

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«СЕВЕРО-ОСЕТИНСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ МЕДИЦИНСКАЯ АКАДЕМИЯ»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

УТВЕРЖДАЮ

Ректор

О.В. Ремизов

2020



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ»
основной профессиональной образовательной программы высшего образования - программы
специалитета по специальности 33.05.01 Фармация, утвержденной 31.08.2020 г.

Специальность 33.05.01 Фармация (специалитет)

Форма обучения _____ очная

Срок освоения ОПОП ВО _____ 5 лет

Кафедра общей гигиены и физической культуры

Владикавказ 2020 г.

При разработке рабочей программы дисциплины в основу положены:

ФГОС ВО по специальности **33.05.01 Фармация**, утвержденный Министерством образования и науки Российской Федерации «27» марта 2018 г., приказ № 219.

Учебный план по специальности **33.05.01 Фармация**, одобренный ученым Советом ФГБОУ ВО СОГМА Минздрава России "31" августа 2020 г., протокол № 1 (ФАРМ-18-01-19; ФАРМ-18-02-20)

Рабочая программа дисциплины одобрена на заседании кафедры общей гигиены и физической культуры от «27» августа 2020 г., протокол № 1.

Рабочая программа дисциплины одобрена на заседании центрального координационного учебно-методического совета от «28» августа 2020 г., протокол № 1.

Рабочая программа дисциплины утверждена ученым Советом ФГБОУ ВО СОГМА Минздрава России от «31» августа 2020 г., протокол № 1.

Разработчики:

Зав. кафедрой общей гигиены
и физической культуры, д.м.н.
профессор



Кусова А.Р.

Старший преподаватель кафедры
общей гигиены и физической культуры



Ростиашвили Е.Ю.

Рецензенты:

Хамиков А. А. – зав. кафедрой теории и методики физического воспитания и спортивных дисциплин ФГБОУ ВО «Северо-Осетинский государственный университет имени Коста Левановича Хетагурова», к.п.н.

Бибаева Л.В. – зав. кафедрой биологии и гистологии ФГБОУ ВО «Северо-Осетинская государственная медицинская академия» Министерства здравоохранения Российской Федерации, д.м.н., профессор

Содержание рабочей программы

1. Наименование дисциплины.
2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы.
3. Указание места дисциплины в структуре образовательной программы.
4. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических или астрономических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся.
5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических или астрономических часов и видов учебных занятий.
6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.
7. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.
8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины.
9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" (далее - сеть "Интернет"), необходимых для освоения дисциплины.
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.
11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости).
12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине.
13. Ведение образовательной деятельности с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине и результаты освоения образовательной программы

№ п/п	Номер/индекс компетенции	Содержание компетенции (или ее части)	Тема занятия (раздела)	Индикаторы достижения компетенций	Результаты освоения		
					знать	уметь	владеть
1	2	3	4	5	6	7	8
Практический раздел							
Учебно-тренировочный подраздел							
1.	УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ЛЁГКАЯ АТЛЕТИКА	ИДУК-7-1 Выбирает здоровые сберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма ИДУК-7-2. Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Основы техники беговых упражнений (кроссового бега, бега на короткие, средние и длинные дистанции), высокого и низкого старта, стартового разгона, финиширования; бега на 100 м, эстафетного бега; бега по прямой с различной скоростью, равномерного бега на дистанцию 2 000 м (девушки) и 3 000 м (юноши); ✓ основы техники прыжков в длину с места 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Выполнять технически правильно беговые упражнения; ✓ выполнять технически правильно прыжок в длину с места 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Основами техники беговых упражнений; ✓ основами техники прыжков в длину с места; ✓ средствами воспитания физических качеств: силой, быстротой, ловкостью, гибкостью, выносливостью
2.	УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	БАСКЕТБОЛ	ИДУК-7-1 Выбирает здоровые сберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма ИДУК-7-2. Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Правила игры; ✓ основные принципы взаимодействия игроков в защите и нападении; ✓ технику выполнения элементов баскетбола; ✓ технику безопасности во время занятий спортивными играми 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Выполнять технические элементы владения мячом: ловля, передача, ведение, бросок; использовать различные перемещения по игровой площадке; ✓ реализовывать технические элементы противодействия нападающим: перехват мяча, выбивание и вырывание мяча, накрывание мяча во время броска, блокирование игрока после броска 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Индивидуальными, групповыми, командными, тактическими взаимодействиями в защите и нападении; ✓ навыками по осуществлению самоконтроля в процессе занятий спортом; ✓ методиками, необходимыми для развития скоростно-силовых способностей

3.	УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ВОЛЕЙБОЛ	ИДУК-7-1 Выбирает здоровые берегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма ИДУК-7-2. Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Правила игры; ✓ основные принципы взаимодействия игроков в защите и нападении; ✓ технику выполнения элементов волейбола; ✓ технику безопасности во время занятий спортивными играми 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Выполнять технические элементы владения мячом: передачи, подачи, блокирование ударов; блокирование одиночное или групповое; ✓ использовать различные перемещения по игровой площадке; ✓ осуществлять страховку при блокировании нападающего удара 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Индивидуальными, групповыми, командными, тактическими взаимодействиями в защите и нападении; ✓ навыками по осуществлению самоконтроля в процессе занятий спортом; ✓ методиками, необходимыми для развития скоростно-силовых способностей
4.	УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА	ИДУК-7-1 Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма ИДУК-7-2. Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Самоконтроль во время выполнения физической нагрузки; ✓ технологию формирования двигательного навыка; ✓ методику развития и совершенствования физических качеств (выносливости, силы, гибкости, быстроты, ловкости) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Применять методы и средства физической подготовки при формировании двигательных качеств; ✓ варьировать компоненты нагрузки для осуществления рационального воздействия тренировочной нагрузки на организм; ✓ воспроизводить основные двигательные действия и использовать их в своей профессиональной деятельности 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Методикой развития и совершенствования физических качеств; ✓ технологией обучения технике спортивных двигательных действий в спорте или с истеме физических упражнений
5.	УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ГИМНАСТИКА	ИДУК-7-1 Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма ИДУК-7-2. Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Технику выполнения строевых и порядковых упражнений; различных перестроений; комплексов ОРУ; ✓ методику развития вестибулярного аппарата, координационных способностей, гибкости 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Выполнять строевые и порядковые упражнения; различные перестроения; комплексы ОРУ 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приемами строевых и порядковых упражнений, методикой развития и совершенствования вестибулярного аппарата, координационных способностей, гибкости

6.	УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ПРОФЕССИОНАЛЬНО ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА	ИДУК-7-1 Выбирает здоровьесберегающих технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма ИДУК-7-2. Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности	✓ Специфику предстоящей профессиональной деятельности и профессионально важные качества будущего специалиста, методику их развития	✓ Использовать приобретенные знания на практике	✓ Методикой развития профессионально важных качеств
7.	УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной	<i>Методико-практический подраздел</i>	ИДУК-7-1 Выбирает здоровьесберегающих технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма ИДУК-7-2. Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности ИДУК-7-3 Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности	✓ Методику самостоятельного использования средств физической культуры и спорта для рекреации в процессе учебной и профессиональной деятельности	✓ Самостоятельно методически правильно использовать средства и методы физического воспитания и самовоспитания для повышения адаптационных резервов организма, укрепления здоровья, коррекции физического развития и телосложения	✓ Основными методами и способами формирования учебных, профессиональных и жизненных умений и навыков средствами физической культуры и спорта
Контрольный раздел							
8.	УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ВЫПОЛНЕНИЕ КОНТРОЛЬНЫХ НОРМАТИВОВ ДЛЯ ОЦЕНКИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ	ИДУК-7-1 Выбирает здоровьесберегающих технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма ИДУК-7-3 Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности	✓ Нормативы физической подготовленности студентов: виды контроля, особенности выполнения контрольных нормативов	✓ Выполнять технически правильно тесты и нормативы оценки уровня физической подготовленности студентов	✓ Технической и тактической подготовкой по элементам спортивных и подвижных игр; ✓ техникой выполнения контрольных тестов и результативно выполнять их в соответствии с требованиями ФГОС ВО (двигательно-кондиционный компонент)

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Элективные курсы по физической культуре» в соответствии с ФГОС ВО реализуется в объеме 328 академических часов в виде практических занятий. Указанные часы являются обязательными для освоения и в зачетные единицы не переводятся.

4. Объем дисциплины

№№ п/п	Вид работы	Всего зачетных единиц	Всего часов	Семестры								
				I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	
				Часов								
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
1	Контактная работа обучающихся с преподавателем (всего), в том числе:	0 ЗЕТ	328	36	36	40	38	36	72	36	34	
2.	Лекции (Л)		–	–	–	–	–	–	–	–	–	–
3.	Практические занятия (ПЗ)		328	36	36	40	38	36	72	36	34	
4.	Семинары (С)		–	–	–	–	–	–	–	–	–	–
5.	Лабораторные работы (ЛР)		–	–	–	–	–	–	–	–	–	–
6.	Самостоятельная работа студента (СРС)		–	–	–	–	–	–	–	–	–	–
7.	Вид промежуточной аттестации	зачет (З)										3
		экзамен (Э)		–	–	–	–	–	–	–	–	–
8.	ИТОГО: Общая трудоемкость	часов		328	36	36	40	38	36	72	36	34
		ЗЕТ	0 ЗЕТ									

5. Содержание дисциплины

Учебный материал каждой дидактической единицы дифференцирован через следующие разделы программы:

- **практический**, состоящий из двух подразделов:
- *методико-практического*, обеспечивающего операциональное овладение методами и способами физкультурно-спортивной деятельности для достижения учебных, профессиональных и жизненных целей личности;
- *учебно-тренировочного*, содействующего приобретению опыта творческой практической деятельности, развитию самостоятельности в физической культуре и спорте в целях достижения физического совершенства, повышения уровня функциональных и двигательных способностей, направленному формированию качеств и свойств личности;
- **контрольный**, определяющий дифференцированный и объективный учет процесса и результатов учебной деятельности студентов

№/п	№ семестра	Наименование темы (раздела) дисциплины	Виды учебной деятельности (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости
			Л	ПЗ	МПЗ	ВСЕГО	
1	2	3	4	5	6	7	8
1.	I–VIII	Практический раздел					
2.	I–VI	Методико-практический подраздел**					
		Основные физические качества:					С, ЗР*
	I	<i>Выносливость. Методы развития и контроля(оуо)</i>					
	III	<i>Сила. Методы развития и контроля (оуо) ***</i>					
	II	<i>Гибкость. Методы развития и контроля (оуо)</i>					
	I	<i>Быстрота. Методы развития и контроля(оуо)</i>					
	V	<i>Ловкость. Методы развития и контроля(оуо)</i>					
		Оздоровительные системы:					
	III	<i>Методика голодания по П. Бреггу (суо)</i>					
	IV	<i>Методика голодания по Г. Шелтону (суо)</i>					
	VI	<i>Оздоровительная система Н.Е. Семёновой (суо)</i>					
	VI	<i>Оздоровительная система С. Кнейппа (оуо)</i>					
	II	<i>Оздоровительная система «Детка»П.К. Иванова (суо).</i>					
		Дыхательные системы:					
	II	<i>Парадоксальная гимнастика А.Стрельниковой (суо)</i>					
	IV	<i>Дыхательная гимнастика «Боди-флекс» (суо)</i>					
		Массаж и самомассаж:					
	IV	<i>Различные виды массажа (суо)</i>					
	I	<i>Точечный массаж по А. Уманской, для профилактики ОРВИ, гриппа (суо)</i>					
		Двигательные системы:					
	VI	<i>Оздоровительная двигательная система Н. Амосова (суо)</i>					
	III	<i>Оздоровительная двигательная система К. Купера (суо)</i>					
	VI	<i>Оздоровительная двигательная система А. Микулина (суо)</i>					
	IV	<i>Стретчинг (оуо, суо)</i>					
		Нетрадиционные методы физического воспитания:					
	V	<i>Аэрозоль – и фитотерапия (суо)</i>					
	II	<i>Искусственное ультрафиолетовое облучение(суо)</i>					
	V	<i>Релаксационная лечебно-профилактическая гимнастика (суо)</i>					
		Лечебная физическая культура:					
	III	<i>ЛФК при заболеваниях опорно-двигательного аппарата (суо)</i>					
	I	<i>ЛФК при заболеваниях органов зрения (суо)</i>					
3.	I–VIII	Учебно-тренировочный подраздел		296		296	
		<ul style="list-style-type: none"> ✓ ОФП ✓ легкая атлетика ✓ баскетбол ✓ волейбол ✓ оздоровительная тренировка ✓ профессионально-прикладная физическая подготовка 					Посещаемость занятий ТЗ*
4.	I–VIII	Контрольный подраздел:		32		32	ТЗ
		ИТОГО: общая трудоемкость				328	

* Прим.: С – собеседование, ЗР – защита реферата, ТЗ – тестовые задания.

** Прим.: методико-практические занятия проводятся в рамках практических занятий по учебному расписанию.

***Прим.: оуо – основное учебное отделение; суо – специальное учебное отделение.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

№/п	№ семестра	Наименование учебно-методической разработки
1.	I, II, III, IV	Ростиашвили Е.Ю., Андиев О.Х., Аситашвили С.Г. «Теоретический курс к практическим занятиям по дисциплине «Физическая культура». 2016.
2.	I	Андиев О.Х., Аситашвили С.Г. «Применение точечного массажа для профилактики ОРВИ, гриппа». Методические рекомендации для студентов. 2016.
3.	II	Андиев О.Х., Аситашвили С.Г. «Оздоровительная система «Детка» П.К. Иванова». Методические рекомендации. 2016.
4.	II	Ростиашвили Е.Ю. «Парадоксальная гимнастика А.Н. Стрельниковой». Методические рекомендации. 2016.
5.	II	Кусова А.Р., Разуваева А.А. «Ультрафиолетовое излучение и его применение с лечебно-профилактической целью». Методические рекомендации. 2016.
6.	IV	Кусова А.Р., Ростиашвили Е.Ю. «Различные виды массажа». Учебно-методическое пособие. 2016.
7.	IV	Аситашвили С.Г., Андиев О.Х. «Дыхательная система «Боди-флекс». Методические рекомендации. 2016.
8.	V	Кусова А.Р., Разуваева А.А. «Релаксационная лечебно-профилактическая гимнастика». Методические рекомендации. 2016.
9.	V	Аситашвили С.Г. «Ловкость. Методы развития и контроля». Методические рекомендации. 2016.
10.	VI	Ростиашвили Е.Ю., Андиев О.Х. «Оздоровительная двигательная система Н.М. Амосова». Методические рекомендации. 2016.
11.	VI	Ростиашвили Е.Ю. «Оздоровительная система Н.Е. Семеновской». Методические рекомендации. 2016.
12.	VI	Андиев О.Х., Ростиашвили Е.Ю. «Оздоровительная система С. Кнейппа». Методические рекомендации. 2016.
13.	VI	Разуваева А.А., Аситашвили С.Г. «Оздоровительная двигательная система А.А. Микулина». Методические рекомендации. 2016.
14.	I-VIII	Кусова А.Р., Разуваева А.А. «Использование средств фитнеса в процессе физического воспитания». Методическое пособие. 2017.
15.	I-VIII	Кусова А.Р., Шаталова А.А. «Пилатес как оздоровительная система». Методическое пособие. 2020.
16.	I-VIII	Кусова А.Р., Шаталова А.А., Горохов С.В., Козаев Р.Х. «Современные вспомогательные и нетрадиционные оздоровительно-физкультурные средства и технологии». Методическое пособие. 2020.

7. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

№/п	Перечень компетенций	№ семестра	Показатель(и) оценивания	Критерий(и) оценивания	Шкала оценивания	Наименование ФОС
1.	УК-7 – способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	VIII	См. стандарт оценки качества образования, утв. Приказом ФГБОУ ВО СОГМА Минздрава России от 10.07.2018 г., № 264/о	См. стандарт оценки качества образования, утв. Приказом ФГБОУ ВО СОГМА Минздрава России от 10.07.2018 г., № 264/о	См. стандарт оценки качества образования, утв. Приказом ФГБОУ ВО СОГМА Минздрава России от 10.07.2018 г., № 264/о	Тестовые задания

8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

№ п/	Наименование	Автор (ы)	Год, место издания	Кол-во экземпляров		Наименование ЭБС/ссылка ЭБС
				в библ.	на каф.	
1	2	3	4	5	6	7
Основная литература						
1.	Физическая культура и спорт: учебное пособие	Ю.И. Евсеев	Ростов-на-Дону Феникс, 2014	200	5	
2.	Физическая культура и здоровье: учебник	В.В. Пономарева	М.: ГОУ ВУНМЦ МЗ РФ, 2001	41	3	
3.	Здоровый образ жизни и физическое совершенствование: учебное пособие	Г.С. Туманян	М.: Академия, 2006	20	2	
4.	Физическая культура и спорт: методология, теория, практика: учебное пособие	И.С. Барчуков, А.А. Нестеров	М.: Академия, 2006	5	2	
Дополнительная литература						
5.	Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта: учебное пособие	Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов	М.: Академия, 2006	5	2	
6.	Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: учебное пособие	Ю.Д. Железняк	М.: Академия, 2005	5	2	
6.	Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения: учебник	Ю.Д. Железняк	М.: Академия, 2006	4	2	
8.	Лечебная физическая культура: справочник	В.А. Епифанов	М.: Медицина, 2004	15	3	«Консультант студента» http://www.studmedlib.ru/ru/book/ISBN9785970426456.html
			М.: ГЭОТАР-Медиа, 2006	151	4	

СОГЛАСОВАНО
Зав. библиотекой

В.В. Пономарева

9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимых для освоения дисциплины

✓ «Консультант студента»

1. <http://www.studmedlib.ru/ru/book/ISBN9785970426456.html>
2. <http://www.studmedlib.ru/ru/book/ISBN9785970430842.html>
3. <http://www.studmedlib.ru/ru/book/ISBN9785305002249.html>
4. <http://www.studmedlib.ru/ru/book/ISBN9785970436479.html>
5. <http://www.studmedlib.ru/ru/book/ISBN9785970436592.html>

✓ программное обеспечение базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

«Консультант плюс» <http://www.consultant.ru>

Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту РФ.-

<http://lib.sportedu.ru>-

Официальный сайт Министерства здравоохранения и социального развития РФ -

<http://www.minzdravsoc.ru>

✓ электронные образовательные ресурсы:

<https://elibrary.ru>

<http://www.scsml.rssi.ru>

<http://biblio-vluki.ru/catalog/gafc/>

<https://ru.wikipedia.org/wiki>

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

На элективные курсы по физической культуре выделено (328 час.) на практические занятия. Практические занятия проводятся в виде учебных, учебно-методических, учебно-тренировочных, контрольных занятий.

Методико-практические занятия предусматривают освоение основных методов и способов формирования учебных, профессиональных и жизненных умений и навыков средствами физической культуры и спорта. При проведении методико-практических занятий в соответствии с планируемой темой занятия преподаватель заблаговременно выдает студентам задание по ознакомлению с рекомендуемой литературой и необходимые указания по ее освоению. Каждый обучающийся обеспечен доступом к библиотечным фондам академии и кафедры.

Практический раздел программы реализуется на *учебно-тренировочных* занятиях в учебных группах основного, специального и спортивного отделений. Обязательными видами физических упражнений являются спортивные игры, упражнения скоростно-силовой, силовой направленности и профессионально-прикладной физической подготовки.

Учебно-тренировочные занятия базируются на широком использовании теоретических знаний и методических умений, на применении разнообразных средств физической культуры, спортивной и профессионально-прикладной физической подготовки студентов. Их направленность связана с обеспечением необходимой

двигательной активности, достижением и поддержанием оптимального уровня физической и функциональной подготовленности в период обучения; приобретением личного опыта совершенствования и коррекции индивидуального физического развития, функциональных и двигательных возможностей; с освоением жизненно и профессионально необходимых навыков, психофизических качеств.

Средства ППФП, подобранные в соответствии с задачами ППФП будущих специалистов, включают специально направленные физические упражнения, естественные факторы природы, гигиенические факторы.

Основное учебное время выделяется на практическую работу по развитию физических качеств и выработке двигательных умений и навыков. Критерием успешности освоения учебного материала электива является экспертная оценка преподавателя показателей, основанных на использовании двигательной активности не ниже определенного минимума: регулярности посещения учебных занятий; результатов выполнения обязательных (федеральный компонент) и дополнительных тестов (кафедральных и специализированных), разрабатываемых кафедрой.

Студенты всех учебных отделений, выполнившие учебную программу по элективу, сдают зачет. Критерием оценки успешности освоения учебного материала выступает экспертная оценка преподавателя и оценка результатов тестов практического раздела не ниже определенного минимума, регулярности посещения учебных занятий. Перечень требований и тестов по каждому разделу, их оценки в очках разрабатываются кафедрой физического воспитания и охватывают их общую физическую, спортивно-техническую и профессионально-прикладную физическую подготовленность.

Практический материал для специального учебного отделения разрабатывается с учетом показаний и противопоказаний для каждого студента. Учебный материал имеет корригирующую и оздоровительно-профилактическую направленность. При его реализации необходим индивидуально-дифференцированный подход в зависимости от уровня функциональной и физической подготовленности, характера и выраженности структурных и функциональных нарушений в организме, вызванных временными или постоянными патологическими факторами. Студенты, специального учебного отделения (включая освобожденных от практических занятий) пишут рефераты, связанные с особенностями использования средств физической культуры при их индивидуальных отклонениях в состоянии здоровья. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения учебной дисциплины, рассмотрены через соответствующие знания, умения и навыки.

Отработки пропущенных занятий осуществляются в следующих формах: учебно-тренировочные занятия; подготовка доклада по методико-практическому разделу программы с презентацией; написание реферата.

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

Семестр	Вид занятий Л, Пр.,С	Используемые образовательные технологии (активные, интерактивные)	Кол-во часов	% занятий в интерактивной форме	Перечень программного обеспечения
I–VIII	Л	Проблемные лекции Лекции-беседы Лекции-конференции	–	–	–
	Пр.	«Круглые столы» Ролевые и деловые игры Дискуссии	328	–	–
	С	УИРС Рефераты Составление профилактических программ	–	–	–

12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

№/п	Наименование оборудования	Количество	Техническое состояние
1	2	3	4
<i>Учебно-практическое оборудование</i>			
1.	Компьютер	2	хорошее
2.	Проектор	1	хорошее
3.	Копировальная техника	1	хорошее
4.	Мат гимнастический	6	хорошее
5.	Кольцо амортизационное	2	хорошее
6.	Щит б/б игровой пластмассовый	2	хорошее
7.	Стойка волейбольная	1	хорошее
8.	Степ-платформа	15	хорошее
9.	Теннисный стол	2	хорошее
10.	Стол шахматный	6	хорошее
11.	Ростомер	1	хорошее
12.	Лавка	5	хорошее
13.	Дартс	2	хорошее
14.	Мяч баскетбольный	10	хорошее
15.	Мяч волейбольный	22	хорошее
16.	Мяч футбольный	17	хорошее
17.	Коврик Домино	2	хорошее
18.	Каремат	20	хорошее
19.	Коврики спортивные	5	хорошее
20.	Мяч для фитнеса	10	хорошее
21.	Гантели	5	хорошее

22.	Насос для мяча	3	хорошее
23.	Обруч стальной гимнастический утяжеленный	10	хорошее
24.	Палка гимнастическая	10	хорошее
25.	Ракетка для настольного тенниса	10	хорошее
26.	Ракетка для бадминтона	10	хорошее
27.	Секундомер	1	хорошее
28.	Сетка баскетбольная	7	хорошее
29.	Сетка волейбольная	4	хорошее
30.	Сетка для настольного тенниса	3	хорошее
31.	Скакалка гимнастическая	35	хорошее
32.	Шахматы	5	хорошее
33.	Эспандер грудной	3	хорошее
34.	Динамометр ручной	1	хорошее
35.	Весы механические	1	хорошее
36.	Мяч настольного тенниса	200	хорошее
37.	Динамометр кистевой	4	хорошее
38.	Тонометр автоматический	1	хорошее
39.	Тонометр механический	3	хорошее
<i>Спортивные залы (кабинеты)</i>			
Спортивный зал игровой		С раздевалками для мужчин и женщин (оснащённые скамейками), душевыми и туалетами для мужчин и женщин	
Учебная аудитория для проведения методических, лекционных занятий		1	
Доска классная		1	
Преподавательская		Включает в себя: рабочий стол, стулья, шкафы книжные	
Раздевалка для преподавателей		Включает в себя: мягкие скамейки, шкафчики для одежды	
Подсобные помещения для хранения инвентаря и оборудования		Включает в себя стеллажи	
<i>Открытые спортивные площадки</i>			
Игровое поле для мини- футбола		1	
Дорожка разметочная для прыжков в длину с места		1	
Ворота для мини-футбола		2	
<i>Таблицы</i>			
Тестовые задания по изучаемым темам		300	

13. Ведение образовательной деятельности с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий

В условиях введения ограничительных мероприятий (карантина), связанных с неблагоприятной эпидемиологической ситуацией, угрозой распространения новой коронавирусной инфекции и прочих форс-мажорных событиях, не позволяющих проводить учебные занятия в очном режиме, возможно изучение настоящей дисциплины или ее части с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Преподавание дисциплины в вышеописанных ситуациях будет осуществляться посредством освоения электронного курса с доступом к видео лекциям и интерактивным материалам курса: презентациям, статьям, дополнительным материалам, тестам и различным заданиям. При проведении учебных занятий, текущего контроля успеваемости, а также промежуточной аттестации обучающихся могут использоваться платформы электронной информационно-образовательной среды академии и/или иные системы электронного обучения, рекомендованные к применению в академии, такие как Moodle, Zoom, Webinar и др.

Лекции могут быть представлены в виде аудио-, видеофайлов, «живых лекций» и др.

Проведение семинаров и практических занятий возможно в режиме on-line как в синхронном, так и в асинхронном режиме. Семинары могут проводиться в виде web-конференций.