное пособие : [16+] / А. А. Клименко, А. И. Усенко, А. Ю. Болтовский, Е. И. Шеенко ; Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации (Алтайский филиал). – Москва : Директ-Медиа, 2023. – 155 с. : ил., схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=701512">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=701512</a> (. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4499-3750-6. – Текст : электронный.		
<b>5.1.3. Методические разработки</b>				
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Кол-во
Л3.1	Михайлова Н.А.	Развитие физических качеств для успешного овладения техническими приемами в настольном теннисе /методические рекомендации для студентов по дисциплине «Прикладная физическая культура» для всех специальностей	Пятигорск: Изд-во ПМФИ, 2015	10
<b>5.2. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы</b>				

**5.2.1. Современные профессиональные базы данных**

1. <https://www.gto.ru/> Официальный сайт «всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»
2. <https://www.minsport.gov.ru/> - Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации

**5.2.2. Информационные справочные системы**

1. Справочно-правовая система «Консультант Плюс» - Режим доступа: <http://www.consultant.ru;>

**6. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ**

Реализация компетентностно-ориентированных образовательных программ предусматривает использование в учебном процессе различных образовательных процедур: перечень используемых технологий (например, лекционные, дискуссионные, исследовательские, тренинговые (игровые), самообучение, практика и др. и их описание).

При реализации дисциплины могут применяться электронное обучение, дистанционные образовательные технологии.

Приводятся образовательные технологии, необходимые для обучения по дисциплине инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья.

**7. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

**7.1 Вопросы и задания для текущего контроля успеваемости(заочная форма обучения)**

***ТЕМА № 1. Физическая культура и спорт России.***

1. Физическая культура и спорт как социальные феномены.
2. Компоненты физической культуры: физическое воспитание; физическое развитие; реабилитационная физическая культура; фоновые виды физической культуры; средства физической культуры.
3. Физическая культура личности студента.
4. Массовый спорт – его цели и задачи.
5. Спорт высших достижений, его направленность, цели, задачи, критерии эффективности.

***ТЕМА № 2. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП).***

1. Понятия, основные задачи, средства ППФП.
2. Требования к физической подготовленности трудящихся в различных сферах современного профессионального труда и тенденции их изменения.
3. Комплекс ГТО (готов к труду и обороне).
4. Формирование профессионально-прикладных качеств на занятиях физической культурой.
5. Краткая историческая справка о направленном использовании физических упражнений для подготовки к труду.

***ТЕМА № 3. Психофизиологические основы труда и интеллектуальной деятельности.***

1. Понятие работоспособности.
2. Умственная и физическая работоспособность.
3. Работоспособность и влияние на нее различных факторов.
4. Общие закономерности изменения работоспособности студентов в процессе обучения.
5. Объективный и субъективный фактор обучения и реакция на них организма студентов.

***ТЕМА № 4. Естественно – научные основы физического воспитания.***

1. Естественно-научные основы физической культуры и спорта.
2. Роль физической культуры в потребностях человека.
3. Принцип целостности организма и его единства с окружающей средой.
4. Саморегуляция и самосовершенствование организма.

**Физическая культура и спорт –кафедра физического воспитания и здоровья**

5.Организм человека – как единая биологическая система.	
<b>ТЕМА № 5.Современные оздоровительно-спортивные системы повышения качества жизни человека.</b>	
1.Оздоровление позвоночника по П. Бреггу. 2.Оздоровительная система Н.Е. Семеновой. 3.Методика классического закаливания. 4.Парадоксальная гимнастика А. Стрельниковой. 5.Дыхательная гимнастика по методу К. Бутейко	
<b>ТЕМА № 6. Методика проведения и составления комплекса лечебной физической культуры (ЛФК).</b>	
1.Определение лечебной физической культуры. Основные понятия. 2.Показания и противопоказания к занятиям лечебной физической культурой. 3.Методы и средства лечебной физической культуры. 4.Цели и задачи лечебной физической культуры при различных отклонениях в состоянии здоровья студентов. 5.Направленность и основные принципы физического воспитания студентов с различными отклонениями в состоянии здоровья.	
<b>ТЕМА № 7.Самоконтроль студентов, занимающихся физическими упражнениями и спортом.</b>	
1.Двигательная подготовленность. 2.Параметры нагрузки. 3.Наружный осмотр и антропометрия. 4.Контрольные упражнения для оценки уровня развития силовых, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости. 5.Оценка двигательной (физической) подготовленности.	
<b>ТЕМА № 8. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО.</b>	
1.Цели и задачи проекта ВФСК ГТО. 2.Нормативно-правовое регулирование и нормативная база реализации проекта. 3.Участники, реализующие проект. 4.Этап проведения ВФСК ГТО. 5.Обязательные испытания (тесты) ВФСК ГТО.	
<b>ТЕМА № 9.Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания студентов.</b>	
1.Основы обучения двигательным действиям. 2.Методические принципы физического воспитания. 3.Средства физического воспитания. 4.Общая и специальная физическая подготовка. 5.Общие положения воспитания физических качеств.	

**Примеры ситуационных задач**

**Вариант № 1**

1.	Оценить физическую подготовленность по общепринятым тестам.	OK-7
2.	Определить индекс функциональных изменений по индивидуальным показателям и сделать вывод.	OK-7
3.	Составить программу тренировочных самостоятельных занятий, направленных на развитие выносливости.	OK-7

**Вариант № 2**

1.	Оценить влияние условий, видов и характера труда, специалиста на выбор форм, средств и методов производственной гимнастики.	OK-7
----	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------

## Физическая культура и спорт –кафедра физического воспитания и здоровья

2.	Определить положения, определяющие социально-экономическую необходимость психофизической подготовки человека к труду.	ОК-7
3.	Составить комплекс дыхательных упражнений для психической регуляции.	ОК-7

### Вариант № 3

1.	Оценить средства физической культуры для направленной коррекции работоспособности, усталости, утомления.	ОК-7
2.	Разработать средства оценки функционального состояния дыхательной системы.	ОК-7
3.	Составить комплекс физкультурминутки для снижения утомления.	ОК-7

### Примеры тестовых заданий

#### Тема № 1. Физическая культура и спорт в РФ. ОК-7

**1.Формы руководства физической культурой и спортом в России (укажите 2 правильных ответа):**

- а) общественная;
- б) общественно-самодеятельная;
- в) административная;
- г) государственная.

**2.Процесс развития физических качеств и приобретения двигательных навыков это:**

- а) физическое развитие;
- б) физическое воспитание;
- в) физическая культура;
- г) комплекс физических упражнений.

**3. РССС объединяет работу (укажите 2 правильных ответа):**

- а) клубов по интересам;
- б) физкультурных организаций студентов;
- в) спортивных обществ организаций и предприятий;
- г) спортивных клубов учебных заведений.

#### Тема № 2. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП). ОК-7

**1.Профессионально-прикладная физическая подготовка это:**

- а) подсистема физического воспитания, обеспечивающая формирование и совершенствование свойств и качеств личности, имеющее существенное значение для конкретной профессиональной деятельности;
- б) комплекс упражнений, обеспечивающий эффективную деятельность человека в конкретной профессиональной области.

**2.Целью профессионально-прикладной физической подготовки студентов медицинских вузов является:**

- а) обеспечение формирования и совершенствования свойств и качеств личности, имеющих существенное значение для конкретной профессиональной деятельности;
- б) формирование с помощью различных средств физической культуры и спорта профессионально важных свойств и качеств личности врача;
- в) содействие освоению конкретной профессии врача, достижение необходимого уровня профессиональной дееспособности и психофизической готовности к высокопроизводительному труду.

**3.Факторы, определяющие содержание профессионально-прикладной физической подготовки (укажите 3 правильных ответа):**

- а) сфера деятельности;
- б) финансово-экономическое состояние конкретной сферы деятельности;
- в) содержание и условия труда;
- г) экологические условия проживания;
- д) психофизиологические особенности труда.

**Тема № 3. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. ОК-7**

**1. После прохождения медицинского обследования студенты распределяются по следующим медицинским группам:**

- а) основная, подготовительная, специальная;
- б) основная, специальная, лечебная;
- в) подготовительная, основная, спортивная;
- г) спортивная, специальная, подготовительная.

**2. Занятия физической культурой студентов проводятся в отделениях:**

- а) основное, лечебное, оздоровительно-профилактическое, спортивное;
- б) основное, подготовительное, специальное;
- в) специальное, отделение спортивного совершенствования, ЛФК, основное.

**3. В каком году Всемирные студенческие игры стали именоваться универсиадами:**

- а) 1945;
- б) 1959;
- в) 1989;
- г) 2001.

**Тема № 4. Естественно- научные основы физического воспитания. ОК-7**

**1. Умственная усталость – это:**

- а) объективное состояние организма;
- б) субъективные ощущения человека.

**2. Принципы адаптации лиц, имеющих пониженную работоспособность (укажите 2 правильных варианта):**

- а) вариативности и избирательности в выборе учебной нагрузки;
- б) использования имеющихся ресурсов работоспособности;
- в) доступности умственной и физической нагрузки;
- г) изыскание путей повышения работоспособности.

**3. Резко выраженная степень переутомления характеризуется признаками:**

- а) заметно выраженное снижение дееспособности, временами неустойчивость настроения, постоянные трудности с засыпанием (просыпанием), частое ощущение тяжести в голове;
- б) мало выраженное снижение дееспособности, временное снижение интереса к работе, труднее засыпать и просыпаться, временами ощущение тяжести в голове;
- в) угнетение, резкая раздражительность, резко выраженное снижение дееспособности, бессонница, частые головные боли, потеря аппетита.

**Тема № 5. Современные оздоровительно-спортивные системы повышения качества жизни человека. ОК-7**

**1. Метод музыки, основанный на древневосточной философии, согласно которому каждый орган имеет свою вибрацию, называется:**

- а) психосоматический;
- б) классический;
- в) современный.

**2. В результате продолжительной и интенсивной тренировочной работы в центрах**

**двигательного аппарата нервных клетках:**

- а) процессы истощения начинают преобладать над процессами восстановления;
- б) процессы возбуждения преобладают над процессами торможения;
- в) наблюдается равновесие между процессами возбуждения и торможения.

**3.Для достижения позитивного результата при использовании функциональной музыки важно учитывать:**

- а) физическое развитие, функциональное состояние, физическую подготовленность;
- б) что функциональная музыка наиболее эффективна при выполнении простых или твёрдо заученных упражнений;
- в) что функциональная музыка наиболее эффективна на начальном этапе разучивания упражнений;
- г) что суммарное время музыкальной стимуляции не должно превышать 30 – 40 % продолжительности занятий.

**Тема № 6. Методика проведения и составления комплекса лечебной физической культуры (ЛФК). ОК-7**

**1.Осанка – это:**

- а) пропорциональное соотношение всех частей тела;
- б) привычное положение тела непринужденно стоящего человека;
- в) соотношение длины туловища и ног человека.

**2.Нормально сформированный позвоночник имеет 4 физиологических кривизны, а именно:**

- а) шейный и поясничный кифозы; грудной и крестцово- копчиковый лордозы;
- б) шейный и крестцово-копчиковый кифозы; грудной и поясничный лордозы;
- в) шейный и поясничный лордозы; грудной и крестцово- копчиковый кифозы.

**3. Вследствие неправильной осанки возникает:**

- а) недостаточность подвижности грудной клетки и диафрагмы;
- б) снижение резистентности организма;
- в) снижение рессорной функции позвоночника;
- г) гипертрофия миокарда.

**Тема № 7. Самоконтроль студентов, занимающихся физическими упражнениями и спортом. ОК-7**

**1.По результатам Гарвардского степ-теста оценивается:**

- а) уровень физического состояния;
- б) функция внешнего дыхания;
- в) физическая работоспособность;
- г) показатель пульсоксиметрии.

**2.Оценка физического состояния человека, это:**

- а) оценка морфологических и физических показателей;
- б) оценка функций кровоснабжения;
- в) оценка физической подготовленности;
- г) оценка морфологических и функциональных показателей.

**3.Методы оценки физического развития человека (укажите 3 правильных ответа):**

- а) антропометрического взаимосочетания;
- б) физических стандартов;
- в) индексов;
- г) взаимосовмещений;
- д) антропометрических стандартов;
- е) корреляций.

**Тема № 8. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО. ОК-7**

**1. В каком году вышел ФЗ РФ № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в РФ»:**

- а) 2006 г.;
- б) 2007 г.;
- в) 2010 г.

**2. В каком году были внесены изменения в ФЗ РФ №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в РФ», где впервые детерминированы такие понятия, как: «Студенческий спорт», «Студенческая спортивная лига»:**

- а) 2005 г.;
- б) 2008 г.;
- в) 2011 г.

**3. ФГОС ВПО III поколения был утвержден приказом Министерства образования и науки РФ:**

- а) в 2010 г.;
- б) в 2014 г.;
- в) в 2015 г.

*Тема № 9. Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания студентов. ОК-7*

**1. Формы руководства физической культурой и спортом в России (укажите 2 правильных ответа):**

- а) общественная;
- б) общественно-самодеятельная;
- в) административная;
- г) государственная.

**2. Процесс развития физических качеств и приобретения двигательных навыков это:**

- а) физическое развитие;
- б) физическое воспитание;
- в) физическая культура;
- г) комплекс физических упражнений.

**3. Программа по физической культуре включает в себя следующие разделы (указать 5 правильных ответов):**

- а) теоретический;
- б) научно-исследовательский;
- в) самостоятельный;
- г) практический;
- д) контрольный;
- е) спортивный;
- ж) профессионально-прикладной физической подготовки.

## 7.2 Перечень вопросов для промежуточной аттестации (зачет)

№	Вопросы для промежуточной аттестации студента	Проверяемые компетенции
1.	Цели и задачи физического воспитания студентов.	ОК - 7
2.	Физическая культура и спорт как социальные феномены современного общества.	ОК - 7
3.	Физическая культура как учебная дисциплина высшего образования и целостного развития личности.	ОК - 7
4.	Средства и методы физической культуры и спорта в управлении совершенствованием функциональных возможностей организма в целях обеспечения умственной и физической тренировки.	ОК - 7

**Физическая культура и спорт –кафедра физического воспитания и здоровья**

5.	Физиологические механизмы и закономерности совершенствования отдельных систем организма под воздействием направленной физической тренировки.	ОК - 7
6.	Двигательная функция и повышение устойчивости организма человека к различным условиям внешней среды.	ОК - 7
7.	Здоровый образ жизни, критерии эффективности и его составляющие.	ОК - 7
8.	Общие и специальные принципы физической подготовки студентов.	ОК - 7
9.	Физическое самовоспитание и самосовершенствование в здоровом образе и стиле жизни.	ОК - 7
10.	Психофизиологическая характеристика интеллектуальной деятельности и учебного труда студента и динамика его работоспособности в учебном году, факторы ее определяющие.	ОК - 7
11.	Особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности, профилактики нервно-эмоционального и психофизического утомления студентов, повышения эффективности учебного труда.	ОК - 7
12.	Основы развития и совершенствования основных психических и физических качеств в процессе физического воспитания.	ОК - 7
13.	Общая, специальная и спортивная физическая подготовка, ее цели и задачи.	ОК - 7
14.	Учебно-тренировочные занятия как основная форма обучения физическими упражнениями, его структура и направленность.	ОК - 7
15.	Условия и возможность коррекции физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами физической культуры и спорта в студенческом возрасте.	ОК - 7
16.	Организация, планирование, формы и содержание самостоятельных занятий физической культурой и спортом.	ОК - 7
17.	Гигиена и самоконтроль за эффективностью самостоятельных занятий физической культурой и спортом.	ОК - 7
18.	Границы интенсивности нагрузок в условиях самостоятельных занятий у лиц разного пола и возраста.	ОК - 7
19.	Массовый спорт и спорт высших достижений, их цели и задачи. Спортивная классификация.	ОК - 7
20.	Олимпийское движение, Олимпийские игры и Студенческие Универсиады.	ОК - 7
21.	Психофизиологическая характеристика основных групп видов спорта и систем физических упражнений.	ОК - 7
22.	Основные правила закаливания человека.	ОК - 7
23.	Утренняя гигиеническая гимнастика и ее воздействие на человека (подбор, последовательность, дозировка упражнений, краткий конспект)	ОК - 7
24.	Медицинский контроль при занятиях физической культурой и спортом. Показания и противопоказания для занятий физическими упражнениями.	ОК - 7

**7.3. Критерии оценки при текущем и промежуточном контроле  
КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ОТВЕТА СТУДЕНТА ПРИ 100-БАЛЛЬНОЙ СИСТЕМЕ**

**Физическая культура и спорт –кафедра физического воспитания и здоровья**

ХАРАКТЕРИСТИКА ОТВЕТА	Оценка ECTS	Баллы в БРС	Уровень сформированности компетенций по дисциплине	Оценка
<p>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 студента. В полной мере овладел компетенциями</p>	А	100-96	<b>ВЫСОКИЙ</b>	5
<p>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 студента. В полной мере овладел компетенциями</p>	В	95-91	<b>ВЫСОКИЙ</b>	5
<p>Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, доказательно раскрыты основные положения темы; в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Ответ изложен литературным языком в терминах науки. В ответе допущены недочеты, исправленные студентом с помощью преподавателя. В полной мере овладел компетенциями</p>	С	90-76	<b>СРЕДНИЙ</b>	4

**Физическая культура и спорт –кафедра физического воспитания и здоровья**

<p>Дан недостаточно полный и 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 студент затрудняется исправить самостоятельно. Слабо овладел компетенциями</p>	D	75-66	<b>НИЗКИЙ</b>	3
<p>Дан неполный ответ, логика и последовательность изложения имеют существенные нарушения. Допущены грубые ошибки при определении сущности раскрываемых понятий, теорий, явлений, вследствие непонимания студентом их существенных и несущественных признаков и связей. В ответе отсутствуют выводы. Слабо овладел компетенциями</p>	E	65-61	<b>КРАЙНЕ НИЗКИЙ</b>	3
<p>Дан неполный ответ, представляющий собой разрозненные знания по теме вопроса с существенными ошибками в определениях. Присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения. Студент 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 студента не только на поставленный вопрос, но и на другие вопросы дисциплины. Компетенции не сформированы</p>	F	60-0	<b>НЕ СФОРМИРОВАНА</b>	2

**8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ, ПЕРЕЧЕНЬ ЛИЦЕНЗИОННОГО ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ**

№ п/п	Наименование дисциплины (модуля), практик в соотве	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной	Оснащенность специальных помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа

**Физическая культура и спорт –кафедра физического воспитания и здоровья**

	тствии с учебным планом	работы		
1	Б1.Б.05 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	Office Standard 2016. 200 (двести) лицензий OPEN 96197565ZZE1712. Бессрочно.  VeralTest Professional 2.7 Электронная версия. Акт предоставления прав № ИТ178496 от 14.10.2015. Бессрочно.  MOODLE e-Learning, eLearningServer, Гиперметод. Договор с ООО «Открытые технологии» 82/1 от 17 июля 2013 г. Бессрочно. (пакет обновления среды электронного обучения 3KL Hosted 600 3.5.8b, лицензионный договор №59.9/380 от 23.12.2021 (год на использование программы на ЭВМ (срок действия 1))  Операционные системы OEM (на OS Windows 95с предустановленным лицензионным программным обеспечением): OS Windows 95, OS Windows 98; OS Windows ME, OS Windows XP; OS Windows 7; OS Windows 8; OS Windows 10. На каждом системном блоке и/или моноблоке и/или ноутбуке. Номер лицензии скопирован в ПЗУ аппаратного средства и/или содержится в наклеенном на устройство стикере с голографической защитой. Бессрочно.
2		Зал атлетической гимнастики (3 этаж)	Велотренажер TREO К-108 Гриф гантельный Тренажер Примус Тренажер силовой winner	OS Windows 95, OS Windows 98; OS Windows ME, OS Windows XP; OS Windows 7; OS Windows 8; OS Windows 10. На каждом системном блоке и/или моноблоке и/или ноутбуке. Номер лицензии скопирован в ПЗУ аппаратного средства и/или содержится в наклеенном на устройство стикере с голографической защитой. Бессрочно.
3		Зал оздоровительной гимнастики (1 этаж - шейпинг)	Велотренажер Консул - супер Велоэргометр FITMED Вибромассажер ВМ 1200 Гантели неопреновые 1 кг ДартсLarsenпресс.картон. Жалюзи вертикальные 2,7x2,2 Жалюзи вертикальные 2,7x2,2 Жалюзи вертикальные 2,8x1,49 Жалюзи вертикальные 2,8x1,64 Коврик для фитнеса Коврик для фитнеса Кресло офисное E -279 Budget Лестница - стремянка	Kaspersky Endpoint Security – Стандартный Russian Edition. 100-149 Node 1 year Educational Renewal License № лицензии 2434191112140152020635. Договор № РЦА10260011 от 09.11.2021  ПО «Webinar». Лицензия №С-3131 от 12.07.2018. Бессрочно.  ПО "Интернет - расширение информационной системы". Лицензия (договор) №4540/748 от 27.11.2017 г. Бессрочно.  Google Chrome Свободное и/или безвозмездное ПО;  Браузер «Yandex» (Россия) Свободное

**Физическая культура и спорт –кафедра физического воспитания и здоровья**

			<p>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  СтолтеннисныйStartLin  eOLIMPIK  СтолтеннисныйStartLin  eOLIMPIK.6020  Утяжелители Стандарт  2*1 кг в коробке  (парные)  Утяжелители Стандарт  2*2 кг в коробке  (парные)</p>	<p>и/или безвозмездное ПО  7-zip (Россия) Свободное и/или  безвозмездное ПО  Adobe Acrobat DC / Adobe Reader  Свободное и/или безвозмездное ПО  VooV meeting Свободное и/или  безвозмездное ПО</p>
4	Методиче ский кабинет	<p>Компрессор  электрический FTC110  VOLCANO  Насос 20 см, JOGEL,  гибкийшланг, игла,  насадка для фитбола  Персональный  компьютер в сборе  (монитор ж/к BENG17,  мышь, клавиат.,  системный блок)  Секундомер 100  Фонарь электрический  переносной  аккумуляторный  Шлюз GSMDC03</p>		
5	Большой игровой зал	<p>Ворота гандбольные  /мини- футбольные  стальные, пара 3,01  Кольцо баскетбольное  с амортизатором  Пенал для ключей  40*100 мм пласт  Сетка гандбольная,  мини- футбол</p>		

**Физическая культура и спорт –кафедра физического воспитания и здоровья**

			<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 сшивка, синий</p> <p>Мешок боксерский – кожа, высота 100, диаметр 30, подвес – кольцо с целями, шт.АСПОРТ08</p> <p>Мешок боксерский – кожа, высота 100, диаметр 30, подвес – кольцо с целями, шт.АСПОРТ08</p> <p>Мешок боксерский – тент, высота 150, диаметр 35, подвес – кольцо с целями, шт.АСПОРТ084</p> <p>Мешок боксерский – тент, высота 150, диаметр 35, подвес – кольцо с целями, шт.АСПОРТ084</p> <p>Мешок боксерский – тент, высота 150,</p>	

**Физическая культура и спорт –кафедра физического воспитания и здоровья**

		<p>диаметр 35, подвес – кольцо с целями, шт.АСПОРТ084 Мешок боксерский – тент, высота 150, диаметр 35, подвес – кольцо с целями, шт.АСПОРТ084 Мяч MIKASA из синт. кожи MVA 300 Мяч MIKASA из синт. кожи MVA 300 Мяч MIKASA из синт. кожи MVA 300 Мяч баскет. TORRES BM300 арт. B00017 р. 7, резина, нейлон. корд. бут. камера Мяч баскетбольный р.7 Мяч баскетбольный № 6 JOGEL JB -300 Мяч баскетбольный № 7 JOGEL JB -300 Мяч баскетбольный р. 6 Мяч волейбольный Мяч волейбольный 200 Мяч волейбольный 300 Мяч волейбольный JOGEL JB -500 Мяч волейбольный MIKASAMVA 200 Мяч волейбольный MIKASAMVA 200 Палатка Camp3 универсальная Палки телескопические Trek Плита газовая в кейсе с перех. TRG - 006 Покрытие для ринга на помосте: размеры ринга 7*7м, высота помоста 1м, нанесение 3 логотипов на каждой стороне полого ринга Пылесос SamsungSC 5130 Пьедестал победителя 3-х местный, разборный 3,1х 0,7х0,7 м</p>	
--	--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

			Ракетка бадминтонная Ракетки для игр в бадминтон для занятий Ринг боксерский соревновательный, боевая зона 6х6, на подиуме базовой конструкции 7х7х1м, 4 ряда канатов, подиум дерево – металл, 2 лестницы дерево-металл Рюкзак Трэкс МА Сетка волейбольная Сетка волейбольная профессиональная Спальный мешок СП 2. Стойка волейбольная с мех. натяж. для зала на растяжках. Стул рыбака ТТФ 003 Ящик для огнетушителя
7		Переход	Молния -12 В, «Выход» Оповещатель охранно-пожарный (табло) План эвакуации на рус. Языке. Стол теннисный StartLineOLIMPIK

**9. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

Обучение обучающихся с ограниченными возможностями здоровья при необходимости осуществляется с использованием специальных методов обучения и дидактических материалов, составленных с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся (обучающегося).

**В целях освоения рабочей 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.

## Физическая культура и спорт –кафедра физического воспитания и здоровья

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

### **Перечень учебно-методического обеспечения самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (при наличии)**

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.

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

Перечень фондов оценочных средств, соотнесённых с планируемыми результатами освоения образовательной программы для студентов с инвалидностью и с ограниченными возможностями здоровья включает следующие оценочные средства:

Категории студентов	Виды оценочных средств	Формы контроля и оценки результатов
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, письменная проверка

Студентам с инвалидностью и с ограниченными возможностями здоровья увеличивается время на подготовку ответов к зачёту.

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. 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;

## **Физическая культура и спорт –кафедра физического воспитания и здоровья**

- 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);
2. доступная форма предоставления заданий оценочных средств (в печатной форме, в печатной форме увеличенным шрифтом, в форме электронного документа, задания зачитываются ассистентом);
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.

Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины. Для освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья предоставляются основная и дополнительная учебная литература в виде электронного документа 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.

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.

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:

- 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.

## **10. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА С ПРИМЕНЕНИЕМ ЭЛЕКТРОННОГО ОБУЧЕНИЯ И ДИСТАНЦИОННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ**

В соответствии с Положением о порядке применения электронного обучения и дистанционных образовательных технологий в Пятигорском медико-фармацевтическом институте – филиале федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Волгоградский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации, утвержденном Ученым советом 30.08.2019 учебный процесс по настоящей программе может осуществляться с применением дистанционных образовательных технологий (ДОТ) и/или электронного обучения в порядке, установленном федеральными органами исполнительной власти, распорядительными актами ФГБОУ ВолгГМУ Минздрава России, ПМФИ – филиала ФГБОУ ВО ВолгГМУ Минздрава России.

### **10.1. Реализация основных видов учебной деятельности с применением электронного обучения, ДОТ.**

С применением электронного обучения или ДОТ могут проводиться следующие виды занятий:

Лекция может быть представлена в виде текстового документа, презентации, видеолекции в асинхронном режиме или посредством технологии вебинара – в синхронном режиме. Преподаватель может использовать технологию web-конференции, вебинара в случае наличия технической возможности, согласно утвержденного тематического плана занятий лекционного типа.

Семинарские занятия могут реализовываться в форме дистанционного выполнения заданий преподавателя, самостоятельной работы. Задания на самостоятельную работу должны ориентировать обучающегося преимущественно на работу с электронными ресурсами. Для коммуникации во время семинарских занятий могут быть использованы любые доступные технологии в синхронном и асинхронном режиме, удобные преподавателю и обучающемуся, в том числе чаты в мессенджерах.

Практическое занятие, во время которого формируются умения и навыки их практического применения путем индивидуального выполнения заданий, сформулированных преподавателем, выполняются дистанционно, результаты представляются преподавателю посредством телекоммуникационных технологий. По каждой теме практического занятия обучающийся должен получить задания, соответствующее целям и задачам занятия, вопросы для обсуждения. Выполнение задания должно обеспечивать формирования части компетенции, предусмотренной РПД и целями занятия. Рекомендуется разрабатывать задания, по возможности, персонализировано для каждого обучающегося. Задание на практическое занятие должно быть соизмеримо с продолжительностью занятия по расписанию.

Лабораторное занятие, предусматривающее личное проведение обучающимися натуральных или имитационных экспериментов или исследований, овладения практическими навыками работы с лабораторным оборудованием, приборами, измерительной аппаратурой, вычислительной техникой, технологическими, аналитическими или иными экспериментальными методиками, выполняется при помощи доступных средств или имитационных тренажеров. На кафедре должны быть методически проработаны возможности проведения лабораторного занятия в дистанционной форме.

Самостоятельная работа с использованием дистанционных образовательных технологий может предусматривать: решение ситуационных задач, чтение лекции, презентации и т.д.) просмотр видео-лекций, составление плана текста, графическое изображение структуры текста, конспектирование текста, выписки из текста, работа с электронными словарями, базами данных, глоссарием, wiki, справочниками; ознакомление с

## **Физическая культура и спорт –кафедра физического воспитания и здоровья**

нормативными документами; учебно-исследовательскую работу, написание обзора статьи, эссе, разбор лабораторных или инструментальных методов диагностики.

Все виды занятий реализуются согласно утвержденного тематического плана. Материалы размещаются в ЭИОС института.

Учебный контент снабжается комплексом пошаговых инструкций, позволяющих обучающемуся правильно выполнить методические требования.

Методические материалы должны быть адаптированы к осуществлению образовательного процесса с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

### **10.2. Контроль и порядок выполнения внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся**

Контрольные мероприятия предусматривают текущий контроль по каждому занятию, промежуточную аттестацию в соответствии с рабочей программой дисциплины.

Обучающийся обязан выслать выполненное задание преподавателю начиная с дня проведения занятия и заканчивая окончанием следующего рабочего дня.

Преподаватель обязан довести оценку по выполненному занятию не позднее следующего рабочего дня после получения работы от обучающегося.

Контроль выполнения внеаудиторной самостоятельной работы осуществляется путем проверки реализуемых компетенций согласно настоящей программы и с учетом фондов оценочных средств для текущей аттестации при изучении данной дисциплины. Отображение хода образовательного процесса осуществляется в существующей форме – путем отражения учебной активности обучающихся в кафедральном журнале (на бумажном носителе).

### **10.3. Регламент организации и проведения промежуточной аттестации с применением ЭО и ДОТ**

При организации и проведении промежуточной аттестации с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий кафедры:

- совместно с отделом информационных технологий создает условия для функционирования ЭИОС, обеспечивающей полноценное проведение промежуточной аттестации в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся;

- обеспечивает идентификацию личности обучающегося и контроль соблюдения условий проведения экзаменационных и/или зачетных процедур, в рамках которых осуществляется оценка результатов обучения.

Экзаменационные и/или зачетные процедуры в асинхронном режиме - с учетом аутентификации обучающегося через систему управления обучением (LMS).

Проведение промежуточной аттестации по дисциплине регламентируется п.6 рабочей программы дисциплины, включая формируемый фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации. Порядок проведения промежуточной аттестации осуществляется в форме:

- Компьютерного тестирования или собеседования с элементами письменной работы (морфологическое описание предложенного гербарного образца и его таксономическое определение).

## **11. ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ КОМПОНЕНТ ДИСЦИПЛИНЫ**

11.1. 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.

**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

## **Физическая культура и спорт –кафедра физического воспитания и здоровья**

обучающихся на основе социо-культурных и духовно-нравственных ценностей народов России, формирование у студентов социально-личностных качеств: гражданственности, целеустремленности, организованности, трудолюбия, коммуникабельности.

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 социо-культурной среде;
- ✓ повышение уровня культуры безопасного поведения;
- ✓ развитие личностных качеств и установок, социальных навыков и управленческими способностями.

### ***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.

### ***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.

### ***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, составляет 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.

## **Физическая культура и спорт –кафедра физического воспитания и здоровья**

*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.

*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.