



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

**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  
\_\_\_\_\_ д.м.н. М.В. Черников

«31» августа 2022 г.

**Кафедра физического воспитания и здоровья**

Рабочая программа дисциплины

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

По специальности:

31.02.05 Стоматология ортопедическая

Курс – 1-3

Семестр – 1-6

Форма обучения – очная

Лекции – 2 часа

Практические занятия – 194 часов

Семинарские занятия – 0 часов

Самостоятельная работа – 196 часов

Промежуточная аттестация: дифференцированный зачет – 6 семестр

Трудоемкость дисциплины: – 392 часа

Пятигорск, 2022



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

Рабочая программа дисциплины составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности *31.02.05 Стоматология ортопедическая* и содержит: наименование дисциплины, перечень планируемых результатов обучения, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы, указание места дисциплины в структуре образовательной программы, ее объем в часах, содержание дисциплины, структурированное по темам с указанием отведенного на них часов и типов учебных занятий, перечень учебной литературы, ресурсов сети «Интернет», перечня программного обеспечения, профессиональных баз данных и информационно-справочных систем, методические указания для обучающихся по освоению дисциплины, описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине.

Разработчики программы:

заведующий кафедрой, канд.пед.наук, доцент \_\_\_\_\_ А.Ф. Щекин  
ст. преподаватель, канд.пед.наук \_\_\_\_\_ Е.В. Ярошенко

Рабочая программа обсуждена на заседании кафедры физического воспитания и здоровья протокол № 1 от «31» августа 2022 г.

Рабочая программа согласована с учебно-методической комиссией медицинского колледжа протокол № 1 от «31» августа 2022 г.

Рабочая программа согласована с библиотекой

Заведующая библиотекой \_\_\_\_\_ Л.Ф. Глущенко

Внешняя рецензия дана: кандидатом педагогических наук, доцентом кафедры физической культуры ПГУ Осадчим А.И.

Зав. медицинским колледжем \_\_\_\_\_ О.Л. Таран

Рабочая программа утверждена на заседании Центральной методической комиссии  
Протокол № 1 от «31» августа 2022 г.

Рабочая программа утверждена на заседании Ученого совета  
Протокол № 1 от «31» августа 2022 года



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

### 1. ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Рабочая программа учебной дисциплины ОГСЭ. 04 «Физическая культура» является частью ОПОП/ППССЗ в соответствии с ФГОС по специальности 31.02.05 Стоматология ортопедическая.

При реализации рабочей программы могут использоваться различные образовательные технологии, в том числе дистанционные образовательные технологии, электронное обучение.

### 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОСНОВНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина относится к дисциплинам общего гуманитарного и социально-экономического цикла образовательной программы *обязательной* части, изучается обучающимися очной формы обучения в 1-6 семестрах.

### 3. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ – ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

**Цель дисциплины:** получение теоретических и практических умений и навыков в использовании многообразных средств физической культуры для поддержания своего здоровья и продления профессионального долголетия.

**Задачи дисциплины.**

1. Познание научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни.
2. Формирование основных двигательных навыков и качеств, необходимых для освоения будущей специальности.
3. Овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта.
4. Физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребность в регулярных занятиях физической культурой и спортом.
5. Формирование мотивационно-ценностного отношения студентов к физической культуре, установки на здоровый образ жизни.
6. Потребность к самостоятельному использованию физической культуры как составляющей доминанты здоровья.
7. Проводить самоконтроль при занятиях физическими упражнениями.

**Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы – компетенциями**

| Планируемые результаты освоения образовательной программы (компетенции), формируемые в рамках дисциплины   | Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине  |
|--|--|
| ОК-2 Организовывать собственную деятельность, выбирать методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество | <b>Знать:</b> методы и способы для организации и выполнения профессиональных задач.<br><b>Уметь:</b> оценивать эффективность выполнения профессиональных задач |
| ОК-3 Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них  | <b>Знать:</b> алгоритмы решения различных социальных и профессиональных ситуаций.  |



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

|  |   |
|--|---|
| ответственность  | <b>Уметь:</b> нести ответственность за различные ситуации, возникающие на производстве и обществе   |
| ОК-4 Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития | <b>Знать:</b> алгоритм поиска информации на различных носителях для реализации профессионального и личностного роста.<br><b>Уметь:</b> применять различные источники информации для достижения профессиональных целей   |
| ОК-6 Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями   | <b>Знать:</b> основные принципы адаптации и социализации в обществе и коллективе.<br><b>Уметь:</b> профессионально общаться с коллегами, руководством   |
| ОК-8 Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации    | <b>Знать:</b> современные технологии профессионального развития.<br><b>Уметь:</b> находить способы и пути для личностного совершенствования и самообразования   |
| ОК-11 Быть готовым брать на себя нравственные обязательства по отношению к природе, обществу и человеку  | <b>Знать:</b> общечеловеческие обязательства по отношению к обществу.<br><b>Уметь:</b> брать на себя нравственные обязательства   |
| ОК-14 Вести здоровый образ жизни, заниматься физической культурой и спортом для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей           | <b>Знать:</b> теоретические основы физической культуры и спорта и здорового образа жизни<br><b>Уметь:</b> корректно применять знания о физической культуре и ЗОЖ в повседневной жизни; обобщать, критически анализировать способы занятий физическими упражнениями  |
| ПК-1.1 Изготавливать съемные пластиночные протезы при частичном отсутствии   | <b>Знать:</b> основные средства и методы физического воспитания.<br><b>Уметь:</b> подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств.<br><b>Иметь практический опыт:</b> владения методами и средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности |
| ПК-1.2 Изготавливать съемные пластиночные протезы при полном отсутствии зубов  | <b>Знать:</b> <b>Знать:</b> основные средства и методы физического воспитания.<br><b>Уметь:</b> подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств.<br><b>Иметь практический опыт:</b> владения методами и средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и                 |



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

|   |   |
|---|---|
|   | профессиональной деятельности   |
| ПК-1.3 Производить починку съёмных пластиночных протезов  | <b>Знать:</b> основные средства и методы физического воспитания.<br><b>Уметь:</b> подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств.<br><b>Иметь практический опыт:</b> владения методами и средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности |
| ПК-1.4 Изготавливать съёмные имедиат-протезы  | <b>Знать:</b> основные средства и методы физического воспитания.<br><b>Уметь:</b> подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств.<br><b>Иметь практический опыт:</b> владения методами и средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности |
| ПК-2.1 Изготавливать пластмассовые коронки и мостовидные протезы                                  | <b>Знать:</b> основные средства и методы физического воспитания.<br><b>Уметь:</b> подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств.<br><b>Иметь практический опыт:</b> владения методами и средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности |
| ПК-2.2 Изготавливать штампованные металлические коронки и штампованно-паянные мостовидные протезы | <b>Знать:</b> основные средства и методы физического воспитания.<br><b>Уметь:</b> подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств.<br><b>Иметь практический опыт:</b> владения методами и средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности |
| ПК-2.3 Изготавливать культевые штифтовые вкладки  | <b>Знать:</b> основные средства и методы физического воспитания.<br><b>Уметь:</b> подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств.<br><b>Иметь практический опыт:</b> владения  |



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

|  |  |
|--|--|
|  | методами и средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности   |
| ПК-2.4 Изготавливать цельнолитые коронки и мостовидные зубные протезы                | <p><b>Знать:</b> основные средства и методы физического воспитания.</p> <p><b>Уметь:</b> подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств.</p> <p><b>Иметь практический опыт:</b> владения методами и средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p> |
| ПК-2.5 Изготавливать цельнолитые коронки и мостовидные зубные протезы с облицовкой   | <p><b>Знать:</b> основные средства и методы физического воспитания.</p> <p><b>Уметь:</b> подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств.</p> <p><b>Иметь практический опыт:</b> владения методами и средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p> |
| ПК-3.1 Изготавливать литые бюгельные зубные протезы с кламмерной системой фиксации   | <p><b>Знать:</b> основные средства и методы физического воспитания.</p> <p><b>Уметь:</b> подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств.</p> <p><b>Иметь практический опыт:</b> владения методами и средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p> |
| ПК-4.1 Изготавливать основные элементы ортодонтических аппаратов                     | <p><b>Знать:</b> основные средства и методы физического воспитания.</p> <p><b>Уметь:</b> подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств.</p> <p><b>Иметь практический опыт:</b> владения методами и средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p> |
| ПК-4.2 Изготавливать основные съемные и несъемные элементы ортодонтических аппаратов | <p><b>Знать:</b> основные средства и методы физического воспитания.</p> <p><b>Уметь:</b> подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств.</p>  |



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

|   |  |
|---|--|
|   | <p>качеств.<br/><b>Иметь практический опыт:</b> владения методами и средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>  |
| ПК-5.1 Изготавливать основные виды челюстно-лицевых аппаратов при дефектах челюстно-лицевой области | <p><b>Знать:</b> основные средства и методы физического воспитания.<br/><b>Уметь:</b> подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств.<br/><b>Иметь практический опыт:</b> владения методами и средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p> |
| ПК-5.2 Изготавливать лечебно-профилактические челюстно-лицевые аппараты (шины)                      | <p><b>Знать:</b> основные средства и методы физического воспитания.<br/><b>Уметь:</b> подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств.<br/><b>Иметь практический опыт:</b> владения методами и средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p> |

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

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

| Вид учебной работы  | Всего часов | Семестры  |           |           |           |           |           |
|---|-------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
|   |             | 1 семестр | 2 семестр | 3 семестр | 4 семестр | 5 семестр | 6 семестр |
| <b>Объем дисциплины в академических часах (максимальная учебная нагрузка обучающихся)</b>       | <b>392</b>  | 72        | 80        | 72        | 76        | 64        | 28        |
| <b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающихся, включая консультации, подготовку и</b> |             |           |           |           |           |           |           |



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

|  |                          |    |    |    |    |    |    |   |
|--|--------------------------|----|----|----|----|----|----|---|
| <b>проведение промежуточной аттестации, в том числе (всего)</b>  |                          |    |    |    |    |    |    |   |
| <b>в том числе:</b>  |                          |    |    |    |    |    |    |   |
| лекции   | <b>2</b>                 | 2  | -  | -  | -  | -  | -  | - |
| лабораторные   |                          |    |    |    |    |    |    |   |
| практические занятия   | <b>194</b>               | 34 | 40 | 36 | 38 | 32 | 14 |   |
| семинарские занятия  | -                        | -  | -  | -  | -  | -  | -  |   |
| <b>Самостоятельная работа обучающихся</b>  | <b>196</b>               | 36 | 40 | 36 | 38 | 32 | 14 |   |
| <b>Форма промежуточной аттестации обучающегося (другие формы контроля / диф. зачет / экзамен), семестр (ы)</b> | Диф. зачет/<br>6 семестр | -  | -  | -  | -  | -  | -  |   |

**4.2. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам, блокам), с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий**

| № | Наименование разделов (блоков, тем дисциплины)                                       | Максимальная учебная нагрузка (час.) | Обязательная аудиторная учебная нагрузка, с учетом активных и интерактивных занятий (час.) |                                   |                      |                                   |                           |                                   |                           |                                    | Самостоятельная работа (час.) |   |
|---|--|--------------------------------------|--|-----------------------------------|----------------------|-----------------------------------|---------------------------|-----------------------------------|---------------------------|------------------------------------|-------------------------------|---|
|   |  |                                      | Тип занятий  |                                   |                      |                                   |                           |                                   |                           |                                    |                               |   |
|   |  |                                      | Лекции, в том числе  | практическая подготовка (из зр.4) | Семинары в том числе | практическая подготовка (из зр.6) | Практические, в том числе | практическая подготовка (из зр.8) | Лабораторные, в том числе | практическая подготовка (из зр.10) |                               |   |
| 1 | 2  | 3                                    | 4  | 5                                 | 6                    | 7                                 | 8                         | 9                                 | 10                        | 11                                 | 13                            |   |
|   | <b>Семестр 1</b>   |                                      |  |                                   |                      |                                   |                           |                                   |                           |                                    |                               |   |
| 1 | Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов | 4                                    | 2  | -                                 | -                    | -                                 | -                         | -                                 | -                         | -                                  | -                             | 2 |
| 2 | Тема 2. Техника безопасности на занятиях по легкой атлетике                          | 4                                    | -  | -                                 | -                    | -                                 | 2                         | -                                 | -                         | -                                  | -                             | 2 |
| 3 | Тема 3. Техника низкого и высокого старта в легкой атлетике                          | 4                                    | -  | -                                 | -                    | -                                 | 2                         | -                                 | -                         | -                                  | -                             | 2 |
| 4 | Тема 4. Техника бега на  | 4                                    | -  | -                                 | -                    | -                                 | 2                         | -                                 | -                         | -                                  | -                             | 2 |





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

|    |  |           |          |   |   |   |           |   |   |   |           |
|----|--|-----------|----------|---|---|---|-----------|---|---|---|-----------|
|    | короткие дистанции   |           |          |   |   |   |           |   |   |   |           |
| 5  | Тема 5. Бег на короткие дистанции на результат   | 4         | -        | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 6  | Тема 6. Техника прыжков в длину с места  | 4         | -        | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 7  | Тема 7. Совершенствование техники прыжков в длину с места  | 4         | -        | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 8  | Тема 8. Техника бега на средние дистанции  | 4         | -        | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 9  | Тема 9. Совершенствование техники бега на средние дистанции  | 4         | -        | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 10 | Тема 10. Техника метания малого мяча   | 4         | -        | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 11 | Тема 11. Техника выполнения хлесткому движению малого мяча   | 4         | -        | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 12 | Тема 12. Спортивная игра баскетбол. Техника держания мяча в баскетболе   | 4         | -        | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 13 | Тема 13. Техника держания мяча в баскетболе  | 4         | -        | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 14 | Тема 14. Техника передач одной рукой на месте и в движении в баскетболе  | 4         | -        | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 15 | Тема 15. Техника ведения мяча в баскетболе   | 4         | -        | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 16 | Тема 16. Техника передвижений баскетболиста  | 4         | -        | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 17 | Тема 17. Техника ведения мяча в баскетболе   | 4         | -        | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 18 | Тема 18. Ведение мяча на месте и в движении<br><b>Формы контроля:<br/>тестирование физической<br/>подготовленности</b> | 4         | -        | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
|    | <b>Итого за 1 семестр</b>  | <b>72</b> | <b>2</b> | - | - | - | <b>34</b> | - | - | - | <b>36</b> |
|    | <b>Семестр 2</b>   |           |          |   |   |   |           |   |   |   |           |
| 19 | Тема 19. Стойки и перемещения волейболиста   | 4         | -        | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 20 | Тема 20. Упражнения на технику владения мячом в волейболе  | 4         | -        | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 21 | Тема 21. Техника верхней   | 4         | -        | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |



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

|    |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
|    | передачи мяча на месте  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 22 | Тема 22. Техника нижней передачи мяча на месте                                  | 4 | - | - | - | - | 2 | - | - | - | 2 |
| 23 | Тема 23. Техника верхней передачи мяча в движении                               | 4 | - | - | - | - | 2 | - | - | - | 2 |
| 24 | Тема 24. Техника нижней передача мяча в движении                                | 4 | - | - | - | - | 2 | - | - | - | 2 |
| 25 | Тема 25. Техника верхней прямой подачи  | 4 | - | - | - | - | 2 | - | - | - | 2 |
| 26 | Тема 26. Техника нижней прямой подачи   | 4 | - | - | - | - | 2 | - | - | - | 2 |
| 27 | Тема 27. Техника боковой нижней подачи  | 4 | - | - | - | - | 2 | - | - | - | 2 |
| 28 | Тема 28. Техника боковой верхней подачи   | 4 | - | - | - | - | 2 | - | - | - | 2 |
| 29 | Тема 29. Техника подачи в прыжке  | 4 | - | - | - | - | 2 | - | - | - | 2 |
| 30 | Тема 30. Подвижные игры с элементами легкой атлетики                            | 4 | - | - | - | - | 2 | - | - | - | 2 |
| 31 | Тема 31. Техника выполнения высокого старта                                     | 4 | - | - | - | - | 2 | - | - | - | 2 |
| 32 | Тема 32. Техника выполнения низкого старта                                      | 4 | - | - | - | - | 2 | - | - | - | 2 |
| 33 | Тема 33. Техника отталкивания в прыжках в длину с разбега «согнув ноги»         | 4 | - | - | - | - | 2 | - | - | - | 2 |
| 34 | Тема 34. Техника приземления в прыжках в длину с разбега «согнув ноги»          | 4 | - | - | - | - | 2 | - | - | - | 2 |
| 35 | Тема 35. Совершенствование прыжков в длину с разбега способом «согнув ноги»     | 4 | - | - | - | - | 2 | - | - | - | 2 |
| 36 | Тема 36. Техника бега на длинные дистанции                                      | 4 | - | - | - | - | 2 | - | - | - | 2 |
| 37 | Тема 37. Совершенствование бега на длинные дистанции                            | 4 | - | - | - | - | 2 | - | - | - | 2 |
| 38 | Тема 38. Техника челночного бега <b>Формы контроля: тестирование физической</b> | 4 | - | - | - | - | 2 | - | - | - | 2 |



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

|    |  |           |   |   |   |   |           |   |   |   |           |
|----|--|-----------|---|---|---|---|-----------|---|---|---|-----------|
|    | <b>подготовленности</b>  |           |   |   |   |   |           |   |   |   |           |
|    | <b>Итого за 2 семестр</b>  | <b>80</b> | - | - | - | - | <b>40</b> | - | - | - | <b>40</b> |
|    | <b>Семестр 3</b>   |           |   |   |   |   |           |   |   |   |           |
| 39 | Тема 39.<br>Совершенствование<br>техники бега  | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 40 | Тема 40. Комплекс<br>упражнений для развития<br>мышц ног                             | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 41 | Тема 41. Техника бега с<br>ускорением  | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 42 | Тема 42. Техника метания<br>набивного мяча из-за<br>головы                           | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 43 | Тема 43.<br>Совершенствование<br>техники набивного мяча из-<br>за головы             | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 44 | Тема 44. Комплекс<br>упражнений на развитие<br>выносливости                          | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 45 | Тема 45. Упражнения на<br>развитие скоростных<br>качеств                             | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 46 | Тема 46. Техника метания<br>мяча на дальность полета                                 | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 47 | Тема 47. Кроссовая<br>подготовка   | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 48 | Тема 48. Техника передачи<br>в движении после<br>двухтактного шага в<br>баскетболе   | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 49 | Тема 49. Техника финтов<br>(обманных движений) в<br>баскетболе                       | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 50 | Тема 50.<br>Совершенствование<br>техники передачи мяча<br>после ведения в баскетболе | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 51 | Тема 51. Передача в<br>движении после<br>двухтактного шага в<br>баскетболе           | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 52 | Тема 52. Обучение технике<br>индивидуальным действиям<br>в защите в баскетболе       | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 53 | Тема 53.   | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |



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

|    |   |           |   |   |   |   |           |   |   |   |           |
|----|---|-----------|---|---|---|---|-----------|---|---|---|-----------|
|    | Совершенствование техники индивидуальным действиям в защите в баскетболе  |           |   |   |   |   |           |   |   |   |           |
| 54 | Тема 54. Обучение технике индивидуальных действий в нападении в баскетболе  | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 55 | Тема 55. Совершенствование техники индивидуальных действий в нападении в баскетболе   | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 56 | Тема 56. Обучение тактическим действиям в нападении в баскетболе<br><b>Формы контроля: тестирование физической подготовленности</b> | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
|    | <b>Итого за 3 семестр</b>   | <b>72</b> | - | - | - | - | <b>36</b> | - | - | - | <b>36</b> |
|    | <b>Семестр 4</b>  |           |   |   |   |   |           |   |   |   |           |
| 57 | Тема 57. Техника нападающего удара в волейболе  | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 58 | Тема 58. Совершенствование техники нападающего удара в волейболе  | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 59 | Тема 59. Техника передачи мяча над собой и за голову в волейболе.   | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 60 | Тема 60. Совершенствование техники и методика обучения передаче мяча над собой и за голову в волейболе                              | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 61 | Тема 61. Совершенствование техники верхней передачи мяча в волейболе  | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 62 | Тема 62. Совершенствование техники нижнего приема мяча в волейболе  | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 63 | Тема 63. Техника обучения приему мяча с подачи в волейболе  | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 64 | Тема 64. Техника обучения   | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |



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

|    |   |           |   |   |   |   |           |   |   |   |           |
|----|---|-----------|---|---|---|---|-----------|---|---|---|-----------|
|    | приему мяча с подачи в волейболе  |           |   |   |   |   |           |   |   |   |           |
| 65 | Тема 65. Совершенствование техники приема мяча с подачи в волейболе   | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 66 | Тема 66. Техника одиночного блокирования в волейболе  | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 67 | Тема 67. Совершенствование техники одиночного блокирования в волейболе.   | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 68 | Тема 68. Обучение групповому блокированию в волейболе   | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 69 | Тема 69. Техника стартового разгона   | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 70 | Тема 70. Упражнения на развитие координационных способностей  | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 71 | Тема 71. Упражнения на развитие силовых способностей  | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 72 | Тема 72. Упражнения на развитие скоростно-силовых способностей  | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 73 | Тема 73. Техника бега по пересеченной местности   | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 74 | Тема 74. Техника тройного прыжка с места  | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 75 | Тема 75. Совершенствование техники тройного прыжка с места<br><b>Формы контроля: тестирование физической подготовленности</b> | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
|    | <b>Итого за 4 семестр</b>   | <b>76</b> | - | - | - | - | <b>38</b> | - | - | - | <b>38</b> |
|    | <b>Семестр 5</b>  |           |   |   |   |   |           |   |   |   |           |
| 76 | Тема 76. Техника двоеборья в легкой атлетике  | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 77 | Тема 77. Техника бега по пересеченной местности в легкой атлетике   | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 78 | Тема 78. Упражнения для развития скоростной выносливости в легкой   | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |



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

|    |   |           |   |   |   |   |           |   |   |   |           |
|----|---|-----------|---|---|---|---|-----------|---|---|---|-----------|
|    | атлетике  |           |   |   |   |   |           |   |   |   |           |
| 79 | Тема 79. Упражнения для развития быстроты реакции, быстроты движений и скорости бега                              | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 80 | Тема 80. Техника интервального бега в легкой атлетике   | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 81 | Тема 81. Техника дополнительных средств специальной подготовки в легкой атлетике                                  | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 82 | Тема 82. Упражнения на развитие силы мышц нижних конечностей и специальной выносливости в легкой атлетике         | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 83 | Тема 83. Упражнения на развитие скоростно-силовых качеств, прыгучести в легкой атлетике                           | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 84 | Тема 84. Развитие скоростно-силовых качеств в легкой атлетике   | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 85 | Тема 85. Упражнения для совершенствования техники бега в легкой атлетике  | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 86 | Тема 86. Классификация техники игры в футбол  | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 87 | Тема 87. Техника полевого игрока в футболе  | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 88 | Тема 88. Техника вратаря  | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 89 | Тема 89. Функции игроков в футбол   | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 90 | Тема 90. Индивидуальная тактика нападения в футболе   | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
| 91 | Тема 91. Групповая тактика нападения в футболе<br><b>Формы контроля: тестирование физической подготовленности</b> | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |
|    | <b>Итого за 5 семестр</b>   | <b>64</b> | - | - | - | - | <b>32</b> | - | - | - | <b>32</b> |
|    | <b>Семестр 6</b>  |           |   |   |   |   |           |   |   |   |           |
| 92 | Тема 92. Бадминтон. Обучение хватки ракетки   | 4         | - | - | - | - | 2         | - | - | - | 2         |



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

|    |   |            |          |   |   |   |            |   |   |   |            |
|----|---|------------|----------|---|---|---|------------|---|---|---|------------|
| 93 | Тема 93. Техника подачи открытой стороной ракетки в бадминтоне  | 4          | -        | - | - | - | 2          | - | - | - | 2          |
| 94 | Тема 94. Техника передвижений в бадминтоне  | 4          | -        | - | - | - | 2          | - | - | - | 2          |
| 95 | Тема 95. Техника стоек в бадминтоне   | 4          | -        | - | - | - | 2          | - | - | - | 2          |
| 96 | Тема 96. Техника высоко-далеких ударов: открытой и закрытой стороной ракетки  | 4          | -        | - | - | - | 2          | - | - | - | 2          |
| 97 | Тема 97. Атакующие удары: плоский, смеш, «стрелой»  | 4          | -        | - | - | - | 2          | - | - | - | 2          |
| 98 | Тема 98. Техника защиты: прием смеша <b>Формы контроля: тестирование физической подготовленности Дифференцированный зачет</b> | 4          | -        | - | - | - | 2          | - | - | - | 2          |
|    | <b>Итого за 6 семестр</b>   | <b>28</b>  | -        | - | - | - | <b>14</b>  | - | - | - | <b>14</b>  |
|    | <b>Итого</b>  | <b>392</b> | <b>2</b> | - | - | - | <b>194</b> | - | - | - | <b>196</b> |

#### 4.3. Содержание дисциплины по темам

| Название темы (раздела, блока)   | Содержание  |
|--|---|
| Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов | Физическая культура – часть общечеловеческой культуры. Спорт – явление культурной жизни. Компоненты физической культуры. Физическая культура в структуре профессионального образования. Физическая культура студента. Физическая культура и спорт как средства сохранения и укрепления здоровья студентов, их физического и спортивного совершенствования. Профессиональная направленность физического воспитания. Организационно-правовые основы физической культуры и спорта. Физическая культура и спорт в высшем учебном заведении. Ценностные ориентации и отношение студентов к физической культуре |
| Тема 2. Техника безопасности на занятиях по легкой атлетике                          | ОФП: приседания на двух ногах, отжимания в упоре лежа. Бег в медленном темпе до 12 минут. Эстафеты с предметами и без предметов   |
| Тема 3. Техника низкого и высокого старта в легкой атлетике                          | Специальные беговые упражнения. ОРУ. Стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование. Бег 60 м. Чередование ходьбы и бега. Подвижные игры. Обучение технике выполнения низкого старта. Комплекс беговых упражнений на   |



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

|   |   |
|---|---|
|   | развитие скоростных способностей. Подвижные игры с элементами бега  |
| Тема 4. Техника бега на короткие дистанции                              | Бег в среднем темпе. ОРУ. СБУ. Упражнения на растягивание. Акробатические упражнения. Челночный бег 6×10. Бег 60, 100 м. Игры и эстафеты на развитие выносливости   |
| Тема 5. Бег на короткие дистанции на результат                          | Бег в среднем темпе. ОРУ. СБУ. Бег на короткие дистанции 60 м, 100 м на результат. Подвижные игры   |
| Тема 6. Техника прыжков в длину с места                                 | Кроссовый бег – 20 мин. Прыжки в длину с места. Упражнения на растягивание. Игра в настольный теннис  |
| Тема 7. Совершенствование техники прыжков в длину с места               | ОФП: приседания на двух ногах, отжимания в упоре лежа. Выполнение прыжков в длину с места. Игра в настольный теннис   |
| Тема 8. Техника бега на средние дистанции                               | Бег в среднем темпе. ОРУ. СБУ. Бег на средние дистанции – 500 м (дев.), 1000 м (юн.). Игра в бадминтон  |
| Тема 9. Совершенствование техники бега на средние дистанции             | Тест Куппера – бег за 12 мин (м). Приседание на двух ногах за 1 минуту. Легкоатлетические эстафеты.   |
| Тема 10. Техника метания малого мяча                                    | Техника выхода в положение «натянутого лука» в финальном усилии. Метание малого мяча с одного шага, стоя боком в направлении метания. Подвижные игры с элементами легкой атлетики   |
| Тема 11. Техника выполнения хлесткому движению малого мяча              | Техника выполнения хлесткому движению метаемой руки в финальном усилии. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (1×1 м) с расстояния 6-8 м. Легкоатлетические эстафеты   |
| Тема 12. Спортивная игра баскетбол. Техника держания мяча в баскетболе  | Правила игры. Предупреждение травматизма. ОРУ. Медленный бег. Силовая круговая тренировка. Обучение технике стоек и перемещений баскетболиста в нападении и защите. Учебная игра в баскетбол  |
| Тема 13. Техника держания мяча в баскетболе                             | Специальная подготовка баскетболиста. Обучение ловле и передаче мяча двумя руками и передаче мяча с отскоком от пола. Учебная игра в баскетбол  |
| Тема 14. Техника передач одной рукой на месте и в движении в баскетболе | Бег в равномерном темпе 10-20 мин., бег с ускорением. Обучение передач одной рукой на месте и в движении. Учебная игра в баскетбол  |
| Тема 15. Техника ведения мяча в баскетболе                              | Развитие силовых способностей (подтягивание на перекладине; разновысокие подтягивания; висы; сгибание и разгибание рук, в упоре лежа; подъем туловища в сед, из положения лежа). Техника ведения мяча на месте и в движении. Техника передачи мяча на месте и в движении. Обучение технике ведения мяча. Учебная игра в баскетбол |
| Тема 16. Техника передвижений баскетболиста                             | Передвижения (стойка, ходьба, бег, прыжки, остановки, повороты). Подвижные игры с элементами спортивных игр. Учебная игра в баскетбол   |





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

|   |  |
|---|--|
| Тема 17. Техника ведения мяча в баскетболе                | Передача мяча на месте и в движении, обводка предметов. Игры и эстафеты с мячом  |
| Тема 18. Ведение мяча на месте и в движении               | Закрепление техники ведения мяча на месте и в движении, обводка предметов. Учебная игра в баскетбол  |
|   | <b>Итого за 1 семестр: 36</b>  |
|   | <b>2 семестр</b>   |
| Тема 19. Стойки и перемещения волейболиста                | Техника безопасности на занятиях по волейболу. Классификация техники игры в волейболе. Техническая подготовка волейболистов. Развитие основных качеств волейболистов. Правила игры в последней редакции. Учебная игра в волейбол   |
| Тема 20. Упражнения на технику владения мячом в волейболе | Упражнения на технику владения мячом. Стойки и перемещения волейболиста. Верхняя и нижняя передача мяча в парах. Учебная игра в волейбол   |
| Тема 21. Техника верхней передачи мяча на месте           | Упражнения на технику владения мячом. Стойки и перемещения волейболиста. Учебная игра в волейбол   |
| Тема 22. Техника нижней передачи мяча на месте            | Упражнения на технику владения мячом. Круговая тренировка с волейбольными мячами. Учебная игра в волейбол  |
| Тема 23. Техника верхней передачи мяча в движении         | Передача мяча сверху двумя руками на месте и с перемещением. Многократная передача мяча (верхняя, нижняя, комбинированная). Учебная игра в волейбол  |
| Тема 24. Техника нижней передача мяча в движении          | Комплекс упражнений для начального разучивания техники нижней передачи мяча в движении. Упражнения на реакцию, координацию и ловкость. Учебная игра в волейбол   |
| Тема 25. Техника верхней прямой подачи                    | Волейбол – передача в цель (кол.) d – 1 м. Верхняя прямая подача. Учебная игра в волейбол  |
| Тема 26. Техника нижней прямой подачи                     | Техника нижней прямой подачи (выполнение 10 из 10 в 6 зону). Учебная игра в волейбол   |
| Тема 27. Техника боковой нижней подачи                    | Изучение техники боковой нижней подачи. Упражнения по технике передачи мяча сверху двумя руками на месте и с перемещением. Учебная игра в волейбол   |
| Тема 28. Техника боковой верхней подачи                   | Изучение техники боковой верхней подачи. Верхняя и нижняя передача мяча на месте и в движении. Верхняя, нижняя прямая подача. Учебная игра в волейбол  |
| Тема 29. Техника подачи в прыжке                          | Изучение техники подачи в прыжке. Поддачи мяча: нижняя прямая, верхняя прямая, верхняя боковая. Волейбол – подача мяча (количество успешных попыток из 10). Правила соревнований. Учебная игра в волейбол  |
| Тема 30. Подвижные игры с элементами легкой атлетики      | Низкий и высокий старт по командам, стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование. Поднимание ног до угла 90 <sup>0</sup> из положения лежа на спине, руки вдоль туловища. Изучение правил подвижных игр с элементами легкой атлетики. Игры и эстафеты на развитие выносливости    |
| Тема 31. Техника выполнения высокого старта               | Низкий и высокий старт по командам, стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование. Изучение техники высокого старта. Двоеборье: юноши – поднимание туловища из положения лежа руки за головой + сгибание и разгибание рук в упоре лежа (30сек+30сек) девушки - поднимание туловища |



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

|   |  |
|---|--|
|   | приседание (30сек+30сек)   |
| Тема 32. Техника выполнения низкого старта                                  | Стартовый разгон и бег по дистанции. Изучение техники низкого старта. Упражнения для развития статической и динамической силы. Развитие взрывной силы и силовой выносливости   |
| Тема 33. Техника отталкивания в прыжках в длину с разбега «согнув ноги»     | Техника целостного прыжка в длину с разбега. Прыжки через скакалку. Отталкивание в прыжках в длину с разбега способом «согнув ноги». Игра в настольный теннис  |
| Тема 34. Техника приземления в прыжках в длину с разбега «согнув ноги»      | Бег на короткие дистанции 60 м, 100 м. Комплекс упражнений для развития координационных способностей. Изучение техники прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги». Совершенствование техники прыжка в длину с разбега. Игра в бадминтон |
| Тема 35. Совершенствование прыжков в длину с разбега способом «согнув ноги» | Техника отталкивания с места и небольшого разбега, а также правильное выполнение маховых движений ногой и руками при отталкивании способом «согнув ноги». Игра в настольный теннис   |
| Тема 36. Техника бега на длинные дистанции                                  | Бег в среднем темпе. ОРУ. СБУ. Бег на длинные дистанции – 2000 м (дев.), 3000 м (юн.)  |
| Тема 37. Совершенствование бега на длинные дистанции                        | Упражнения на технику бега на длинные дистанции. Техника дыхания. Тест Куппера – бег за 12 мин (м). Приседание на двух ногах за 1 минуту. Игра в настольный теннис   |
| Тема 38. Техника челночного бега  | Медленный бег. ОРУ. Техника бега на короткие дистанции. Челночный бег 3x10 м. Игра в бадминтон   |
|   | <b>Итого за 2 семестр: 40</b>  |
|   | <b>3 семестр</b>   |
| Тема 39. Совершенствование техники бега                                     | Двоеборье: Юноши – поднимание туловища из положения лежа, руки за головой + сгибание и разгибание рук в упоре лежа (30сек+30сек), девушки – поднимание туловища + приседание (30сек+30сек). Игра в бадминтон                                 |
| Тема 40. Комплекс упражнений для развития мышц ног                          | Разучивание комплекса упражнений для мышц ног. Упражнения для ног. Техника челночного бега 6x9 м, 9x9 м. Приседания с набивными мячами. Игра в бадминтон   |
| Тема 41. Техника бега с ускорением  | Бег на средние дистанции. Упражнения на технику бега с ускорением. Игры и эстафеты на развитие выносливости. Игра в бадминтон.   |
| Тема 42. Техника метания набивного мяча из-за головы                        | Техника метания набивного мяча (1кг) из-за головы, из положения сидя ноги врозь. Игра в бадминтон  |
| Тема 43. Совершенствование техники набивного мяча из-за головы              | Бег на средние дистанции. Выполнение упражнений на совершенствование техники набивного мяча из-за головы. Игры и эстафеты на развитие выносливости. Игра в настольный теннис   |
| Тема 44. Комплекс упражнений на развитие выносливости                       | Бег на средние дистанции – 500 м (дев.), 1000 м (юн.). Игра в настольный теннис  |



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

|   |   |
|---|---|
| Тема 45. Упражнения на развитие скоростных качеств                                  | Техника бега по прямой. Бег в среднем темпе. Бег на дистанции 60,100 м. Сдача контрольных нормативов. Игра в настольный теннис  |
| Тема 46. Техника метания мяча на дальность полета                                   | Метание мяча на дальность. Броски набивного мяча на дальность. Смешанное передвижение бег 500 м. Метание мяча на дальность с 5-6 беговых шагов. ОРУ. Развитие скоростно-силовых качеств. Игра в настольный теннис |
| Тема 47. Кроссовая подготовка   | Бег 2000 м. (мин/сек) /жен./. Бег 3000 м. (мин/сек) /муж./<br>Подвижные игры с элементами легкой атлетики   |
| Тема 48. Техника передачи в движении после двухтактного шага в баскетболе           | Ведение мяча: с низким и высоким отскоком; обводка с изменением направления, скорости. Передачи мяча в движении «на перспективу». Двусторонняя игра в баскетбол   |
| Тема 49. Техника финтов (обманных движений) в баскетболе                            | Штрафные броски. Броски в кольцо из-под щита за 30 с. Изучение обманных движений. Двусторонняя игра в баскетбол   |
| Тема 50. Совершенствование техники передачи мяча после ведения в баскетболе         | Упражнения на развитие координации и ловкости. Жонглирование мячами. Круговая тренировка. Двусторонняя игра в баскетбол   |
| Тема 51. Передача в движении после двухтактного шага в баскетболе                   | Техника передвижения (стойка, ходьба, бег, прыжки, остановки, повороты). Упражнения по изучению техники передачи мяча в двухтактном шаге. Двусторонняя игра в баскетбол   |
| Тема 52. Обучение технике индивидуальным действиям в защите в баскетболе            | Упражнения по технике индивидуальных действий в защите. Ловля мяча после полуотскока: высоко летящего мяча, катящегося мяча, стоя на месте, катящегося мяча в движении. Двусторонняя игра в баскетбол             |
| Тема 53. Совершенствование техники индивидуальным действиям в защите в баскетболе   | Общеразвивающие и подготовительные упражнения баскетболиста. Действия игроков в защите: противодействие нападению. Двусторонняя игра в баскетбол  |
| Тема 54. Обучение технике индивидуальных действий в нападении в баскетболе          | Упражнения по технике индивидуальных действий в нападении. Ведение мяча: правой и левой рукой поочередно в движении, перевод мяча с правой руки на левую и обратно, стоя на месте. Двусторонняя игра в баскетбол  |
| Тема 55. Совершенствование техники индивидуальных действий в нападении в баскетболе | Ведение мяча: с изменением направления и скорости, с изменением высоты отскока, правой и левой рукой поочередно на месте. Действия игроков в защите: противодействие нападению. Двусторонняя игра в баскетбол     |
| Тема 56. Обучение тактическим действиям в нападении в баскетболе                    | Медленный бег. ОРУ. Баскетбол – передачи мяча тремя способами с ведением по площадке 20 м. Двусторонняя игра в баскетбол  |
|   | <b>Итого за 3 семестр: 36</b>   |
|   | <b>4 семестр</b>  |
| Тема 57. Техника  | ОРУ упражнения волейболиста. Нападающий удар по мячу,   |



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

|   |  |
|---|--|
| нападающего удара в волейболе   | подброшенному партнерами (без сетки и через сетку), с передачи партнера. Двусторонняя игра в волейбол  |
| Тема 58.<br>Совершенствование техники нападающего удара в волейболе                                       | ОРУ упражнения волейболиста. Выполнение нападающего удара под сеткой в команде. Прямой нападающий удар. Прямой нападающий удар с переводом. Боковой нападающий удар. Поддача мяча с низкой и высокой траекторией. Учебная игра в волейбол 2 на 2. Двусторонняя игра в волейбол |
| Тема 59. Техника передачи мяча над собой и за голову в волейболе.   | Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Нападающий удар при встречных передачах. Двусторонняя игра в волейбол  |
| Тема 60.<br>Совершенствование техники и методика обучения передаче мяча над собой и за голову в волейболе | Общеразвивающие и подготовительные упражнения волейболиста. Стойки и перемещения волейболиста. Передача мяча сверху двумя руками на месте и с перемещением. Многократная передача мяча. Двусторонняя игра в волейбол   |
| Тема 61.<br>Совершенствование техники верхней передачи мяча в волейболе                                   | Передача мяча над головой в парах и над головой. Передача мяча сверху двумя руками на месте и с перемещением. Поддачи мяча: нижняя прямая, верхняя прямая, верхняя боковая. Двусторонняя игра в волейбол   |
| Тема 62.<br>Совершенствование техники нижнего приема мяча в волейболе                                     | Жонглирование малыми мячами. Работа с мячами от стены. Прием мяча снизу в парах. Двусторонняя игра в волейбол  |
| Тема 63. Техника обучения приему мяча с подачи в волейболе  | Прием мяча через сетку. Многократная передача мяча. Упражнения для обучения приему мяча снизу. Двусторонняя игра в волейбол  |
| Тема 64. Техника обучения приему мяча с подачи в волейболе  | Приём мяча снизу одной рукой с последующим падением. Приём мяча сверху двумя руками с последующим падением на спину. Разбор ошибок при приеме мяча снизу после приема. Многократная передача мяча. Двусторонняя игра в волейбол  |
| Тема 65.<br>Совершенствование техники приема мяча с подачи в волейболе                                    | Техника приема мяча. Приём мяча сверху двумя руками с последующим падением на спину. Передача мяча через сетку в парах. Передача мяча в цель. Двусторонняя игра в волейбол   |
| Тема 66. Техника одиночного блокирования в волейболе  | Прыжки с места, с имитацией блокирования, с доставанием предметов, отметок на стене, на баскетбольном щите. Техника постановки одиночного блока без перемещения и с перемещением. Поддачи мяча: нижняя прямая, верхняя прямая, верхняя боковая. Двусторонняя игра в волейбол   |
| Тема 67.<br>Совершенствование техники одиночного блокирования в волейболе.                                | Прыжки вверх с двойными касаниями ладонями баскетбольного щита. Прыжки с продвижением вдоль сетки. Подводящие упражнения. Блокирование. Двусторонняя игра в волейбол   |
| Тема 68. Обучение групповому блокированию в волейболе   | Техника двойного и тройного блока. Техника основного и вспомогательного блокирующих игроков. Техника приема мяча от блока. Страховка игрока. Прямой атакующий удар. Двусторонняя игра в волейбол   |



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

|  |  |
|--|--|
| Тема 69. Техника стартового разгона  | Бег на средние дистанции – 500 м (дев.), 1000 м (юн.). Бег на средние дистанции 300-500 м. Повторный бег 2x60 м. Кроссовый бег 1000 м. Игра в настольный теннис  |
| Тема 70. Упражнения на развитие координационных способностей                         | Челночный бег 6x9 м. Прыжки в длину с места. Ходьба и бег в течение 7-8 мин. Упражнения с мячом. Кросс в умеренном темпе в сочетании с ходьбой. Игра в настольный теннис   |
| Тема 71. Упражнения на развитие силовых способностей                                 | Медленный бег. ОРУ. Бег на короткие дистанции. Прыжки в длину с места. Бег на средние дистанции 400-500 м. Упражнения силового характера. Игра в настольный теннис   |
| Тема 72. Упражнения на развитие скоростно-силовых способностей                       | Бег в медленном темпе до 800 м. Челночный бег 3 x 10 м и 6 x 10 м. Бег в медленном темпе (2-2,5 мин). Игра в настольный теннис   |
| Тема 73. Техника бега по пересеченной местности                                      | Кроссовый бег, бег по пересеченной местности. Эстафетный бег. Игра в настольный теннис   |
| Тема 74. Техника тройного прыжка с места   | Равномерный бег 1000-1200 м. Выполнение прыжков в длину с места. Прыжки толчком двумя ногами со взмахом рук с последующим приземлением и отталкиванием попеременно левой и правой ногой. Техника приземления одновременно на обе ноги. Игра в настольный теннис                                      |
| Тема 75. Совершенствование техники тройного прыжка с места                           | Выполнение тройного прыжка в длину с места. Челночный бег 10x9 м. Приседания на двух ногах за 1 мин. Кросс в сочетании с ходьбой до 800-1000 м. Игра в настольный теннис   |
|  | <b>Итого за 4 семестр: 38</b>  |
|  | <b>5 семестр</b>   |
| Тема 76. Техника двоеборья в легкой атлетике   | Двоеборье: Юноши – поднимание туловища из положения лежа, руки за головой + сгибание и разгибание рук в упоре лежа (30сек+30сек), девушки – поднимание туловища + приседание (30сек+30сек)   |
| Тема 77. Техника бега по пересеченной местности в легкой атлетике                    | ОРУ легкоатлета. Длительный бег в равномерном темпе по пересеченной местности, бег в умеренном темпе на 400- 800 м по стадиону. Игра в настольный теннис   |
| Тема 78. Упражнения для развития скоростной выносливости в легкой атлетике           | Бег на 400-800 м в умеренном темпе с 2-4 ускорениями по 30-100 м. Бег с околопредельной скоростью на 100-300 м, повторное пробегание 100 м с максимальной скоростью, повторное пробегание 30-60 м с максимальной скоростью, повторное пробегание всей дистанции 100, 400 м. Игра в настольный теннис |
| Тема 79. Упражнения для развития быстроты реакции, быстроты движений и скорости бега | Прыжки вверх из полуприседа с доставанием предметов, бег на месте с опорой руками о барьер с правильным дыханием, бег с горы с максимальной скоростью, пробегание с низкого старта с ходу 30 и 60 м на время, бег с низкого старта 30, 60 м. Игра в настольный теннис                                |
| Тема 80. Техника интервального бега в легкой атлетике                                | Интервальный бег (пробегание 200-400 м с интервалом отдыха 6-9-мин), переменный бег (длина беговых отрезков 100-800 м с интервалом бега трусцой 100-400 м), повторный бег на длительных отрезках дистанции, интервальный бег (темповый   |



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

|   |   |
|---|---|
|   | бег), интервальный спринт. Игра в настольный теннис   |
| Тема 81. Техника дополнительных средств специальной подготовки в легкой атлетике                          | Бег по пересеченной местности, тихий бег, бег в гору, бег по мягкому грунту, беговые и прыжковые упражнения, ускорения и ритмовые пробежки. Игра в бадминтон  |
| Тема 82. Упражнения на развитие силы мышц нижних конечностей и специальной выносливости в легкой атлетике | Упражнения со штангой: приседание и вставание, полуприсед и быстрое вставание и подъем на носки, выпрыгивание из полуприседа, ходьба широким выпадом, подскоки на носках за счет работы одной стопы, упругий бег на передней части стопы со штангой на плечах. Игра в бадминтон   |
| Тема 83. Упражнения на развитие скоростно-силовых качеств, прыгучести в легкой атлетике                   | Прыжковые упражнения, прыжки с ноги на ногу, на двух ногах, скачки на левой и правой ноге. Игра в бадминтон   |
| Тема 84. Развитие скоростно-силовых качеств в легкой атлетике   | Бег в медленном темпе до 12 минут. Упражнения с преодолением внешних сопротивлений: максимально быстрые движения, упражнения с партнером либо манжетами, поясами, гантелями, штангой. Упражнения с использованием сопротивлений внешней среды: бег и прыжки в гору вверх и вниз, по различному грунту, против ветра и по ветру. Игра в бадминтон  |
| Тема 85. Упражнения для совершенствования техники бега в легкой атлетике                                  | Бег с прямыми коленями, отталкиваясь стопой. Бег на месте и с продвижением вперед. Бег на месте и с продвижением вперед с захлестыванием голени. Бег прыжками с ноги на ногу, смена ног прыжками в положении стоя в шаге, бег на месте и с продвижением вперед с подниманием бедра и голени маховой ноги, бег и в гору, и с горы, пробегание отрезков 30-40 м с ускорением, бег по прямой на 60-80 м с изменением темпа, бег по повороту, то же с выходом и со входом в поворот. Игра в бадминтон |
| Тема 86. Классификация техники игры в футбол  | Техника безопасности игры в футбол. ОРУ футболиста. Техника передвижения игрока. Правила игры в последней редакции. Организация и проведение соревнований в футболе. Ловля катящегося мяча. Ловля мяча, летящего навстречу. Ловля мяча сверху в прыжке. Отбивание мяча кулаком в прыжке. Ловля мяча в падении (без фазы полёта). Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий в футболе  |
| Тема 87. Техника полевого игрока в футболе  | Бег с ускорением до 60 м. Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом. Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча, обманные движения, отбор мяча, вбрасывание мяча. Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий   |
| Тема 88. Техника вратаря  | Бег с ускорением до 100 м. Бег до 12 минут. Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам. Ловля мяча, отбивание мяча, перевод мяча, броски мяча. Удары по воротам различными способами точность попадания  |



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

|  |  |
|--|--|
|  | мячом в цель. Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь. Учебная игра в футбол  |
| Тема 89. Функции игроков в футбол  | Медленный бег до 6 минут со сменой направления и темпом. Выбивание мяча ударом ногой. Игроки линии защиты, игроки средней линии, игроки линии нападения. Учебная игра в футбол   |
| Тема 90. Индивидуальная тактика нападения в футболе                          | Бег в медленном темпе до 10 минут. Строевые и порядковые упражнения, быстрая ходьба, легкий бег, прыжки на месте и в продвижении, упражнения на быстроту и точность реакции, на внимание. Учебная игра в футбол  |
| Тема 91. Групповая тактика нападения в футболе                               | Бег до 2000 м с изменением темпа движения. Упражнения на совершенствование ориентировки во времени и пространстве, координации движений, силы, быстроты, устойчивости. Тактика свободного нападения. Двусторонняя учебная игра в футбол  |
|  | <b>Итого за 5 семестр: 32</b>  |
|  | <b>6 семестр</b>   |
| Тема 92. Бадминтон. Обучение хватки ракетки                                  | Техника безопасности на занятиях бадминтоном. Ознакомление с правилами игры и методикой судейства по бадминтону. Виды соревнований. Права и обязанности судей, участников. Основные стойки и перемещения в бадминтоне. Обучение хватке ракетки: европейская хватка, азиатская хватка. Учебная игра в бадминтон                                       |
| Тема 93. Техника подачи открытой стороной ракетки в бадминтоне               | Набивание (жонглирование) волана, количество раз. Техника держания (хватки) ракетки: универсальная, для удара открытой и закрытой стороной ракетки. Поддачи: открытой и закрытой стороной ракетки; высоко-далекая, высокая, атакующая, плоская, короткая. Учебная игра в бадминтон   |
| Тема 94. Техника передвижений в бадминтоне                                   | Стойки в бадминтоне: при подаче, при приеме, игровые; правосторонние, левосторонние; высокие, средние, низкие; атакующие, защитные, универсальные. Техника способов хватки ракетки, подач, ударов по волану, техники передвижения по площадке, технико-тактических действий в бадминтоне. Учебная игра в бадминтон                                   |
| Тема 95. Техника стоек в бадминтоне  | Техника стоек при подаче, приеме волана; передвижениям по зонам площадки; плоской, короткой подач, открытой и закрытой стороной ракетки; нападающему, блокирующему, плоскому ударам; приемам короткого удара справа, слева, с отбросом на заднюю линию, подставка открытой и закрытой стороной ракетки у сетки. Учебная игра в бадминтон             |
| Тема 96. Техника высоко-далеких ударов: открытой и закрытой стороной ракетки | Комплексы общеразвивающих упражнений на развитие основных физических качеств. Удары: фронтальные, нефронтальные; открытой и закрытой стороной ракетки; сверху, сбоку, снизу; высоко-далекий; высокий атакующий; атакующий («смеш», «полусмеш»); плоский; укороченный; сброс на сетке; подставка; подкрутка, в «противоход». Учебная игра в бадминтон |
| Тема 97. Атакующие   | Передвижения: вперед, назад, в сторону; простой, переменный,   |



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

|                                      |   |
|--------------------------------------|---|
| удары: плоский, смеш, «стрелой»      | приставной, перекрестный; выпад, прыжок, бег. Передвижение в четыре точки из центра площадки (приставным, крестным и простым шагом), переноса воланы в каждый угол площадки. Двусторонняя игра в бадминтон. Совершенствование техники подачи волана в парах. Эстафеты с воланом   |
| Тема 98. Техника защиты: прием смеша | Выполнение короткой передачи волана из правой передней зоны площадки в левую переднюю зону (по диагонали), количество раз. Выполнение атакующего удара «смеш» по прямой линии в среднюю зону площадки, количество раз. Совершенствование техники ударов справа, слева. Закрепление техники передвижения по площадке. Парная эстафета с жонглированием волана на ракетке по одному и в парах. Учебная игра в бадминтон |
|                                      | <b>Итого за 6 семестр: 14</b>   |
|                                      | <b>Итого: 196</b>   |

#### 4.4. Активные и интерактивные формы проведения учебных занятий

| Название темы (раздела, блока)   | Форма проведения занятия     |
|--|------------------------------|
| Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов | Интерактивная лекция         |
| Тема 2. Техника безопасности на занятиях по легкой атлетике                          | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 3. Техника низкого и высокого старта в легкой атлетике                          | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 4. Техника бега на короткие дистанции   | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 5. Бег на короткие дистанции на результат                                       | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 6. Техника прыжков в длину с места  | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 7. Совершенствование техники прыжков в длину с места                            | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 8. Техника бега на средние дистанции  | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 9. Совершенствование техники бега на средние дистанции                          | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 10. Техника метания малого мяча   | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 11. Техника выполнения хлесткому движению малого мяча                           | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 12. Спортивная игра баскетбол. Техника держания мяча в баскетболе               | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 13. Техника держания мяча в баскетболе  | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 14. Техника передач одной рукой на месте и в движении в баскетболе              | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 15. Техника ведения мяча в баскетболе   | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 16. Техника передвижений баскетболиста  | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 17. Техника ведения мяча в баскетболе   | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 18. Ведение мяча на месте и в движении  | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 19. Стойки и перемещения волейболиста   | Учебно-тренировочное занятие |





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

|   |                              |
|---|------------------------------|
| Тема 20. Упражнения на технику владения мячом в волейболе                         | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 21. Техника верхней передачи мяча на месте                                   | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 22. Техника нижней передачи мяча на месте                                    | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 23. Техника верхней передачи мяча в движении                                 | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 24. Техника нижней передача мяча в движении                                  | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 25. Техника верхней прямой подачи  | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 26. Техника нижней прямой подачи   | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 27. Техника боковой нижней подачи  | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 28. Техника боковой верхней подачи   | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 29. Техника подачи в прыжке  | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 30. Подвижные игры с элементами легкой атлетики                              | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 31. Техника выполнения высокого старта                                       | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 32. Техника выполнения низкого старта  | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 33. Техника отталкивания в прыжках в длину с разбега «согнув ноги»           | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 34. Техника приземления в прыжках в длину с разбега «согнув ноги»            | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 35. Совершенствование прыжков в длину с разбега способом «согнув ноги»       | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 36. Техника бега на длинные дистанции  | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 37. Совершенствование бега на длинные дистанции                              | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 38. Техника челночного бега  | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 39. Совершенствование техники бега   | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 40. Комплекс упражнений для развития мышц ног                                | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 41. Техника бега с ускорением  | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 42. Техника метания набивного мяча из-за головы                              | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 43. Совершенствование техники набивного мяча из-за головы                    | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 44. Комплекс упражнений на развитие выносливости                             | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 45. Упражнения на развитие скоростных качеств                                | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 46. Техника метания мяча на дальность полета                                 | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 47. Кроссовая подготовка   | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 48. Техника передачи в движении после двухтактного шага в баскетболе         | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 49. Техника финтов (обманных движений) в баскетболе                          | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 50. Совершенствование техники передачи мяча после ведения в баскетболе       | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 51. Передача в движении после двухтактного шага в баскетболе                 | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 52. Обучение технике индивидуальным действиям в защите в баскетболе          | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 53. Совершенствование техники индивидуальным действиям в защите в баскетболе | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 54. Обучение технике индивидуальных действий в                               | Учебно-тренировочное занятие |



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

|  |                              |
|--|------------------------------|
| нападении в баскетболе   |                              |
| Тема 55. Совершенствование техники индивидуальных действий в нападении в баскетболе                    | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 56. Обучение тактическим действиям в нападении в баскетболе                                       | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 57. Техника нападающего удара в волейболе   | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 58. Совершенствование техники нападающего удара в волейболе                                       | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 59. Техника передачи мяча над собой и за голову в волейболе.                                      | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 60. Совершенствование техники и методика обучения передаче мяча над собой и за голову в волейболе | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 61. Совершенствование техники верхней передачи мяча в волейболе                                   | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 62. Совершенствование техники нижнего приема мяча в волейболе                                     | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 63. Техника обучения приему мяча с подачи в волейболе   | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 64. Техника обучения приему мяча с подачи в волейболе   | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 65. Совершенствование техники приема мяча с подачи в волейболе                                    | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 66. Техника одиночного блокирования в волейболе   | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 67. Совершенствование техники одиночного блокирования в волейболе.                                | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 68. Обучение групповому блокированию в волейболе  | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 69. Техника стартового разгона  | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 70. Упражнения на развитие координационных способностей   | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 71. Упражнения на развитие силовых способностей   | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 72. Упражнения на развитие скоростно-силовых способностей   | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 73. Техника бега по пересеченной местности  | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 74. Техника тройного прыжка с места   | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 75. Совершенствование техники тройного прыжка с места   | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 76. Техника двоеборья в легкой атлетике   | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 77. Техника бега по пересеченной местности в легкой атлетике                                      | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 78. Упражнения для развития скоростной выносливости в легкой атлетике                             | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 79. Упражнения для развития быстроты реакции, быстроты движений и скорости бега                   | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 80. Техника интервального бега в легкой атлетике  | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 81. Техника дополнительных средств специальной подготовки в легкой атлетике                       | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 82. Упражнения на развитие силы мышц нижних   | Учебно-тренировочное занятие |



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

|   |                              |
|---|------------------------------|
| конечностей и специальной выносливости в легкой атлетике                                |                              |
| Тема 83. Упражнения на развитие скоростно-силовых качеств, прыгучести в легкой атлетике | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 84. Развитие скоростно-силовых качеств в легкой атлетике                           | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 85. Упражнения для совершенствования техники бега в легкой атлетике                | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 86. Классификация техники игры в футбол  | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 87. Техника полевого игрока в футболе  | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 88. Техника вратаря  | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 89. Функции игроков в футбол   | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 90. Индивидуальная тактика нападения в футболе                                     | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 91. Групповая тактика нападения в футболе  | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 92. Бадминтон. Обучение хватки ракетки   | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 93. Техника подачи открытой стороной ракетки в бадминтоне                          | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 94. Техника передвижений в бадминтоне  | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 95. Техника стоек в бадминтоне   | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 96. Техника высоко-далеких ударов: открытой и закрытой стороной ракетки            | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 97. Атакующие удары: плоский, смеш, «стрелой»                                      | Учебно-тренировочное занятие |
| Тема 98. Техника защиты: прием смеша  | Учебно-тренировочное занятие |

#### 4.5. Содержание и виды самостоятельной работы по дисциплине

| Название темы (раздела, блока)   | Виды самостоятельной работы  |
|--|--|
| <b>Семестр 1</b>   |  |
| Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов | <p>Работа с основной и дополнительной литературой</p> <p>1. Шеенко, Е.И. Физическая культура человека (основные понятия и ценности): учебное пособие: [12+] / Е.И. Шеенко, Б.Г. Толистинов, И.А. Халев; Алтайский филиал Российской академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2020. – 81 с.: ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=597370">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=597370</a></p> <p>2. Физическая культура: учебник: [16+] / Л.В. Захарова, Н.В. Люлина, М.Д. Кудрявцев [и др.]; Сибирский федеральный университет, Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева, Сибирский государственный университет науки и технологий им. акад. М.Ф. Решетнева, Сибирский юридический институт МВД России. – Красноярск: Сибирский федеральный университет (СФУ), 2017. – 612 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL:</p> |



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

|   |   |
|---|---|
|   | <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=497151">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=497151</a>   |
| Тема 2. Техника безопасности на занятиях по легкой атлетике             | Терренкур № 1. (Лермонтовский разъезд – место дуэли М. Ю. Лермонтова – поляна «Песен» – «Ворота Солнца») /среднем темпом от 80-100 шагов в минуту. Дыхательные упражнения |
| Тема 3. Техника низкого и высокого старта в легкой атлетике             | Сочетание ходьбы с упражнениями на дыхание, восстановление, с изменением темпа прохождения дистанции. Ходьба в скоростном темпе   |
| Тема 4. Техника бега на короткие дистанции                              | Бег в среднем темпе. ОРУ. Упражнения для развития концентрации внимания. Игры для повышения уровня физической подготовленности  |
| Тема 5. Бег на короткие дистанции на результат                          | Классификация подвижных игр. Подвижные игры с элементами легкой атлетики. Бег на месте  |
| Тема 6. Техника прыжков в длину с места                                 | Медленный бег. Бег с выполнением различных заданий. Упражнения на координацию. ОРУ. Ходьба в различном темпе  |
| Тема 7. Совершенствование техники прыжков в длину с места               | Подвижные игры для развития основных физических качеств. Бег трусцой. ОРУ. Комплекс упражнений для развития мышц шеи  |
| Тема 8. Техника бега на средние дистанции                               | Выполнения упражнений с использованием собственного веса  |
| Тема 9. Совершенствование техники бега на средние дистанции             | Комплекс упражнений для развития мышц спины с использованием собственного веса  |
| Тема 10. Техника метания малого мяча                                    | Комплекс упражнений для развития мышц ног с использованием собственного веса  |
| Тема 11. Техника выполнения хлесткому движению малого мяча              | Комплекс упражнений для развития мышц брюшного пресса с использованием собственного веса  |
| Тема 12. Спортивная игра баскетбол. Техника держания мяча в баскетболе  | Круговой комплекс упражнений с использованием различных отягощений для развития мышц плечевого пояса  |
| Тема 13. Техника держания мяча в баскетболе                             | Комплекс упражнений на гибкость   |
| Тема 14. Техника передач одной рукой на месте и в движении в баскетболе | Развитие силы и силовой выносливости основных мышечных групп  |
| Тема 15. Техника ведения мяча в баскетболе                              | Круговой комплекс упражнений с использованием различных отягощений для мышц брюшного пресса   |
| Тема 16. Техника передвижений баскетболиста                             | Упражнения на различных тренажерах для развития мышц рук, ног, туловища, спины  |
| Тема 17. Техника ведения мяча в баскетболе                              | Дыхательная гимнастика по А.Н. Стрельниковой, К.П. Бутейко, доктора Евдокименко   |
| Тема 18. Ведение мяча на месте и в движении                             | Бег в среднем темпе. Челночный бег 6 x 9 м  |
| <b>Семестр 2</b>  |   |
| Тема 19. Стойки и   | Упражнения для развития мышц рук и ног  |



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

|   |   |
|---|---|
| перемещения волейболиста  |   |
| Тема 20. Упражнения на технику владения мячом в волейболе                   | Прыжки со скакалкой на двух ногах за 1 мин  |
| Тема 21. Техника верхней передачи мяча на месте                             | Упражнения оздоровительно-рекреативной физической культуры. Бег на средние дистанции  |
| Тема 22. Техника нижней передачи мяча на месте                              | Упражнения бодифлекса   |
| Тема 23. Техника верхней передачи мяча в движении                           | Подтягивание на перекладине (кол-во раз) /муж./. Наклон вперед (см.) / гибкость   |
| Тема 24. Техника нижней передача мяча в движении                            | Комплекс для развития скоростной выносливости   |
| Тема 25. Техника верхней прямой подачи                                      | Комплекс для развития общей выносливости  |
| Тема 26. Техника нижней прямой подачи                                       | Поднимание туловища из положения, лежа на спине, ноги закреплены, руки за головой (кол-во раз)  |
| Тема 27. Техника боковой нижней подачи                                      | Терренкур № 1. (Лермонтовский разъезд – место дуэли М.Ю. Лермонтова – поляна «Песен» – «Ворота Солнца») / с изменением темпа движения |
| Тема 28. Техника боковой верхней подачи                                     | Дыхательная гимнастика по различным методикам   |
| Тема 29. Техника подачи в прыжке  | Терренкур № 2. (Лермонтовский разъезд – «Ворота Солнца») / по различным грунтам   |
| Тема 30. Подвижные игры с элементами легкой атлетики                        | Техника бега в различных сочетаниях (подъем-спуск; спуск-подъем; спуск-равнина-подъем; подъем-равнина-спуск)                          |
| Тема 31. Техника выполнения высокого старта                                 | Гимнастика. Лазание и перелазание   |
| Тема 32. Техника выполнения низкого старта                                  | Чередование ходьбы и бега   |
| Тема 33. Техника отталкивания в прыжках в длину с разбега «согнув ноги»     | Комплекс беговых упражнений на развитие скоростных способностей   |
| Тема 34. Техника приземления в прыжках в длину с разбега «согнув ноги»      | Подвижные игры с элементами бега  |
| Тема 35. Совершенствование прыжков в длину с разбега способом «согнув ноги» | Упражнения на растягивание. Акробатические упражнения   |
| Тема 36. Техника бега на длинные дистанции                                  | Ходьба: обычная, на пятках, на носках, с высоким подниманием бедра, приседания  |
| Тема 37. Совершенствование бега на длинные дистанции                        | Комплекс упражнений для восстановления дыхания. Измерение ЧСС   |
| Тема 38. Техника челночного бега  | Бег в среднем темпе. ОРУ. СБУ. Бег на средние дистанции – 500 м (дев.), 1000 м (юн.)  |
| <b>Семестр 3</b>  |   |
| Тема 39. Совершенствование  | Тест Купера – бег за 12 мин (м). Легкоатлетические  |



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

|   |   |
|---|---|
| техники бега  | эстафеты  |
| Тема 40. Комплекс упражнений для развития мышц ног                                  | Приседание на двух ногах за 1 минуту  |
| Тема 41. Техника бега с ускорением  | Метание малого мяча с одного шага, стоя боком в направлении метания   |
| Тема 42. Техника метания набивного мяча из-за головы                                | Подвижные игры с элементами легкой атлетики   |
| Тема 43. Совершенствование техники набивного мяча из-за головы                      | Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (1×1м) с расстояния 6-8 м  |
| Тема 44. Комплекс упражнений на развитие выносливости                               | Силовая круговая тренировка   |
| Тема 45. Упражнения на развитие скоростных качеств                                  | Ходьба: обычная, на пятках, на носках, с высоким подниманием бедра, приседания  |
| Тема 46. Техника метания мяча на дальность полета                                   | Бег в равномерном темпе 10-20 мин., бег с ускорением  |
| Тема 47. Кроссовая подготовка   | Ходьба и бег с изменением направления движения  |
| Тема 48. Техника передачи в движении после двухтактного шага в баскетболе           | Комплекс упражнений для восстановления после физической нагрузки. Измерение ЧСС   |
| Тема 49. Техника финтов (обманных движений) в баскетболе                            | Развитие силовых способностей (подтягивание на перекладине; разновысокие подтягивания; висы; сгибание и разгибание рук, в упоре лежа; подъём туловища в сед, из положения лежа) |
| Тема 50. Совершенствование техники передачи мяча после ведения в баскетболе         | Передвижения (стойка, ходьба, бег, прыжки, остановки, повороты). Подвижные игры с элементами спортивных игр   |
| Тема 51. Передача в движении после двухтактного шага в баскетболе                   | Комплекс упражнений для развития ловкости и быстроты  |
| Тема 52. Обучение технике индивидуальным действиям в защите в баскетболе            | Разминка с использованием с утяжелением   |
| Тема 53. Совершенствование техники индивидуальным действиям в защите в баскетболе   | Ходьба: обычная, на пятках, на носках, с высоким подниманием бедра, приседания  |
| Тема 54. Обучение технике индивидуальных действий в нападении в баскетболе          | Разминочный бег до 12 минут   |
| Тема 55. Совершенствование техники индивидуальных действий в нападении в баскетболе | Ускорения из различных исходных положений   |
| Тема 56. Обучение тактическим действиям в нападении в баскетболе                    | Бег до 3000м с ведением мяча (до 3-х повторений)  |



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

|  |   |
|--|---|
| <b>Семестр 4</b>   |   |
| Тема 57. Техника нападающего удара в волейболе   | Прыжки и многоскоки. Бег с изменением темпа и направления движения. Бег на короткие и средние дистанции   |
| Тема 58. Совершенствование техники нападающего удара в волейболе                                       | Комплексы упражнений для снятия напряжения с глаз.  |
| Тема 59. Техника передачи мяча над собой и за голову в волейболе.                                      | Комплексы упражнений физкультурных пауз общего воздействия на организм  |
| Тема 60. Совершенствование техники и методика обучения передаче мяча над собой и за голову в волейболе | Комплексы упражнений физкультурпауз для улучшения мозгового кровообращения, для снятия утомления с плечевого пояса и рук, для снятия утомления с туловища и ног |
| Тема 61. Совершенствование техники верхней передачи мяча в волейболе                                   | Закрепление техники бега на средние дистанции   |
| Тема 62. Совершенствование техники нижнего приема мяча в волейболе                                     | Комплекс вводной гимнастики: дыхательные упражнения; потягивания; упражнения для мышц шеи, плечевого пояса и рук; упражнения для мышц туловища и ног            |
| Тема 63. Техника обучения приему мяча с подачи в волейболе   | Ходьба на месте; упражнения, направленные на развитие координации движений и внимание   |
| Тема 64. Техника обучения приему мяча с подачи в волейболе   | Выполнение упражнений для развития телесно-двигательных качеств   |
| Тема 65. Совершенствование техники приема мяча с подачи в волейболе                                    | Гимнастика для глаз, упражнения на восстановление дыхания   |
| Тема 66. Техника одиночного блокирования в волейболе   | Гимнастика для глаз, упражнения на восстановление дыхания   |
| Тема 67. Совершенствование техники одиночного блокирования в волейболе.                                | Бег на средние дистанции, бег 800м, 500м  |
| Тема 68. Обучение групповому блокированию в волейболе  | Комплекс упражнений «на растяжку» с использованием собственного веса  |
| Тема 69. Техника стартового разгона  | Комплекс упражнений для укрепления мышц ног с использованием собственного веса  |
| Тема 70. Упражнения на развитие координационных способностей   | Комплекс упражнений для укрепления мышц плечевого пояса с использованием собственного веса. Использование различных «блинов» по весу                            |
| Тема 71. Упражнения на развитие силовых способностей   | Комплекс упражнений по принципу «пирамиды», для укрепления мышц спины и бицепса   |
| Тема 72. Упражнения на развитие скоростно-силовых способностей   | Игры с чередованием режимов напряжения различных мышечных групп   |
| Тема 73. Техника бега по   | Упражнения для мышц верхнего плечевого пояса  |



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

|   |  |
|---|--|
| пересеченной местности  |  |
| Тема 74. Техника тройного прыжка с места  | Поднимание и опускание туловища из положения лежа, руки за головой, ноги закреплены (кол-во раз)   |
| Тема 75. Совершенствование техники тройного прыжка с места  | Маршрут здоровья № 3. «Ленинские скалы» в районе г. Машук /быстрым темпом более 100 шагов в минуту |
| <b>Семестр 5</b>  |  |
| Тема 76. Техника двоеборья в легкой атлетике  | Специальные упражнения с палкой для скандинавской ходьбы   |
| Тема 77. Техника бега по пересеченной местности в легкой атлетике   | Маршрут здоровья № 2. «Канатка» в районе г. Машук /быстрым темпом более 100 шагов в минуту         |
| Тема 78. Упражнения для развития скоростной выносливости в легкой атлетике                                | Дыхательные упражнения по различным методикам  |
| Тема 79. Упражнения для развития быстроты реакции, быстроты движений и скорости бега                      | Разминочный бег. Чередование ходьбы и бега   |
| Тема 80. Техника интервального бега в легкой атлетике   | Обучение комплексам упражнений для развития силы, гибкости, ловкости                               |
| Тема 81. Техника дополнительных средств специальной подготовки в легкой атлетике                          | Прыжковые упражнения и упражнения с предметами.<br>Дыхательная гимнастика                          |
| Тема 82. Упражнения на развитие силы мышц нижних конечностей и специальной выносливости в легкой атлетике | Специальные упражнения из различных исходных положений   |
| Тема 83. Упражнения на развитие скоростно-силовых качеств, прыгучести в легкой атлетике                   | Спортивные упражнения на внимание, ходьбу, бег, общеразвивающие упражнения                         |
| Тема 84. Развитие скоростно-силовых качеств в легкой атлетике   | Упражнения для развития координации  |
| Тема 85. Упражнения для совершенствования техники бега в легкой атлетике                                  | Упражнения корригирующей гимнастики  |
| Тема 86. Классификация техники игры в футбол  | Бег по пересеченной местности и комбинированный бег.   |
| Тема 87. Техника полевого игрока в футболе  | Бег на короткие дистанции до 100 м. Низкий старт   |
| Тема 88. Техника вратаря  | Бег на короткие дистанции до 60 м  |





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

|  |  |
|--|--|
| Тема 89. Функции игроков в футбол  | Кросс 1000-1500 м  |
| Тема 90. Индивидуальная тактика нападения в футболе                          | Медленный бег  |
| Тема 91. Групповая тактика нападения в футболе                               | Упражнения выполнять «зеркально», с закрытыми глазами  |
| <b>Семестр 6</b>   |  |
| Тема 92. Бадминтон. Обучение хватки ракетки                                  | Повторный бег с ускорением на отрезках 30, 60, 100, 200 м  |
| Тема 93. Техника подачи открытой стороной ракетки в бадминтоне               | Упражнения на развитие общей выносливости, ловкости, силы и быстроты   |
| Тема 94. Техника передвижений в бадминтоне                                   | Бег с отягощениями, прыжки со скакалкой в максимальном темпе   |
| Тема 95. Техника стоек в бадминтоне  | Серийные подскоки. Челночный бег с предметами  |
| Тема 96. Техника высоко-далеких ударов: открытой и закрытой стороной ракетки | Упражнения для мышц ног  |
| Тема 97. Атакующие удары: плоский, смещ, «стрелой»                           | Комплекс упражнений по принципу «пирамиды» для развития мышц ног и брюшного пресса                                   |
| Тема 98. Техника защиты: прием смеша   | Упражнения с гантелями (масса 5-12 кг): наклоны, повороты, круговые движения туловищем, выжимание, приседание и т.д. |
| <b>Подготовка к промежуточной аттестации</b>                                 | Тестирование физической подготовленности, вопросы по темам дисциплины  |

**5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, В ТОМ ЧИСЛЕ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ, РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ, ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ БАЗ ДАННЫХ И ИНФОРМАЦИОННЫХ СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ, ИСПОЛЪЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

| <b>I. Основная литература</b>  |  |
|--|--|
| <b>ЭБС</b>   |  |
| 1. Коровин, С.С. Физическая культура. Ценности. Личность: учебное пособие для обучающихся системы среднего профессионального образования и обучающихся – бакалавров высшего образования: [12+] / С.С. Коровин. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2020. – 199 с.: ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=570992">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=570992</a>   |  |
| 2. Шеенко, Е.И. Физическая культура человека (основные понятия и ценности): учебное пособие: [12+] / Е.И. Шеенко, Б.Г. Толистинов, И.А. Халев; Алтайский филиал Российской академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2020. – 81 с.: ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=597370">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=597370</a> |  |
| 3. Анисимов, М.П. Физическая культура в современной России: учебное пособие для обучающихся по направлениям подготовки бакалавриата: [16+] / М.П. Анисимов. – Санкт-   |  |



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

|   |
|---|
| Петербург: Санкт-Петербургский государственный аграрный университет (СПбГАУ), 2020. – 86 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=613175">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=613175</a>  |
| <b>II. Дополнительная литература</b>  |
| <b>Книжный вариант</b>  |
| 1. Физическая культура: учеб. для учреждений сред. проф. обр. / Н.В. Решетников [и др.].- 14-е изд., испр. - М.: Академия, 2014. - 176 с.<br>2. Виленский, М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента: учеб. пособие /М.Я. Виленский, А.Г. Горшков. - М.: КНОРУС, 2012. - 240 с.<br>3. Холодов, Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие. - М.: Академия, 2009. - 480 с.<br>4. Щекин Г.Ю. Туризм и медицина. - Волгоград: ВолгГМУ, 2013<br>5. Спортивная медицина: учеб. / под ред. Епифанова, В.А.- М.: ГЭОТАР-Медиа, 2002.- 560 с.<br>6. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура: учеб. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2014   |
| <b>ЭБС</b>  |
| 1. Физическая культура и спорт в вузе: учебное пособие: [16+] / А.В. Завьялов, М. Н. Абраменко, И.В. Щербаков, И.Г. Евсеева. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2020. – 106 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=572425">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=572425</a><br>2. Физическая культура: учебник: [16+] / Л.В. Захарова, Н. В. Люлина, М.Д. Кудрявцев [и др.]; Сибирский федеральный университет, Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева, Сибирский государственный университет науки и технологий им. акад. М.Ф. Решетнева, Сибирский юридический институт МВД России. – Красноярск: Сибирский федеральный университет (СФУ), 2017. – 612 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=497151">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=497151</a><br>3. Физическая культура и физическая подготовка: учебник / В.Я. Кикоть, И.С. Барчуков, Ю.Н. Назаров [и др.]; под ред. В.Я. Кикоть. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва: Юнити-Дана, 2020. – 456 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=692047">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=692047</a><br>4. Лечебная физическая культура и массаж: учебник / В. А. Епифанов. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2021. Режим доступа: <a href="http://client.medcollegelib.ru/book/ISBN9785970466223.html">http://client.medcollegelib.ru/book/ISBN9785970466223.html</a> |
| <b>III. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее – сеть «Интернет»), необходимых для освоения дисциплины (модуля)</b>  |
| 1. ЭБС «Университетская библиотека online» [Электронный ресурс] <a href="https://biblioclub.ru">https://biblioclub.ru</a><br>2. ЭБС «Консультант студента» для ВПО и СПО [Электронный ресурс] <a href="http://www.studmedlib.ru">www.studmedlib.ru</a>  |
| <b>IV. Перечень программного обеспечения, профессиональных баз данных и информационных справочных систем</b>  |
| 1. Информационная система «Физкультура для всех: для детей и взрослых» <a href="http://www.fizkultura-vsem.ru/">http://www.fizkultura-vsem.ru/</a>  |
| 2. Информационная система «Сайт о спорте, физкультуре и здоровом образе жизни» <a href="http://enc-dic.com/word/f/fizkultura-1200.html">http://enc-dic.com/word/f/fizkultura-1200.html</a>  |
| 3. Информационная система «Здоровье и физическая культура» <a href="http://www.rostmaster.ru/lib/gymnastics/gymnastics-0056.shtml">http://www.rostmaster.ru/lib/gymnastics/gymnastics-0056.shtml</a>  |
| 4. Информационная система «Электронные образовательные ресурсы по физической культуре» <a href="http://pro-fizkulturu.ru/">http://pro-fizkulturu.ru/</a>  |
| 5. Информационная система «Электронные образовательные ресурсы по физической  |



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

культуре» <http://window.edu.ru/resource/547/58547>

**6. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ  
ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

| <b>Наименование учебной аудитории</b>             | <b>Описание материально-технической базы учебной аудитории</b>  |
|---|---|
| Зал атлетической гимнастики (1 этаж)              | Гиря чугунная 16 кг<br>Гиря чугунная 24 кг<br>Гриф для штанги 50 мм<br>К грифу 50мм до 200кг<br>К диск обрезной 2,5<br>К диск обрезной 20<br>К диск обрезной 1,25<br>К диск обрезной 10<br>К диск обрезной 15<br>К диск обрезной 5<br>Коврик резиновый<br>Стойка для жима лежа горизонтально<br>Стол для армспорта<br>Тренажер биомеханический для мышц<br>Тренажер на заднюю поверхность бедра стоя  |
| Зал атлетической гимнастики (3 этаж)              | Велотренажер TREO K-108<br>Гриф гантельный<br>Тренажер Примус<br>Тренажер силовой winner  |
| Зал оздоровительной гимнастики (1 этаж - шейпинг) | Велотренажер Консул -супер<br>Велоэргометр FITMED<br>Вибромассажер BM 1200<br>Гантели неопреновые 1 кг<br>ДартсLarsenпресс.картон.<br>Жалюзи вертикальные 2,7x2,2<br>Жалюзи вертикальные 2,7x2,2<br>Жалюзи вертикальные 2,8x1,49<br>Жалюзи вертикальные 2,8x1,64<br>Коврик для фитнеса<br>Коврик для фитнеса<br>Кресло офисное E -279 Budget<br>Лестница - стремянка<br>Мяч гимнастический<br>Мяч гимнастический GB-105 65 см, прозрачный розовый<br>Обруч гимнаст. диам. 900 мм 360 гр.8<br>Обруч утяжеленный 1,850<br>Огнетушитель углекислотный ОУ -2<br>Сплит – система настенная GC/GU- S24HR<br>Сплит – система настенная GC/GU- S30HR<br>Степ – платформа<br>СтолтеннисныйStartLineOLIMPIK |



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

|                      |   |
|----------------------|---|
|                      | Столтеннисный StartLine OLIMPIK.6020<br>Утяжелители Стандарт 2*1 кг в коробке (парные)<br>Утяжелители Стандарт 2*2 кг в коробке (парные)  |
| Методический кабинет | Компрессор электрический FTC110 VOLCANO<br>Насос 20 см, JOGEL, гибкий шланг, игла, насадка для фитбола<br>Персональный компьютер в сборе (монитор ж/к BENG17,<br>мышь, клавиат., системный блок)<br>Секундомер 100<br>Фонарь электрический переносной аккумуляторный<br>Шлюз GSMDC03  |
| Большой игровой зал  | Ворота гандбольные /мини- футбольные стальные, пара 3,01<br>Кольцо баскетбольное с амортизатором<br>Пенал для ключей 40*100 мм пласт<br>Сетка гандбольная, мини- футбол<br>Сетка для минифутбольных ворот 2026<br>Скамейка гимнастическая 4м<br>Щит баскетбольный, игровой 1,05x1,80<br>оргстекло 14мм с основанием   |
| Инвентарная          | Канат вертикальный<br>Канат страховочный (10*12)40<br>Коврик туристический<br>Коврик туристический<br>Коврик туристический<br>Маты (10x2)<br>Медбол, 1 кг, иск. кожа, наполнитель резиновая крошка,<br>диам. 14 см, машинная сшивка, синий<br>Медбол, 2 кг, иск. кожа, наполнитель резиновая крошка,<br>диам. 17,5 см, машинная сшивка<br>Медбол, 3 кг, иск. кожа, наполнитель резиновая крошка,<br>диам. 20 см, машинная сшивка, синий<br>Мешок боксерский – кожа, высота 100, диаметр 30, подвес –<br>кольцо с целями, шт. АСПОРТ08<br>Мешок боксерский – кожа, высота 100, диаметр 30, подвес –<br>кольцо с целями, шт. АСПОРТ08<br>Мешок боксерский – тент, высота 150, диаметр 35, подвес –<br>кольцо с целями, шт. АСПОРТ084<br>Мешок боксерский – тент, высота 150, диаметр 35, подвес –<br>кольцо с целями, шт. АСПОРТ084<br>Мешок боксерский – тент, высота 150, диаметр 35, подвес –<br>кольцо с целями, шт. АСПОРТ084<br>Мешок боксерский – тент, высота 150, диаметр 35, подвес –<br>кольцо с целями, шт. АСПОРТ084<br>Мяч MIKASA из синт. кожи MVA 300<br>Мяч MIKASA из синт. кожи MVA 300<br>Мяч MIKASA из синт. кожи MVA 300<br>Мяч баскет. TORRES BM300 арт. B00017 р. 7, резина, нейлон.<br>корд. бут. камера<br>Мяч баскетбольный р.7 |



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

|         |  |
|---------|--|
|         | <p>Мяч баскетбольный № 6 JOGEL JB -300<br/>         Мяч баскетбольный № 7 JOGEL JB -300<br/>         Мяч баскетбольный р. 6<br/>         Мяч волейбольный<br/>         Мяч волейбольный 200<br/>         Мяч волейбольный 300<br/>         Мяч волейбольный JOGEL JB -500<br/>         Мяч волейбольный MIKASAMVA 200<br/>         Мяч волейбольный MIKASAMVA 200<br/>         Палатка Camp3 универсальная<br/>         Палки телескопические Trek<br/>         Плита газовая в кейсе с перех. TRG - 006<br/>         Покрытие для ринга на помосте: размеры ринга 7*7м, высота помоста 1м, нанесение 3 логотипов на каждой стороне полого ринга<br/>         Пылесос SamsungSC 5130<br/>         Пьедестал победителя 3-х местный, разборный 3,1х 0,7х0,7 м<br/>         Ракетка бадминтонная<br/>         Ракетки для игр в бадминтон для занятий<br/>         Ринг боксерский соревновательный, боевая зона 6х6, на подиуме базовой конструкции 7х7х1м, 4 ряда канатов, подиум дерево – металл, 2 лестницы дерево- металл<br/>         Рюкзак Трэкс МА<br/>         Сетка волейбольная<br/>         Сетка волейбольная профессиональная<br/>         Спальный мешок СП 2. Стойка волейбольная с мех. натяж. для зала на растяжках. Стул рыбака TTF 003<br/>         Ящик для огнетушителя</p> |
| Переход | <p>Молния -12 В, «Выход» Оповещатель охранно-пожарный (табло) План эвакуации на рус. Языке. Стол теннисный StartLineOLIMPIK</p>  |

## **7. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **7.1 Этапы оценивания и оценочные средства**

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется во время текущего контроля и промежуточной аттестации.

Конкретные задания, используемые для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине, представлены в отдельном документе «Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине», прилагаемом к рабочей программе.

| <b>Этап оценивания</b> | <b>Виды учебно-познавательной деятельности</b>  | <b>Оценочные средства</b>           |
|------------------------|---|-------------------------------------|
| Текущий контроль       | – выполнение тестов физической подготовленности | – тесты физической подготовленности |
| Промежуточная          | – выполнение тестов физической                  | – тесты физической                  |



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

|            |                                     |  |
|------------|-------------------------------------|--|
| аттестация | подготовленности;<br>– устный опрос | подготовленности;<br>– устный опрос ( <b>вопросы №...</b> ); |
|------------|-------------------------------------|--|

### 7.2. Критерии оценки текущего контроля и промежуточной аттестации

| 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> | A           | 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> | B           | 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>   | C           | 90-76       | <b>СРЕДНИЙ</b>                                     | 4      |



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

| ХАРАКТЕРИСТИКА ОТВЕТА  | Оценка ECTS | Баллы в БРС | Уровень сформированности компетенций по дисциплине | Оценка |
|--|-------------|-------------|--|--------|
| <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.<br/>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.<br/>Компетенции не сформированы.</p> | F           | 60-0        | <b>НЕ СФОРМИРОВАНА</b>                             | 2      |

### 8. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Учебная деятельность обучающихся предусматривает:

- учебные занятия, которые могут проводиться в электронной информационно-образовательной среде и включать в себя:
  - лекции, предусматривающие преимущественную передачу учебной информации обучающемуся;
  - практические занятия;
- самостоятельную работу;
- консультации (при наличии).

Оценка качества освоенной обучающимся дисциплины или ее отдельного этапа (освоение компетенций, знаний, умений, приобретаемого практического опыта) осуществляется во время текущей и промежуточной аттестации.



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

Образовательная деятельность по дисциплине предполагает использование активных и интерактивных форм проведения занятий, способствующих проявлению творческих, исследовательских способностей обучающихся, поиску новых идей для решения различных задач по дисциплине. Активные и интерактивные формы проведения занятий ориентированы на взаимодействие обучающегося с преподавателем и друг с другом.

В ходе *лекций* обучающимся следует подготовить конспекты лекций, кратко, схематично, последовательно фиксируя основные положения, выводы, формулировки, обобщения, выделяя ключевые слова, термины. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю в конце лекции.

*На практических занятиях* обучающиеся применяют разнообразные физические упражнения для функционального совершенствования систем организма и развития телесно-двигательных качеств. Составляют комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, используют адаптационные ресурсы организма и укрепления здоровья человека. Анализируют оптимальный уровень физической нагрузки по ЧСС и ЧДД.

Освоение образовательной программы среднего профессионального образования, в том числе отдельной части или всего объема учебного предмета, курса, дисциплины (модуля) образовательной программы, сопровождается текущим контролем успеваемости и промежуточной аттестацией обучающихся.

*Промежуточная аттестация* предполагает оценку качества освоенной обучающимся дисциплины или ее отдельного этапа (освоение компетенций, знаний, умений, приобретаемого практического опыта) в форме других форм контроля, дифференцированного зачета.

*Самостоятельная работа* обучающихся по дисциплине предполагает выполнение комплексов физических упражнений, и организует ее по своему усмотрению, без непосредственного руководства и контроля со стороны преподавателя.

*Работа в электронной информационно-образовательной среде* как информационной системе комплексного назначения обеспечивает реализацию дидактических возможностей информационно-коммуникационных технологий в процессе обучения. Для работы в электронной информационно-образовательной среде обучающемуся необходимо зарегистрироваться и найти соответствующую изучаемую дисциплину, представленную теоретическим материалом, теоретическими вопросами, практическими заданиями в виде тестов, ситуационных задач, тем для написания творческих работ, заполнения схем, таблиц и др. Доступ к материалам электронного учебного курса может быть ограничен по времени и количеству попыток. В ходе выполнения заданий в электронной информационно-образовательной среде обучающиеся знакомятся с оценкой собственных результатов по дисциплине, могут задавать вопросы преподавателю, прикреплять рецензии на работы своих товарищей, участвовать в работе форумов и чатов с преподавателем и одногруппниками по вопросам изучения дисциплины.

В процессе реализации дисциплины используются следующие виды самостоятельной работы:

1. *Работа с основной и дополнительной литературой*, которую желательно проводить по следующим этапам:

- общее ознакомление с произведением в целом по его оглавлению;
- беглый просмотр всего содержания;
- чтение в порядке последовательности расположения материала;
- выборочное чтение какой-либо части произведения;
- выписка представляющих интерес материалов.





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

– 2. *Комплексы упражнений* для развития телесно-двигательных и функциональных возможностей организма.

При изучении литературы по выбранной теме используется не вся информация, а только та, которая имеет непосредственное отношение к теме занятия и является потому наиболее ценной и полезной. Таким образом, критерием оценки прочитанного является возможность его практического использования в учебной работе.

Работая над каким-либо частным вопросом или разделом, необходимо видеть его связь с проблемой в целом, а, рассматривая широкую проблему, уметь делить ее на части, каждую из которых продумывать в деталях.

3. *Подготовка к промежуточной аттестации* является заключительным этапом изучения всей дисциплины или ее части и преследуют цель проверить полученные обучающимся компетенции, теоретические знания, умения, практический опыт. Специфика периода подготовки к промежуточной аттестации заключается в том, что обучающийся уже ничего не изучает: он лишь вспоминает и систематизирует изученное. Правильная организация самостоятельной работы по повтору, обобщению, закреплению и дополнению полученных знаний, позволяет обучающемуся лучше понять логику всего предмета в целом.

Приступая к подготовке, важно с самого начала правильно распределить время и силы. Подготовка должна заключаться не в простом прочтении лекций, пособий или учебников, а в составлении готовых текстов устных ответов на каждый вопрос и /или заданий промежуточной аттестации.

## **9. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ В ФОРМАТЕ ЭЛЕКТРОННОГО ОБУЧЕНИЯ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ДОТ**

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.

### **9.1. 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



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

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 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.

## **9.2. 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



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

хода образовательного процесса осуществляется в существующей форме – путем отражения учебной активности обучающихся в кафедральном журнале (на бумажном носителе).

### **9.3. 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).

## **10. 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 кафедры 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.



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

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:

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

| <b>Категории студентов</b>                 | <b>Виды оценочных средств</b>                     | <b>Формы контроля и оценки результатов</b>                                      |
|--|---|---|
| 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;



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

- 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);

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;



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

– 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.

## **11. ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ КОМПОНЕНТ ДИСЦИПЛИНЫ**

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 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.



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

***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.

*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;



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

- 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.