

МПД-17

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



УТВЕРЖДАЮ
Ректор ФГБОУ ВО СОГМА
Минздрава России
О.В. Ремизов
«24» мая 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

« Физическая культура и спорт»

основной профессиональной образовательной программы высшего образования –
программы специалитета по специальности 32.05.01 Медико-профилактическое дело,
утвержденной 23.05.2023 г.

Форма обучения -очная

Срок освоения ОПОП ВО -6 лет

Кафедра –общей гигиены и физической культуры

Владикавказ, 2023 г.

При разработке рабочей программы дисциплины в основу положены:

1. ФГОС ВО по специальности 32.05.01 Медико-профилактическое дело, утвержденный Министерством образования и науки РФ «16» января 2017 г. №21
2. Учебные планы ОПОП ВО по специальности 32.05.01 Медико-профилактическое дело: МПД-17-04-18, утвержденные ученым Советом ФГБОУ ВО СОГМА Минздрава России «24» мая 2023 г., протокол № 8

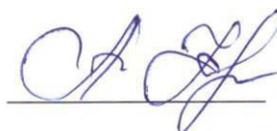
Рабочая программа дисциплины одобрена на заседании кафедры общей гигиены и физической культуры ФГБОУ ВО СОГМА Минздрава России от «18» мая 2023 г., протокол № 10.

Рабочая программа дисциплины одобрена на заседании центрального координационного учебно-методического совета от «23» мая 2023 г., протокол № 5.

Рабочая программа дисциплины утверждена ученым Советом ФГБОУ ВО СОГМА Минздрава России от «24» мая 2023 г., протокол № 8

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 дисциплины (или ее разделов)	Результаты освоения		
			знать	уметь	владеть
1	2	3	4	5	6
Теоретический раздел					
1.	ОК-8	<i>Физическая культура в общественной и профессиональной подготовке студентов</i>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Цели и задачи физического воспитания; ✓ основы и системы организации физического воспитания и пропаганды здорового образа жизни 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ориентироваться в общих и специальных вопросах системы организации физической культуры и пропаганды здорового образа жизни 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Основными понятиями в области физической культуры
2.	ОК-8	<i>Психофизиологические основы труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности. Основы методик развития основных физических качеств</i>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Психофизиологическую характеристику интеллектуальной деятельности и учебного труда студента; ✓ особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности, профилактики нервно-эмоционального и психофизического утомления студентов, повышения эффективности учебного труда 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Использовать средства физической культуры регулирования своего психофизиологического состояния методами психофизической тренировки; ✓ использовать на занятиях методику тренировки основных физических качеств человека (сибыстроты, выносливости, ловкости, гибкости) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приемами регулирования работоспособности путем применения средств физической культуры; ✓ навыками оптимизации своего физического состояния в условиях профессиональной деятельности
3.	ОК-8	<i>Естественно – научные основы физического воспитания</i>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Обоснование механизмов и закономерностей совершенствования отдельных систем организма под воздействием направленной физической деятельности 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Оценивать воздействие основных средств физического воспитания на организм человека 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Информацией об основных методах оценки влияния физического воспитания на организм человека
4.	ОК-8	<i>Медико-биологические и методические основы современной спортивной тренировки</i>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Особенности функционирования человеческого организма и отдельных его систем под влиянием занятий физическими упражнениями и спортом в различных условиях внешней среды 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Рационально адаптировать физкультурно-спортивную деятельность к индивидуальным особенностям организма, условиям труда, быта, отдыха дифференцировать использование средств физической культуры и спорта с учетом отмеченных особенностей 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Специальными знаниями по методике спортивной тренировки, гигиене, восстановлению, для развития инициативности и формированию адекватной оценки собственных физических возможностей
5.	ОК-8	<i>Методы контроля за функциональным и физическим состоянием организма человека</i>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Цели и задачи контроля и самоконтроля за основными жизнеобеспечивающими системами организма 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Проводить тесты и функциональные пробы, анализировать реакцию организма на выполненную нагрузку 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Методами оценки физического развития, физической подготовленности организма
6.	ОК-8	<i>Первая, доврачебная помощь при спортивных травмах, внезапных заболеваниях и воздействии других неблагоприятных факторов</i>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Сущность, принципы, правила и последовательность оказания первой, доврачебной помощи 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Применять приемы оказания первой медицинской помощи 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Приемами доврачебной помощи при спортивных травмах, внезапных заболеваниях и воздействии других неблагоприятных факторов
7.	ОК-8	<i>Гигиенические основы физического воспитания и спорта. Часть 1: Технические средства и тренажеры на службе здоровья. Часть 2: Вспомогательные гигиенические средства повышения и восстановления работоспособности</i>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Гигиенические требования к устройству основных спортивно-оздоровительных сооружений и оборудования; ✓ методы оценки физических кондиций человека; ✓ принципы использования восстановительных средств при физических нагрузках и в спорте 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Формировать физическую активность, здоровый образ жизни на основе гигиенических знаний; ✓ проводить оздоровительные мероприятия с учетом гигиенических требований 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Средствами и методами повышения и восстановления работоспособности на основе гигиенических знаний; ✓ методами гигиенического нормирования физических нагрузок при занятиях физической культурой и спортом
8.	ОК-8	<i>Допинги и стимуляторы в спорте</i>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Механизмы патологического воздействия допингов; ✓ формы и методы, применяемые для борьбы с допингом в спорте 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Свободно ориентироваться в многообразии подходов к ведению борьбы с допингом в различных видах спорта 	<ul style="list-style-type: none"> Системой практических знаний о патологическом воздействии допингов на организм спортсменов
9.	ОК-8	<i>Медико-биологические и социальные факторы риска в современном обществе</i>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ О факторах внешней среды и их влияние на здоровье человека; ✓ воздействие на организм вредных привычек 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Анализировать реакцию организма на воздействие негативных факторов и возможности организма адаптироваться к этим факторам 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Знаниями об основных медико-биологических факторах риска; ✓ методами борьбы с вредными привычками
10.	ОК-8	<i>Адаптивная физическая культура и спорт инвалидов</i>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Основы адаптивного физического воспитания и спорта; ✓ методы и организацию комплексного физиологического и психолого-педагогического контроля занимающихся адаптивной физической культурой и спортом 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Подбирать по медицинским показаниям комплекс мероприятий для организации и проведения занятий по адаптивной физической культуре и спорту 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Навыками применения средств и методов адаптивной физической культуры и адаптивного спорта

11.	ОК-8	<i>Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП). Физическая культура в системе научной организации труда (НОТ)</i>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Цели, задачи и средства профессионально-прикладной физической подготовки студентов и методические основы; ✓ формы ППФП в медицинских вузах 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Самостоятельно подобрать и практически использовать средства и методы физической культуры для развития профессионально важных качеств и навыков 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Навыками оптимизации своего физического состояния в условиях профессиональной деятельности
12.	ОК-8	<i>Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания студентов медицинских вузов</i>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Методические принципы физического воспитания, этапы обучения движениям; ✓ физические качества, средства и методы их воспитания 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Применять методы и средства физической подготовки при формировании двигательных качеств 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Методами и средствами развития физических качеств, оценивать уровень физической подготовленности
13.	ОК-8	<i>Физическое воспитание учащихся и студентов с отклонениями в состоянии здоровья</i>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Особенности применения физических упражнений для учащихся различных нозологических групп 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Подбирать соответствующие средства и методы решения коррекционных, компенсаторных, профилактических, оздоровительных задач 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования
14.	ОК-8	<i>Оптимизация физической активности населения</i>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Основные методики назначения оптимального двигательного режима различных категорий населения 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Применять основные методики назначения оптимального двигательного режима различных категорий населения 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Практикой применения физических упражнений с учетом возраста человека, энергозатратах и необходимым минимумом двигательной активности в процессе жизнедеятельности; ✓ системным подходом в оценке образа жизни
15.	ОК-8	<i>Современные оздоровительно-спортивные системы повышения качества жизни человека</i>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Принципы оздоровительной направленности физического воспитания, конкретизируемые в культурно-оздоровительных технологиях 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Современными физкультурно-оздоровительными технологиями повышения качества жизни человека, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья

Практический раздел

16.	ОК-8	Методико-практический подраздел			
		<i>Методико-практические основы физической культуры и здорового образа жизни</i>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Основные методы и способы формирования учебных, профессиональных, жизненных умений и навыков средствами физической культуры и спорта 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа жизни 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Методико-практическими основами физической культуры и здорового образа жизни
17.	ОК-8	Учебно-тренировочный подраздел			
		<ul style="list-style-type: none"> ✓ <i>Общая физическая подготовка (ОФП)</i> 	<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"> ✓ 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
		<ul style="list-style-type: none"> ✓ <i>Легкая атлетика</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Основы техники беговых упражнений (кроссового бега, бега на короткие, средние и длинные дистанции); ✓ 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"> ✓ Средствами воспитания физических качеств: силой, быстротой, ловкостью, гибкостью, выносливостью
		<ul style="list-style-type: none"> ✓ <i>Спортивные игры (баскетбол, волейбол)</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Правила игры; ✓ технику безопасности во время занятий спортивными играми 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Выполнять основные технические и тактические приемы базовых видов спорта 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Навыками по осуществлению самоконтроля в процессе занятий спортом; ✓ методиками, необходимыми для развития скоростно-силовых способностей

Контрольный раздел

18.	ОК-8	<ul style="list-style-type: none"> ✓ <i>Контроль определения уровня сформированности физической и функциональной подготовленности</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Теоретические и методико-практические основы физической культуры и здорового образа жизни; ✓ технику выполнения контрольных нормативов для определения уровня физической и функциональной подготовленности 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Составлять и выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма; ✓ выполнять технически правильно контрольные нормативы по общефизической и спортивно-технической подготовке 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Технической и тактической подготовкой по элементам спортивных и подвижных игр; ✓ техникой выполнения контрольных тестов и результативно выполнять их в соответствии с требованиями ФГОС ВО
-----	------	--	---	--	---

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к дисциплинам базовой части Блока 1 «Дисциплины (модули)» ФГОС ВО по направлению подготовки (специальности) 32.05.01 Медико-профилактическое дело.

4. Объем дисциплины

№№ п/п	Вид работы	Всего зачетных единиц	Всего часов	Семестры	
				I	VIII
				Часов	
1	2	3	4	5	6
1.	Контактная работа обучающихся с преподавателем (всего), в том числе:	2	72	36	36
2.	Лекции (Л)		40	20	20
3.	Практические занятия (ПЗ)		32	16	16
4.	Самостоятельная работа студента (СРС)		–	–	–
5.	Вид промежуточной аттестации	зачет (З)		3	3
		экзамен (Э)		–	–
6.	ИТОГО:	часов		36	36
		ЗЕТ	2		1

5. Содержание дисциплины

№/п	№ семестра	Наименование темы (раздела) дисциплины	Виды учебной деятельности (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости
			Л	ПЗ	ВСЕГО	
1	2	3	4	5	6	7
1.	I, VIII	ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ	40		40	
	I	<i>Физическая культура в общественной и профессиональной подготовке студентов.</i>	4		4	Блиц-опрос
	I	<i>Психофизиологические основы труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности. Основы методик развития основных физических качеств.</i>	4		4	
	I	<i>Естественно – научные основы физического воспитания.</i>	2		2	
	I	<i>Медико-биологические и методические основы современной спортивной тренировки.</i>	2		2	
	I	<i>Методы контроля за функциональным и физическим состоянием организма человека.</i>	2		2	
	I	<i>Первая, доврачебная помощь при спортивных травмах, внезапных заболеваниях и воздействии других неблагоприятных факторов</i>	2		2	
	I	<i>Гигиенические основы физического воспитания и спорта. Часть 1: Технические средства и тренажеры на службе здоровья. Часть 2: Вспомогательные гигиенические средства повышения и восстановления работоспособности.</i>	2		2	
	VIII	<i>Допинги и стимуляторы в спорте.</i>	2		2	
	VIII	<i>Медико-биологические и социальные факторы риска в современном обществе.</i>	2		2	
	VIII	<i>Адаптивная физическая культура и спорт инвалидов.</i>	2		2	
	VIII	<i>Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП). Физическая культура в системе научной организации труда (НОТ).</i>	2		2	
	VIII	<i>Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания студентов медицинских вузов.</i>	4		4	
	VIII	<i>Физическое воспитание учащихся и студентов с отклонениями в состоянии здоровья.</i>	2		2	
	VIII	<i>Оптимизация физической активности населения.</i>	2		2	
	VIII	<i>Современные оздоровительно-спортивные системы повышения качества жизни человека.</i>	4		4	
2.	I, VIII	ПРАКТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ		32	32	
		Методико-практический подраздел*				
	VIII	Нетрадиционные методы физического воспитания: <i>Аутогенная тренировка (оуо, суо)**.</i>				Доклад, презентация
	I	Контроль и самоконтроль: <i>Оперативный контроль на занятиях по физической культуре (оуо, суо).</i>				
	I	<i>Определение физической работоспособности студентов при занятиях физическими упражнениями (оуо, суо).</i>				
	I	<i>Оценка физического состояния (оуо).</i>				
	I	<i>Оценка функционального состояния студентов специального учебного отделения (суо).</i>				

VIII	<i>Оптимальный двигательный режим и рациональное питание людей различного возраста (оуо, суо).</i>					
I	Профессионально-прикладная физическая подготовка: <i>Методика проведения и составления комплекса утренней гигиенической гимнастики (оуо, суо).</i>					
VIII	<i>Составление программы профессионально-прикладной физической культуры врача (оуо, суо).</i>					
Учебно-тренировочный подраздел						
I	<i>ОФП</i>		2	2	Составление комплексов упражнений различной направленности, тесты	
	<i>Легкая атлетика</i>		4	4		
	<i>Спортивные игры (баскетбол)</i>		4	4		
	<i>Спортивные игры (волейбол)</i>		4	4		
VIII	<i>ОФП</i>		2	2		
	<i>Легкая атлетика</i>		4	4		
	<i>Спортивные игры (баскетбол)</i>		4	4		
	<i>Спортивные игры (волейбол)</i>		4	4		
3. I, VIII	КОНТРОЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ		4	4		Контроль за физической подготовленностью – контрольные нормативы, реферат
	ИТОГО:	40	32	72		

***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	Ростиашвили Е.Ю., Андиев О.Х., Аситашвили С.Г. <i>«Теоретический курс к практическим занятиям по дисциплине «Физическая культура для студентов».</i> Учебно-методическое пособие. 2016.
2.	I	Ростиашвили Е.Ю., Аситашвили С.Г. <i>«Определение физической работоспособности студентов».</i> Методические рекомендации для студентов. 2016.
3.	I	Кусова А.Р., Разуваева А.А. <i>«Оценка физического состояния».</i> Методические рекомендации. 2016.
4.	I	Кусова А.А., Разуваева А.А. <i>«Методика проведения и составления комплекса утренней гигиенической гимнастики».</i> Методические рекомендации. 2016.
5.	VIII	Кусова А.Р., Разуваева А.А. <i>«Аутогенная тренировка».</i> Учебно-методическое пособие для студентов. 2016.
6.	VIII	Кусова А.Р., Ростиашвили Е.Ю. <i>«Оптимальный двигательный режим и рациональное питание людей различного возраста».</i> Учебно-методическое пособие. 2016.
7.	VIII	Ростиашвили Е.Ю., Андиев О.Х. <i>«Составление программы профессионально–прикладной физической культуры врача».</i> Методические рекомендации для студентов. 2016.
8	I, VIII	Кусова А.Р., Ростиашвили Е.Ю. <i>«Методы оценки и коррекции осанки».</i> Методические рекомендации для студентов. 2017.
9.	I, VIII	Ревазов М.О., Козаев Р.Х., Маганова Н.Г. <i>«Организация занятий по физической культуре студентов специального медицинского отделения с сердечно-сосудистой патологией».</i> Методическое пособие. 2018.
10.	I, VIII	Кусова А.Р., Ростиашвили Е.Ю. <i>«Организация занятий по физической культуре для студентов с избыточной массой тела».</i> Методические рекомендации. 2018.
11.	I, VIII	Шаталова А.А., Андиев О.Х., Аситашвили С.Г., Ревазов М.О. <i>«Использование подвижных игр на занятиях физической культуры в вузе».</i> Методическое пособие. 2019.
12.	I, VIII	Горохов С.В., Козаев Р.Х. <i>«Подвижные игры с элементами бадминтона на занятиях со студентами специальной медицинской группы».</i> Методическое пособие. 2019.
13.	I, VIII	Кусова А.Р., Ростиашвили Е.Ю. <i>«Организация занятий по физической культуре для студентов с заболеваниями опорно-двигательного аппарата (плоскостопие)».</i> Методические рекомендации. 2019.
14.	I, VIII	Кусова А.Р., Шаталова А.А., Горохов С.В., Козаев Р.Х. <i>«Современные вспомогательные и нетрадиционные оздоровительно-физкультурные средства и технологии».</i> Методическое пособие. 2020.

15.	I, VIII	Кусова А.Р., Ростиашвили Е.Ю. <i>«Организация занятий по физической культуре для студентов специального медицинского отделения с заболеванием опорно-двигательной системы-сколиозом».</i> Методическое пособие. 2020.
16.	I, VIII	Андиев О.Х., Аситашвили С.Г., Ревазов М.О. <i>«Методика обучения и проведения общеразвивающих упражнений без предметов на занятиях по физической культуре».</i> Учебно-методическое пособие. 2020.

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

№/	Перечень компетенций	№ семестра	Показатель(и) оценивания	Критерий(и) оценивания	Шкала оценивания	Наименование ФОС
1.	ОК-8	I, VIII	См. стандарт контроля качества обучения, утв Приказом ФГБОУ ВО СОГМА Минздрава России от 10.07.2018 г., № 264/о	См. стандарт контроля качества обучения, утв Приказом ФГБОУ ВО СОГМА Минздрава России от 10.07.2018 г., № 264/о	См. стандарт контроля качества обучения, утв Приказом ФГБОУ ВО СОГМА Минздрава России от 10.07.2018 г., № 264/о	Эталон тестовых заданий, тесты общей физической и профессионально-прикладной физической подготовки, реферат

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

№ п/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. Баркулов, А.А. Нестеров	М.: Академия, 2006	5	2	
Дополнительная литература						
5.	Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта: учебное пособие	Ж.К. Холмаев, 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	
7.	Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения: учебник	Ю.Д. Железняк	М.: Академия, 2006	4	2	
8.	Лечебная физическая культура: справочник	В.А. Елифанов	М.: Медицина, 2004	15	3	«Консультант студента» http://www.studmedlib.ru/t/book/ISBN9785970426456.html
			М.: ГЭОТАР-Медиа, 2006	151	4	

СОГЛАСОВАНО
Зав. библиотекой

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>
6. <http://www.studmedlib.ru/ru/book/ISBN9785970436592.html>

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

1. <http://www.minsport.gov.ru/> – Официальный сайт Министерства спорта РФ.
2. <https://www.rosminzdrav.ru/> – Официальный сайт Министерства здравоохранения РФ.
3. <http://lib.sportedu.ru> – Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту РФ.
4. <http://elibrary.ru> – Научная электронная библиотека.
5. <http://www.edu.ru/> – Российское образование. Федеральный портал.
6. <http://www.teoriya.ru/ru> – Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Ежеквартальный научно-методический журнал Российской Академии Образования.
7. <http://edu.garant.ru/garant/study/> – Гарант-студент: энциклопедия Российского законодательства (программа поддержки учебных заведений). Специальный выпуск для студентов, аспирантов, преподавателей.
8. «Консультант плюс» <http://www.consultant.ru>.
9. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» - <http://window.edu.ru/>.
10. http://cnit.ssau.ru/kadis/osnov_set/ - Физическая культура студента. Электронный учебник. Содержание учебника соответствует примерной программе дисциплины "Физическая культура" для высших учебных заведений.
11. <http://www.volley.ru/pages/497/> – Всероссийская федерация волейбола.
12. <http://www.badm.ru/> – Национальная федерация бадминтона России.
13. <http://www.afkonline.ru/> – Адаптивная физическая культура. Ежеквартальный журнал.
14. <http://kzg.narod.ru/> - Журнал «Культура здоровой жизни» (открытый доступ).

✓ электронные образовательные ресурсы:

1. <https://elibrary.ru>
2. <http://www.scsml.rssi.ru>
3. <https://ru.wikipedia.org/wiki>

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Обучение по дисциплине «Физическая культура и спорт» складывается из контактной работы, включающих лекционный курс и практические занятия. Самостоятельная работа обучающихся ФГОС ВО не предусмотрена.

Теоретический раздел

Материал раздела предусматривает овладение обучающимися системой научно-практических и специальных знаний, необходимых для понимания природных и социальных процессов функционирования физической культуры общества и личности, умения их адаптивного, творческого использования для личностного и профессионального развития, самосовершенствования, организации здорового стиля жизни при выполнении учебной и профессиональной деятельности. Лекционный материал подается в форме проблемной лекции, лекции-беседы, лекции-конференции. На занятиях даются основные понятия и термины, основные закономерности, теории, принципы, положения, раскрывающие сущность явлений в физической культуре.

Практический раздел

В зависимости от состояния здоровья, обучающиеся относятся к следующим медицинским группам для занятий физической культурой: основная (практически здоровые студенты), подготовительная (имеющие ограничения двигательной активности) и специальная (студенты с ограниченными возможностями здоровья). В спортивное учебное отделение зачисляются студенты основной медицинской группы, показавших хорошую общую физическую и спортивную подготовленность и желание углубленно заниматься одним из видов спорта, занятия по которым организованы в академии. Основным критерий распределения обучающихся по учебным группам – результаты их медицинского обследования.

Определение медицинских групп для занятий с учетом состояния здоровья осуществляется в целях оценки уровня физического развития и функциональных возможностей, выбора оптимальной программы физического воспитания, выработки медицинских рекомендаций по планированию занятий физической культурой.

Практический раздел программы реализуется на методико-практических и учебно-тренировочных занятиях в учебных группах. Методико-практические занятия предусматривают освоение основных методов и способов формирования учебных, профессиональных и жизненных умений и навыков средствами физической культуры и спорта. *Учебно-тренировочные занятия в основном учебном отделении*, где занимаются студенты основной и подготовительной медицинских групп, базируются на применении разнообразных средств физической культуры, спортивной и профессионально-прикладной физической подготовки. 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 дозированные физические упражнения, естественные факторы природы и определенные гигиенические факторы.

Для обучающихся спортивного отделения осуществляется специализация в избранном виде спорта – начальная спортивная подготовка и спортивное совершенствование. Занятия предусматривают специфические средства и методы подготовки в конкретном виде спорта на базе более высоких, чем в базовых видах, объемов интенсивности нагрузки.

Практический учебный материал для специального учебного отделения имеет образовательную, корректирующую 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.

Распределение студентов на группы по медицинским показателям

<i>Название группы</i>	<i>Медицинская характеристика группы</i>	<i>Допускаемая физическая нагрузка</i>
<i>Основная</i>	<i>Лица без отклонений в состоянии здоровья, а также лица, имеющие незначительные отклонения в состоянии здоровья, при достаточном физическом развитии и физической подготовленности</i>	<i>Занятия по учебной программе физической культуры в полном объеме</i>
<i>Подготовительная</i>	<i>Лица без отклонений в состоянии здоровья, а также лица, имеющие незначительные отклонения в состоянии здоровья, с недостаточным физическим развитием и недостаточной физической подготовленностью</i>	<i>Занятия по учебной программе физической культуры при условии более постепенного освоения комплекса двигательных навыков и умений, особенно связанных с предъявлением повышенных требований. Дополнительные занятия для повышения уровня физической подготовленности и физического развития</i>
<i>Спортивная</i>	<i>Студенты основной медицинской группы, показывающие хорошую общую физическую и спортивную подготовленность и желающие углубленно заниматься одним из видов спорта</i>	<i>Занятия в одной из спортивных секций; участие в соревнованиях</i>
<i>Специальная</i>	<i>Лица, имеющие отклонения в состоянии здоровья постоянного и временного характера, требующие ограничения физических нагрузок</i>	<i>Занятия по специальным учебным программам</i>

Примечание: перевод из одной медицинской группы в другую проводится после дополнительного медицинского обследования на основании заключения врача и решения преподавателя по физической культуре.

Рекомендации для обучающихся, освобожденных от практических занятий по подготовке реферата

Студенты, временно освобожденные от практических занятий по состоянию здоровья, выполняют программу дисциплины в объеме эквивалентном количеству учебных часов в виде: подготовки рефератов, участия в судействе соревнований и т.д. Тема выбирается совместно с преподавателем из списка предложенных, возможно – интересующая тема. Для работы с рефератом необходимо подобрать необходимую литературу в библиотеке академии или других источниках, проанализировать материал, выделить ключевые понятия и подготовить реферат в соответствии с требованиями, для защиты реферата подготовить краткое сообщение. Для получения промежуточной аттестации обучающимся необходимо выполнить все задания, предусмотренные программой дисциплины.

С целью обеспечения непрерывности учебного процесса, объективно не имеющим возможность по состоянию здоровья регулярно посещать занятия по дисциплине, необходимые материалы по разделам программы, так и индивидуально-ориентированные предоставляются в электронном варианте в виде файлов с лекциями, презентациями и другими методическими материалами.

Виды и формы отработки пропущенных занятий

Студент, пропустивший практические занятия, обязан их отработать по специальному графику. Студент, пропустивший теоретические занятия обязан самостоятельно подготовиться по разделам программы и уметь показать уровень освоенного материала в форме: тестирования, подготовки доклада по теоретическому разделу программы с презентацией; умение составить комплекс упражнений разминки, утренней гигиенической гимнастики и др., написания реферата (для студентов специальной медицинской группы).

Контрольный раздел

Оценивание знаний, умений и навыков, формируемых при изучении учебной дисциплины, осуществляется в процессе текущей и промежуточной аттестации. Текущая аттестация проводится в течение периода обучения, отведенного на изучение учебной дисциплины, и включает контроль формирования компетенции в процессе аудиторных занятий обучающегося. Промежуточной аттестацией завершается изучение дисциплины. Критерием успешности освоения учебного материала является экспертная оценка преподавателя, учитывающая регулярность посещения учебных занятий, знаний теоретического раздела программы и выполнение установленных тестов.

Обучающиеся специального медицинского отделения выполняют разделы программы, контрольно-зачетные тесты и требования с учетом показаний и противопоказаний в зависимости от характера и степени отклонения в состоянии здоровья. Итоговая отметка по физической культуре в специальных медицинских группах выставляется с учетом теоретических и практических знаний, а также с учетом динамики физической подготовленности и посещаемости занятий.

Перечень требований и тестов по каждому разделу разрабатываются кафедрой и охватывают их общую физическую, спортивно-техническую и профессионально-прикладную физическую подготовленность, а также уровень теоретических знаний. Для оценки усвоения теоретического материала применяется программное тестирование с использованием персональных компьютеров.

Освоение дисциплины «Физическая культура и спорт» инвалидами и лицами с ограниченными возможностями (ОВЗ)

Освоение дисциплины «Физическая культура и спорт» инвалидами и лицами с ОВЗ заключается в выполнении письменной работы на тему из списка обязательной тематики теоретического раздела рабочей программы дисциплины. Основной акцент в оценивании учебных достижений по физической культуре обучающихся, имеющих выраженные отклонения в состоянии здоровья, должен быть сделан на стойкой их мотивации к занятиям физическими упражнениями и динамике их физических возможностей.

В зависимости от характера заболевания обучающегося и степени ограниченности возможностей (в соответствии с рекомендациями службы медико-социальной экспертизы) занятия для обучающихся с ОВЗ могут быть организованы в следующих видах:

- ✓ лекционные занятия по тематике здорового образа жизни;
- ✓ подвижные занятия адаптивной физической культурой в спортивном зале или на открытом воздухе;
- ✓ занятия по настольным, интеллектуальным видам спорта;
- ✓ подготовка реферата по разработанной для каждого обучающегося теме, отражающей оздоровительно-профилактическую направленность физического воспитания.

Форма проведения аттестации для студентов-инвалидов устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей, предусматривается доступная форма предоставления заданий оценочных средств, а именно:

- ✓ в печатной или электронной форме (для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата);
- ✓ в печатной форме или электронной форме с увеличенным шрифтом и контрастностью (для лиц с нарушениями слуха, речи, зрения).

Студентам с инвалидностью увеличивается время на подготовку ответов на контрольные вопросы. Для таких студентов предусматривается доступная форма предоставления ответов на задания, а именно:

- ✓ письменно на бумаге или набором ответов на компьютере (для лиц с нарушениями слуха, речи);
- ✓ выбором ответа из возможных вариантов с использованием услуг ассистента (для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата);
- ✓ устно (для лиц с нарушениями зрения, опорно-двигательного аппарата).

При необходимости для обучающихся с инвалидностью процедура оценивания результатов обучения может проводиться в несколько этапов.

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

Internet Explorer
Microsoft Office,
Power Point

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	3	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	3	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	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.	Доска классная	1	Хорошее
38.	Динамометр кистевой	4	Хорошее
39.	Тонометр автоматический	1	Хорошее
40.	Тонометр механический	3	Хорошее
<i>Спортивные залы (кабинеты)</i>			
41.	Спортивный зал №1	1	Хорошее
42.	Спортивный зал №2	1	Хорошее
43.	Стрелковый ТИР		Удовлетворительное
44.	Учебная аудитория для проведения методических, лекционных занятий	1	Хорошее
45.	Преподавательская	1	Хорошее
46.	Раздевалка для преподавателей	1	Хорошее
47.	Подсобные помещения для хранения инвентаря и оборудования	1	Хорошее
<i>Открытые спортивные площадки</i>			
48.	Игровое поле для мини-футбола	1	Удовлетворительное
49.	Дорожка разметочная для прыжков в длину	1	Хорошее
50.	Ворота для мини-футбола	2	Удовлетворительное

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.