



Министерство здравоохранения Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Саратовский государственный медицинский университет имени В.И. Разумовского»
Министерства здравоохранения Российской Федерации
(ФГБОУ ВО Саратовский ГМУ им. В.И. Разумовского Минздрава России)

ПРИНЯТА

Ученым советом педиатрического и
фармацевтического факультетов
протокол от 11.05.18 № 4

Председатель [подпись] А.П. Аверьянов

УТВЕРЖДАЮ

Декан лечебного факультета и факультета
клинической психологии

[подпись] Д.В. Тупикин
« 01 » 06 2018 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«физическая культура и спорт»

Направление подготовки (специальность)	<u>31.05.01 Лечебное дело</u>
Форма обучения	<u>очная</u>
Срок освоения ОПОП	<u>6 лет</u>
Кафедра физического воспитания	<u></u>

ОДОБРЕНА

на заседании учебно-методической конференции
кафедры
от 27.04.18 № 8

Заведующий кафедрой [подпись] М.Ю. Фролов

СОГЛАСОВАНА

Начальник учебно-методического отдела
УОКОД [подпись] А.В. Кулигин

« 01 » 06 2018 г.

Рабочая программа учебной дисциплины «физическая культура и спорт»
разработана на основании учебного плана по специальности Лечебное дело, утвержденного
Ученым Советом Университета, протокол
от « ____ » _____ 2018г., № ____; в соответствии с ФГОС ВО по направлению
подготовки (специальности) 31.05.01, утвержденный Министерством образования и науки
Российской Федерации « ____ » _____ г.

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель: освоения учебной дисциплины «физическая культура и спорт» является формирование у студентов мотиваций и стимулов к занятиям физической культурой как необходимому звену общекультурной ценности и общеоздоровительной тактики в профессиональной деятельности.

Задачи:

- укреплять здоровье студентов, повышать и поддерживать на оптимальном уровне физическую и умственную работоспособность, психомоторные навыки
 - развивать и совершенствовать физические качества, поддерживая их на протяжении всех лет обучения в вузе
 - вырабатывать у студентов ценностные установки на качественное применение средств и методов физической культуры как неотъемлемого компонента здорового образа жизни, фактора общекультурного развития и овладения медицинской профессией
 - прививать знания и обучать практическим навыкам использования нетрадиционных средств физической культуры для укрепления и восстановления здоровья
 - обучать различным двигательным навыкам, сочетая с профессионально-прикладной физической подготовкой, методам оценки физического, функционального, психоэмоционального и энергетического состояния организма и методам коррекции средствами физической культуры
 - обучить само и взаимоконтролю на групповых и индивидуальных занятиях средствами физической культуры, ведению дневника самоконтроля, составлению и проведению комплексов утренней гимнастической и производственной гимнастики
 - формировать навыки соблюдения требований личной и общественной гигиены, мотивационно-ценностное отношение к ежедневному выполнению двигательного режима, прививать интерес к занятиям спортом и желание к отказу от вредных привычек.

В результате изучения дисциплины «физическая культура и спорт» студент должен:

Знать;

- методы и средства физической культуры.

Уметь;

- использовать методы и средства физической культуры.

Владеть;

- на практике методами и средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

2. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ

Формируемые в процессе изучения учебной дисциплины компетенции

Общекультурные (ОК), общепрофессиональные (ОПК), профессиональные (ПК) – в соответствии с ФГОС 3+

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенции (или ее части)
1	2
	ОК-6 способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
<p>знать: методы и средства физической культуры;</p> <p>уметь: использовать методы и средства физической культуры;</p> <p>владеть: на практике методом и средством физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p>	
	ПК-1 способностью и готовностью к осуществлению комплекса мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья детей и включающих в себя формирование здорового образа жизни, предупреждение возникновения и (или) распространения заболеваний, их раннюю диагностику, выявление причин и условий их возникновения и развития, а также направленных на устранение вредного влияния на здоровье детей факторов среды их обитания.
<p>знать: средства физической культуры по предупреждению и возникновению наиболее часто встречающихся заболеваний в детском и подростковом возрасте. Социальную роль физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности, принципы здорового образа жизни;</p> <p>уметь: использовать знания в области физической культуры по предупреждению и возникновению наиболее часто встречающихся заболеваний в детском и подростковом возрасте;</p> <p>владеть: методами профилактических мероприятий средствами физической культуры по формированию здорового образа жизни</p>	
	ПК-16 готовностью к обучению пациентов и их родственников основным гигиеническим мероприятиям оздоровительного характера, навыкам самоконтроля основных физиологических показателей, способствующим сохранению и укреплению здоровья, профилактике заболеваний
<p>знать: основы теории в области физической культуры и спорта для проведения просветительской работы среди населения;</p> <p>уметь: использовать в просветительской работе знания в области физической культуры;</p> <p>владеть: навыками проведения просветительской работы средствами физической культуры по устранению факторов риска и формированию навыков здорового образа жизни.</p>	

3. МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Учебная дисциплина «физическая культура и спорт» относится к базовой части учебного плана блока 1 специальности Лечебное дело.

Материал дисциплины опирается на ранее приобретенные студентами знания по предмету «Физическая культура» в школьной программе.

4. ТРУДОЕМКОСТЬ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ КОНТАКТНОЙ РАБОТЫ

Вид работы	Всего часов	Кол-во часов в семестре	
		№ 1	№ 2
1	2	3	
Контактная работа (всего), в том числе:			
Аудиторная работа			
Лекции (Л)	22	18	4
Практические занятия (ПЗ),	22	4	18
Семинары (С)			
Лабораторные работы (ЛР)			
Внеаудиторная работа			
Самостоятельная работа обучающегося (СРО)	28	14	14
Вид промежуточной аттестации	зачет (З)	3	3
	экзамен (Э)		
ИТОГО: Общая трудоемкость	час.	72	36
	ЗЕТ	2	

5. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1 Разделы учебной дисциплины и компетенции, которые должны быть освоены при их изучении

№ п/п	Индекс компетенции	Наименование раздела учебной дисциплины	Содержание раздела
1	2	3	4
1	ОК-6 ПК-1 ПК-16	Теоретический	Физическая культура и спорт в России. Физическое воспитание в медицинских и фармацевтических вузах РФ. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Гигиенические основы физического воспитания. Технические средства и тренажеры на службе здоровья. Вспомогательные гигиенические средства повышения и восстановления работоспособности. Основы методик развития основных физических качеств. Медико-биологические и методические основы спортивной тренировки. Общая физическая и спортивная подготовка в системе

			физического воспитания студентов медицинских ВУЗов Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП). Физическая культура в системе научной организации труда (НОТ).
2	ОК-6 ПК-1 ПК-16	Практический	Легкая атлетика Гимнастика Плавание Спортивные игры Лыжная подготовка

5.2 Разделы дисциплины виды учебной деятельности и формы текущего контроля

№	№ семестра	Наименование раздела дисциплины	Виды деятельности (в часах)					Формы текущего контроля успеваемости
			Л	ЛР	ПЗ	СРО	всего	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.	1,2	Теоретический, практический	18		4	14	36	Тесты
2.	1,2	Практический Теоретический	4		18	14	36	Сдача нормативов
ИТОГО:			22		22	28	72	

5.3 Название тем лекций с указанием количества часов По дисциплине «физическая культура и спорт».

п/п №	Название тем лекций учебной дисциплины	Семестры	
		1 сем	2 сем
1	2	3	4
1.	Физическая культура и спорт в России. Физическое воспитание в медицинских и фармацевтических вузах России.	2	
2.	Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности.	2	
3.	Гигиенические основы физического воспитания. Технические средства и тренажеры на службе здоровья Вспомогательные гигиенические средства повышения и восстановления работоспособности	2	
4.	Основы методик развития основных физических качеств. Медико-биологические и методические основы спортивной тренировки.	2	
5.	Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания студентов медицинских ВУЗов	2	
6.	Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП).	2	
7.	Физическая культура в системе научной организации труда (НОТ).	2	
8.	Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания студентов медицинских ВУЗов	2	
9.	Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП). Физическая культура и спорт в системе научной организации труда (НОТ).	2	
10	Спорт. индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений		2
11	Особенности занятий избранным видом спорта или системой		2

физических упражнений		
-----------------------	--	--

5.4. Название тем практических занятий с указанием количества часов

№ п/п	Название тем практических занятий	Кол-во часов в семестре	
		№1	№2
1	2	3	
1	Тема 1 Лёгкая атлетика	2	2
2	Тема 2 Лёгкая атлетика	2	2
3	Тема 3 Специальная физическая подготовка (тест)	2	2
4	Тема 4 Волейбол	2	2
5	Тема 5 Волейбол	2	2
6	Тема 6 Волейбол	2	2
7	Тема 7 Тактическая подготовка (тест)	2	2
8	Тема 8 Плавание	2	2
9	Тема 9 Плавание	2	2
10	Тема 10 Техническая подготовка (тест)	2	2
11	Тема 11 Гимнастика	2	2
	Итого:	16	16

5.5. Лабораторный практикум ЛАБОРАТОРНЫЙ ПРАКТИКУМ по дисциплине «физическая культура и спорт» не предусмотрен.

5.6. Самостоятельная работа обучающегося по дисциплине «физическая культура и спорт»

№ П/П	№ семестра	Наименование раздела	Виды СРО	Всего часов
1	2	3	4	5
1.	1	Практический раздел	Подготовка к занятиям (ПЗ)	14
2.	2	Практический раздел	Подготовка к занятиям (ПЗ)	14
ИТОГО:				28

6. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ

САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

1. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины. (приложение 2)

7. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «физкультура и спорт» в полном объеме представлен в приложении 1.

В соответствии с рабочим учебным планом в конце изучения учебной дисциплины «физическая культура и спорт» во 2 семестре проводится промежуточная аттестация в форме зачёта.

Зачет по дисциплине выставляется на основании выполненных заданий и успешной сдачи итогового теста.

Оценивание обучающегося на промежуточной аттестации (зачёте)

Оценка	Требования
«зачтено»	выполнение заданий контрольных точек и сдача итогового теста более 70%
«не зачтено»	не выполнение или частичное выполнение заданий контрольных точек, итоговый тест выполнен менее, чем на 70%.

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания результатов освоения дисциплины

Рейтинговая система предусматривает поощрение обучающихся за хорошую работу в семестре с возможностью получить семестровую оценку без сдачи зачета. Обучающийся, набравший не менее 42 баллов, может получить зачет автоматически.

Распределение баллов рейтинговой оценки

посещение лекций	посещение практических занятий	контрольная точка	участие в олимпиадах и др.	научный кружок написание статьи	Зачет итоговый тест
10	30	30	20	-	10
90 баллов					10 баллов

Оценочные средства для проведения текущего контроля по дисциплине издаются отдельным документом и входят в учебно-методическую документацию по освоению дисциплины.

8. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

8.1. Основная литература

Электронные источники

№	Издания
1	2
1	Физическая культура: учебное пособие / Евсеев Ю.И. - Москва : Феникс, 2014. ЭБС Консультант студента
2	Гимнастика для женщин [Электронный ресурс] : учебное пособие / Котешева И.А. - Москва : ВЛАДОС, 2015 ЭБС Консультант студента
3	Физическая культура [Электронный ресурс] : учебник / Быченков С.В., Везеницын О.В. - [Б. м.] : Вузовское образование, 2016 ЭБС IPR
4	Курс лекций по физической культуре [Электронный ресурс] : учебное пособие / Ветков Н.Е. [Б. м.] : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2015 ЭБС IPR
5	Кохан, Т. А. Самостоятельные занятия физической культурой [Текст]: методические указания / Кохан Т. А. - Москва: Московский государственный технический университет имени Н.Э. Баумана, 2011. - 37 с. ЭБС IPR
6	Витун, Е. В. Современные системы физических упражнений, рекомендованные для студентов [Электронный ресурс]: учебное пособие / Витун Е. В. - Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, ИПК «Университет», 2017. - 111 с. ЭБС IPR
7	Витун Е. В. Современные системы физических упражнений, рекомендованные для студентов [Электронный ресурс]: учебное пособие / Витун Е. В. - Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, ИПК «Университет», 2017. - 111 с. ЭБС IPR
8	Posture : Types, Exercises and Health Effects / Curran, Sarah A. - Nova Science Publishers, Inc., 2014 Осанка: виды, упражнения и здоровье

8.2. Дополнительная литература

№	Издания
1	2
1	Физическая культура: учебное пособие / Евсеев Ю.И. - Москва : Феникс, 2014. ЭБС Консультант студента
2	Гимнастика для женщин [Электронный ресурс] : учебное пособие / Котешева И.А. - Москва : ВЛАДОС, 2015 ЭБС Консультант студента
3	Курс лекций по физической культуре [Электронный ресурс] : учебное пособие / Ветков Н.Е. - [Б. м.] : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2015 ЭБС IPR
4	Кохан Т.А. Самостоятельные занятия физической культурой [Текст] : методические указания / Кохан Т. А. - Москва : Московский государственный технический университет имени Н.Э. Баумана, 2011. - 37 с. ЭБС IPR
5	Физическая культура: учебное пособие / Евсеев Ю.И. - Москва : Феникс, 2014. ЭБС Консультант студента

9. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ»

№ п/п	Сайты
1	http://www.studmedlib.ru
2	http://www.iprbookshop.ru
3	http://biblioclub.ru
4	http://biblioclub.ru

10. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины представлены в приложении 2.

11. ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Используемое программное обеспечение

Перечень лицензионного Программного обеспечения	Реквизиты подтверждающего документа
Microsoft Windows	40751826 41028339, 41097493, 41323901, 414748391 1 45025528, 45980109, 46073926, 46188270, 478196391 49415469, 49569637, 60186121, 60620959, 610299251 61481323, 62041790, 64238801, 64238803, 646898951 65454057,65454061,65646520,69044252
Microsoft Office	40751826, 41028339, 41097493, 41135313, 411353171 И 41323901, 41474839, 41963848, 41993817, 442357621 45015872, 45954400, 45980109, 46033926, 461882701 I 47819639, 49415469, 49569637, 49569639, 496730301 60186121, 60620959, 61029925, 61481323, 619704721,62041790,64238803,64689898,65454057
Kaspersky Endpoint Security, Kaspersky Anti-Virus	1356-170911-025516407-524

Универсальные поисковые системы:

www.yandex.ru;

www.rambler.ru;

www.google.com;

www.mail.ru

Разработчики:

Заведующий кафедрой физвоспитания

занимаемая должность

Старший преподаватель кафедры
физвоспитания

занимаемая должность

подпись

подпись

М.Ю. Фролов

инициалы, фамилия

Д. А. Маслов

инициалы, фамилия

