ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГООБРАЗОВАНИЯ «АМУРСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ МЕДИЦИНСКАЯ АКАДЕМИЯ» МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙФЕДЕРАЦИИ

СОГЛАСОВАНО
Проректор по учебной работе
_____ Н.В. Лоскутова

«20» мая 2021 г.

Решение ЦКМС
«20» мая 2021 г.
протокол № 8

УТВЕРЖДЕНО
решение ученого совета ФГБОУ ВО
Амурская ГМА Минздрава России
«25» мая 2021 г.
протокол № 18

Ректор ФГБОУ ВО Амурская ГМА
Минздрава России
_____ Т.В. Заболотских
«25» мая 2021 г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00B8CAB2C8DE14D175DDCE407C47018195
Владелец: Заболотских Татьяна Владимировна
Действителен: с 19.12.2022 до 13.03.2024

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
дисциплины «Физическая культура и спорт»

Специальность: 31.05. 02 Педиатрия
Курс: I
Семестры: 1, 2
Всего часов: 72 часа
Зачетные единицы: 2 з.е.
Вид контроля: зачет, 2 семестр

Благовещенск 2021

Рабочая программа по дисциплине составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - специалитет по специальности 31.05.02 Педиатрия, утвержденного приказом Минобрнауки России от 12.08.2020. № 965 (зарегистрировано в Минюсте России 25 августа 2020 г. № 59452), ОПОП ВО (2021г.).

Автор: зав. кафедрой физической культуры с курсом лечебной физкультуры, ФГБОУ ВО Амурской ГМА, к.п.н., доцент Ф.С. Миронов

Рецензенты: ассистент кафедры, к.м.н. О.В. Копцева,
заведующая кафедрой физической культуры ФГБОУ ВО Дальневосточный ГАУ, к.б.н., доцент, отличник физической культуры и спорта РФ Ю.А. Дьяченко

УТВЕРЖДЕНА на заседании кафедры физической культуры с курсом лечебной физкультуры,
протокол № 16 от «14» мая 2021 г.

Зав. кафедрой, доцент, к.п.н. _____ Ф.С. Миронов

Заключение Экспертной комиссией по рецензированию Рабочих программ:
протокол № 2 от «14» мая 2021 г.

Эксперт экспертной комиссии,
ст. преподаватель _____ М.В. Громова

УТВЕРЖДЕНА на заседании ЦМК № 6: протокол № 5
от «17» мая 2021 г.

Председатель ЦМК № 6,
к.п.н., доцент _____ Ф.С. Миронов

СОГЛАСОВАНО: декан педиатрического факультета,
д.м.н., доцент _____ В.И. Павленко

«21» мая 2021г.

СОДЕРЖАНИЕ

I	**Пояснительная записка**	**4**
1.1	Характеристика дисциплины Физическая культура и спорт	4
1.2	Цель и задачи дисциплины	4
1.3	Место дисциплины в структуре ОПОП ВО	4
1.4	Требования к студентам	5
1.5	Междисциплинарные связи с последующими дисциплинами	5
1.6	Требования к результатам освоения дисциплины	6
1.7	Этапы формирования компетенций и описание шкал оценивания	8
1.8	Формы организации обучения и виды контроля	8
II	**Структура и содержание дисциплины**	**8**
2.1	Объем дисциплины и виды учебной деятельности	8
2.2	Тематический план лекций и их краткое содержание	9
2.3	Тематический план практических занятий и их содержание	12
2.4	Интерактивные формы обучения	25
2.5	Критерии оценки знаний студентов	25
2.6	Самостоятельная работа студентов: аудиторная и внеаудиторная	29
2.7	Проектная научно-исследовательская (проектная) работа	30
III	**Учебно-методическое, материально-техническое и информационное обеспечение дисциплины**	**32**
3.1	Основная литература	32
3.2	Дополнительная литература	33
3.3	Учебно-методическое обеспечение дисциплины, подготовленное сотрудниками кафедры	33
3.4	Оборудование, используемое для образовательного процесса	34
3.5	Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы, электронные образовательные ресурсы	35
3.6	Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, используемое в образовательном процессе	37
3.7	Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»	38
IV	**Фонд оценочных средств**	**38**
4.1	Текущий тестовый контроль (входной, исходный, выходной), итоговый.	38
4.1.1	Тесты входного контроля для определения физической подготовленности студентов	38
4.1.2	Практические задания для текущего контроля (исходный и выходной контроль), по разделам дисциплины	39
4.1.3	Примеры тестовых заданий для итогового контроля (с эталонами ответов)	40
4.1.4	Практические задания рубежного контроля	40
4.3	Перечень практических навыков, которым должен обладать студент после освоения дисциплины.	40
4.4	Перечень практических заданий к зачету	41

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Характеристика дисциплины

Физическая культура – это часть общей культуры, которая представляет собой творческую деятельность по освоению и созданию новых ценностей преимущественно в сфере физического развития, оздоровления и воспитания студенческой молодёжи. Студенту – медику необходимо знать, что с помощью средств физической культуры поддерживается здоровый организм.

Врач должен проводить с пациентами профилактику и оздоровление немедикаментозными средствами. Физическая культура и спорт в системе образования, воспитания, в социальной жизни проявляет свою значимость в различных возрастных категориях. Авиценна говорил, что физические упражнения принесут пользу тогда, когда они соответствуют возможностям индивидуума.

1.2. Цель и задачи дисциплины

Цель преподавания дисциплины: Формирование у студентов - медиков мотивации стимулов к занятиям физической культурой и спортом как необходимого звена поддерживать на должном уровне физическую подготовленность для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Учебные задачи дисциплины:

1. Укреплять здоровье студентов, повышать и поддерживать на оптимальном уровне физическую и умственную работоспособность, психомоторные навыки.
2. Развивать и совершенствовать физические качества, поддерживая их на протяжении всех лет обучения в вузе.
3. 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.
4. 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.
5. Обучать само и взаимоконтролю на групповых и индивидуальных занятиях средствами физической культуры, ведению дневника самоконтроля, составлению и проведению комплексов утренней гигиенической и производственной гимнастики.
6. Формировать навыки соблюдения требований личной и общественной гигиены, мотивационно - ценностное отношение к ежедневному выполнению оптимального двигательного режима, прививать интерес к занятиям спортом и желание к отказу от вредных привычек.
7. Создать представление у студентов медицинского вуза о проблемах, связанных с использованием стимулирующих препаратов и допингов спортсменами.

1.3. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования.

В соответствии с ФГОС ВО – специалитет по специальности 31.05.02 Педиатрия (2020) дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к дисциплинам базовой части, Блок 1. Общая трудоемкость составляет 2 з.е. (72 часа), преподается в 1, 2 семестрах на 1курсе. Форма контроля – зачет.

Обучение студентов осуществляется на основе преемственности знаний и умений, полученных в школьном курсе физической культуры общеобразовательных учебных заведений. Для освоения дисциплины «Физическая культура и спорт» необходимы знания, умения и практические навыки в объеме, предусмотренном программой средней школы.

Дисциплина «Физическая культура и спорт» является предметом, необходимым для изучения профильных дисциплин, которые преподаются параллельно с данным предметом или на последующих курсах. Освоение дисциплины «Физическая культура и спорт» предшествует изучению: анатомия человека, физиология человека, гигиена, лечебная физкультура.

Основные модули и разделы программы

1.	Лёгкая атлетика
2.	Волейбол
3.	Баскетбол
4.	Лыжная подготовка
5.	Ориентирование

1.4. Требования к студентам.

Для изучения дисциплины «Физическая культура и спорт» студент должен обладать необходимыми знаниями, умениями и навыками, формируемыми в учреждениях среднего (полного) общего образования:

Физическая культура
Знания - Влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек. - Способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности. - Правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности.
***Умения*:** - Выполнять и применять навыки общеразвивающих упражнений, подвижных игр, основ спортивных игр, гимнастики, легкой атлетики; - Преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения;
Навыки: Способность применять полученные на основных изучаемых предметах знания и умения в практике занятий оздоровлением, утренней гимнастикой и физическим самосовершенствованием.

1.5. Междисциплинарные связи с последующими дисциплинами

Дисциплина «Физическая культура и спорт» является предметом, необходимым для изучения смежных дисциплин: анатомия человека, физиология человека, гигиена, лечебная физкультура, которые преподаются параллельно с данным предметом или на последующих курсах.

Междисциплинарные связи с последующими дисциплинами

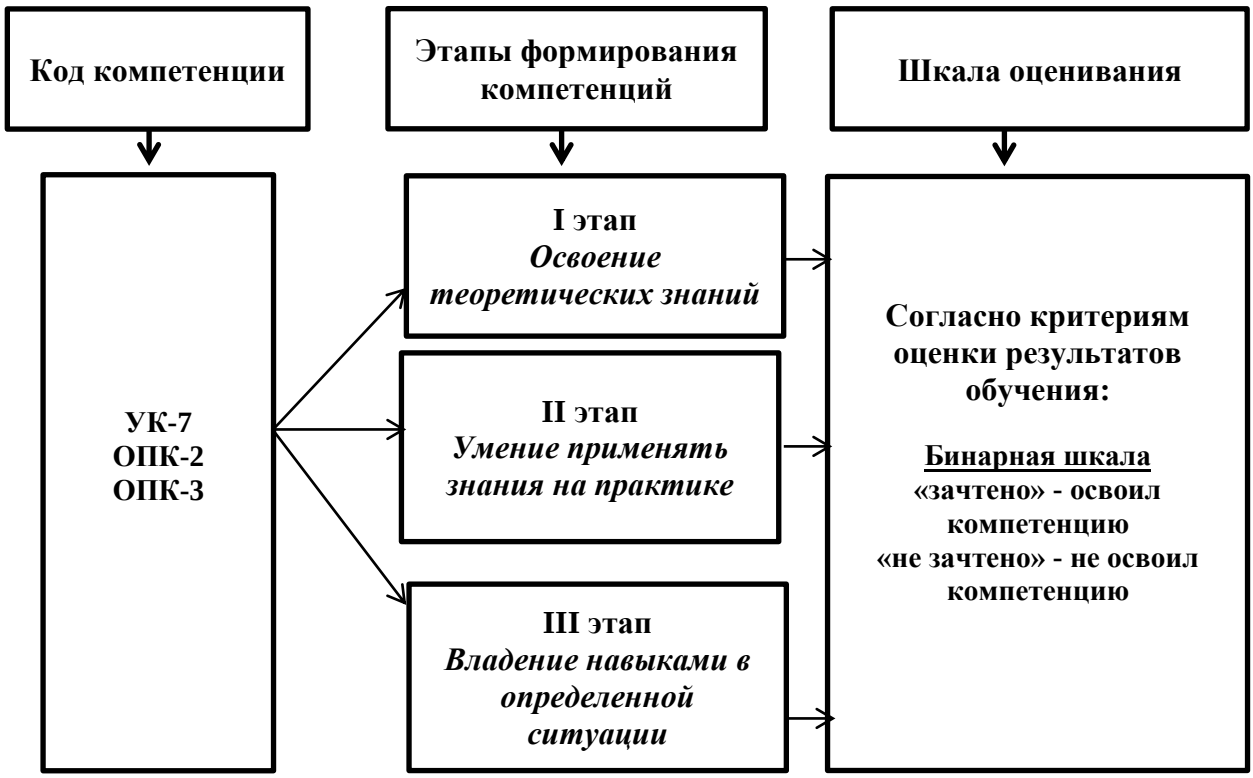
№ п/п	Наименование последующих дисциплин	Номера разделов данной дисциплины, необходимых для изучения последующих дисциплин				
		1	2	3	4	5
1.	Анатомия человека	+	+	+	+	+
2.	Физиология человека	+	+	+	+	+
3.	Гигиена	+	+	+	+	+
4.	Медицинская реабилитация	+	+	+	+	+

1.6. Требования к результатам освоения дисциплины

Изучение дисциплины «Физическая культура и спорт» направлено на формирование/усовершенствование следующих компетенций: универсальных (УК), общепрофессиональных (ОПК)

№ п/п	Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции
Универсальные компетенции		
1.	**УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности**	**ИД УК-7.1.** Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности. **ИД УК-7.2.** Планирует своё рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности. **ИД УК-7.3.** Выбирает здоровье сберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма.
Общепрофессиональные компетенции		
2.	**ОПК-2. Способен проводить и осуществлять контроль эффективности мероприятий по профилактике, формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению населения**	**ИД ОПК-2.2.** Пропагандирует здоровый образ жизни, направленный на повышение санитарной культуры и профилактику заболеваний пациентов (населения); организует мероприятия по санитарно-гигиеническому просвещению и формированию навыков здорового образа жизни.
	ОПК-3. **Способен к противодействию применения допинга в спорте и борьбе с ним**	**ИД ОПК-3.1.** Прогнозирует и применяет меры по предотвращению негативного воздействия допинга на здоровье человека. **ИД ОПК-3.2.** Разрабатывает и реализует способы профилактики применения допинга в спорте. **ИД ОПК-3.3.** Анализирует и интерпретирует противоречивую информацию по вопросам применения допинга.

1.7. Этапы формирования компетенции и описания шкал оценивания



1.8. Формы организации обучения и виды контроля

Форма организации обучения студентов	**Краткая характеристика**
Лекции	Лекционный материал содержит ключевые и наиболее проблемные вопросы дисциплины, наиболее значимые в подготовке специалиста.
Практические занятия	Предназначены для анализа (закрепления) теоретических положений и контроля над их усвоением с последующим применением полученных знаний в ходе выполнения практических заданий.
Интерактивные формы обучения	- Решение ситуационных задач и упражнений с последующим обсуждением, - интерактивный опрос; - выполнение творческих заданий, - метод малых групп, - дискуссии
Участие в научно-исследовательской работе кафедры, студенческом кружке и конференциях	- подготовка устных сообщений и стендовых докладов для выступления на студенческом кружке или научной конференции; - написание тезисов и рефератов по выбранному научному направлению; - подготовка литературного обзора с использованием учебной, научной, справочной литературы и Интернет – источников.
Виды контроля	**Краткая характеристика**

Входной контроль	Проверка практических навыков, формируемых программой по физической культуре и спорту в учреждениях среднего (полного) общего образования. Входной контроль включает: - тестирование (тестовые задания входного контроля), Результаты входного контроля систематизируются, анализируются и используются педагогическими работниками кафедры для разработки мероприятий по совершенствованию и актуализации методик преподавания дисциплины.
Текущий контроль	Текущий контроль включает: - Практические задания для текущего контроля по разделам программы - Перечень практических заданий рубежного контроля
Промежуточная аттестация	Промежуточная аттестация представлена зачетом, который студенты сдают в конце 5семестра. Зачет включает следующие этапы: - выполнение тестовых заданий для промежуточного контроля (с эталонами ответов). - проверку усвоения практических навыков и умений по разделам дисциплины (выполнение упражнений по каждой изучаемой теме дисциплины).

II. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

№ п/п	Виды учебной работы	Всего часов	Семестр	
			1	2
1.	Лекции	8	4	4
2.	Практические занятия	64	32	32
3.	Самостоятельная работа студентов	-	-	-
4.	Общая трудоемкость в часах	72	36	36
5.	Общая трудоемкость в зачетных единицах	2	1	1

2.2. Тематический план лекций и их краткое содержание

№ п/п	Тематика лекций и их краткое содержание	Коды формируемых компетенций и индикаторы их достижения	Трудоемкость (час.)
1	**Физическая культура и спорт в России. Физическое воспитание в медицинских и фармацевтических вузах РФ.** Основные понятия системы физического воспитания, физическая культура, физическая подготовка, физическое состояние, спорт. Социальные потребности в возникновении физической культуры. Основы законодательства в области ФК и С. Государственные и общественные формы руководства физической культурой и спортом в России. Решения правительства по вопросам развития физической культуры и спорта в стране. Цели и задачи физического воспитания в медицинском вузе. Организация и руководство физическим воспитанием. Построение курса физического воспитания. Организация и содержание учебно-воспитательного процесса в учебных отделениях. Зачетные требования и обязанности студентов. Физкультурно - оздоровительная и спортивно-массовая работа. Деятельность спортклуба. Организационные формы работы. Спортивные движения и традиции вуза. Спорт в медицинских вузах страны. Роль выпускников медицинских вузов в развитии массового физкультурного движения в стране. Профессиональная особенность физического воспитания в медицинских вузах.	УК-7 (ИД УК-7.2.) ОПК – 2 (ИД ОПК-2.2.) ОПК-3 (ИД ОПК-3.1)	2 час.
2	**Психофизиологические основы труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности. Основы методик развития основных физических качеств.** Особенности организации учебного труда и жизнедеятельности студентов. Основные психофизиологические характеристики студентов, условия высокой продуктивности учебного труда студентов. Элементы научной организации умственного труда. Оптимальный двигательный режим людей различных профессий. Использование средств физической	УК-7 (ИД УК-7.1.; 7.2; 7.3.) ОПК – 2 (ИД ОПК-2.2.) ОПК-3 (ИД ОПК-3.1., 3.2., 3.3.)	2 час.

	культуры и спорта в процессе обучения студентов в вузе для повышения умственной работоспособности и успеваемости. Утренняя гигиеническая гимнастика. Упражнения в течение учебного дня. Занятия в клубах и группах любителей бега, оздоровительной ходьбы, лыжного спорта, оздоровительного плавания, лыжного, водного, велосипедного туризма, женской атлетической и ритмической гимнастики, закаливания и в спортивных секциях и т. п. Участие в массовых оздоровительных, физкультурных и спортивных мероприятиях. Выполнение необходимого недельного двигательного режима. Использование средств физической культуры и спорта в процессе обучения студентов в вузе для повышения умственной работоспособности и успеваемости. Содержание, формы и основы методики самостоятельных занятий. Особенности самостоятельных занятий для женщин. Основы планирования, пульсовой режим и дозирование физиологической нагрузки при занятиях физическими упражнениями в зависимости от пола, возраста, состояния здоровья и физической подготовленности. Самоконтроль, врачебный и педагогический контроль за эффективность занятия, физическим развитием и состоянием функциональных систем. Характеристика тестов, начальные рекомендации.		
3	**Вспомогательные гигиенические средства повышения и восстановления работоспособности.** Принципы использования восстановительных средств при физических нагрузках и в спорте. Адаптация организма к физическим и нервным напряжениям. Изменение организма и утомление. Сочетание утомления и восстановления. Основы восстановления функций и тренированности организма. Управление тренировочным процессом. Предупреждение нежелательных последствий тренировочной и соревновательной деятельности. Тренировочный эффект. Педагогические средства. Педагогические средства - основные в системе восстановления, как самой тренировки, так и режима спортсмена. Индивидуализация процесса тренировки и оптимизация воздействия отдельного тренировочного	УК-7 (ИД УК-7.1.; 7.2; 7.3.) ОПК – 2 (ИД ОПК-2.2.) ОПК-3 (ИД ОПК-3.1., 3.2., 3.3.)	2 час.

	занятия. Гигиенические средства. Естественные процессы восстановления (воздушная среда, климатические и погодные условия, спортивные сооружения, одежда, суточный режим, закаленность, питание и др.) Физические средства. Факторы природы - солнце, воздух, вода, земля, магнетизм, электричество в их естественном и искусственном преобразованном виде и использование в лечебных и профилактических.		
4	**Использование восстановительных средств на занятиях физической культурой и спортом.** Гигиенический массаж может выполняться в бане, под душем. В бассейне. Сауна – хорошее средство борьбы с утомлением, восстанавливает физическую работоспособность. Помогает сгонять вес. **«Допинг и стимуляторы в спорте»** Допинг – определение и история. Классификация официально запрещенных препаратов. Патологическое воздействие допинга на организм спортсменов. Альтернатива допингу. Процедура контроля на анаболические стероиды. Санкции к спортсменам, тренерам и врачам, уличенным в применении допинга.	УК-7 (ИД УК-7.1.; 7.2; 7.3.) ОПК – 2 (ИД ОПК-2.2.)	2 час.
	Всего		**8 часов**

2.3 Тематический план практических занятий и их содержание

п/п №	Наименование тем практических занятий	Содержание тем практических занятий практических занятий	Коды формируемых компетенций и индикаторы их достижения	Виды контроля	Трудоемкость (часы)
		ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА			
1.	Определение физической подготовленности студентов. Прием контрольных нормативов.	ВХОДНОЙ КОНТРОЛЬ **Теоретическая часть: Проверка теоретических знаний, формируемых программой по физической культуре в учреждения среднего(полного) общего образования.** **Практическая часть: Проверка практических навыков, формируемых программой по физической культуре в учреждения среднего(полного) общего образования.** 1. Знакомство с учебной группой. 2. Инструкция по технике безопасности на занятиях по легкой атлетике. 3. ОФП. Прием контрольных нормативов, подтягивание на перекладине, прыжки в длину с места.	ОПК-2: ИД 2.2.	Визуальные педагогические наблюдения за техникой выполнения движения	**2**
2.	Прыжок в длину способом «согнув ноги»	1. Обучение элементам прыжка в длину с места, с разбега. **Теоретическая часть:** Изучение техники выполнения прыжка в длину с места, с разбега. **Практическая часть:** Выполнение прыжка в длину с места, с разбега. 2. Техника метания гранаты. **Теоретическая часть:** Изучение техники выполнения метания гранаты. **Практическая часть:** Выполнение метания гранаты. 3. Совершенствование техники бега и развития скоростной выносливости. **Теоретическая часть:** Изучение техники бега и развития скоростной выносливости, правил	ОПК-2: ИД 2.2.	Педагогические наблюдения	**2**

		судейства. **Практическая часть:** Выполнение беговых упражнений и развитие скоростной выносливости, судейство.			
3.	Бег на короткие дистанции.	Обучить технике низкого старта и бега по дистанции. **Теоретическая часть:** Изучение техники низкого старта и бега по дистанции. **Практическая часть:** Выполнение низкого старта и бега по дистанции.	ОПК-2: ИД 2.2.	Педагогические наблюдения	**2**
4.	Бег на средние дистанции	1. Техника бега на средние дистанции, бег по повороту. **Теоретическая часть:** Изучение техники бега на средние дистанции и бега по повороту. **Практическая часть:** Выполнение бега на средние дистанции и бега по повороту. 2. Бег на отрезках 300- 400 м. **Теоретическая часть:** Изучение техники выполнения бега на отрезках 300-400 м. **Практическая часть:** Выполнение бега на отрезках 300-400 м.	УК-7: ИД 7.1.; 7.2; 7.3.	Педагогический контроль	**2**
5.	Равномерный длительный бег.	1. Разминочный равномерный бег. **Теоретическая часть:** Изучение техники разминочного равномерного бега. **Практическая часть:** Выполнение разминочного равномерного бега. 2. Бег на 1000м. – жен. 1000м - мужчины. **Теоретическая часть:** Изучение техники бега на 1000м. **Практическая часть:** Выполнение бега на 1000м.	ОПК-2: ИД 2.2.	Педагогический контроль	**2**
6.	Эстафетный бег.	1. Обучение техники передачи эстафетной палочки. **Теоретическая часть:** Изучение техники передачи эстафетной палочки. **Практическая часть:** Отработка практических навыков передачи эстафетной палочки. 2. Эстафетный бег, прием, передача палочки по прямой и виражу	УК-7: ИД 7.1.; 7.2; 7.3.	Визуальные педагогические наблюдения за техникой выполнения движения	**2**

		Теоретическая часть: Изучение техники эстафетного бега, приема, передачи палочки по прямой и виражу. **Практическая часть:** Выполнение эстафетного бега, приема, передачи палочки по прямой и виражу.			
7.	Метание гранаты	1. Обучение бегу с высокого старта на отрезках. **Теоретическая часть:** Изучение техники бега с высокого старта на отрезках. **Практическая часть:** Выполнение бега с высокого старта на отрезках. 2. Повторный бег на средние дистанции по прямой и виражу. **Теоретическая часть:** Изучение техники бега на средние дистанции по прямой и виражу. **Практическая часть:** Выполнение бега на средние дистанции по прямой и виражу. 3. Прием контрольных нормативов в метании гранаты. **Теоретическая часть:** Повторение техники выполнения метания гранаты. **Практическая часть:** Сдача нормативов по метанию гранаты.	ОПК-2: ИД 2.2.	Педагогический контроль	**1**
8.	Прыжки в высоту способом «перешагивание».	1. Прыжки в высоту способом «перешагивание». **Теоретическая часть:** Изучение техники выполнения прыжков в высоту способом «перешагивания». **Практическая часть:** Выполнение прыжков в высоту способом «перешагивания». 2. Развитие скоростной выносливости, бег на отрезках 80-150м. **Теоретическая часть:** Изучение техники развития скоростной выносливости, техники бега на отрезках 80-150м. **Практическая часть:** Выполнение бега на отрезках 80-150м. 3. Прием контрольных нормативов прыжков в	ОПК-2: ИД 2.2.	Визуальные педагогические наблюдения за техникой выполнения движения	**2**

		длину. **Теоретическая часть:** Повторение техники выполнения прыжков в длину. **Практическая часть:** Сдача нормативов прыжков в длину.			
9.	Прием контрольных нормативов	1. Прием контрольных нормативов в беге на 100м. **Теоретическая часть:** Повторение техники бега на 100 м. **Практическая часть:** Сдача нормативов в беге на 100м. 2. Прием контрольных нормативов в кроссовом беге. Правила судейства. **Теоретическая часть:** Повторение техники кроссового бега и правил судейства. **Практическая часть:** Сдача норматива.	ОПК-2: ИД 2.2.	Педагогические наблюдения	**2**
10.	Правила судейства соревнований.	1. Сдача контрольного норматива в беге на длинные дистанции. **Теоретическая часть:** Повторение техники выполнения бега на длинные дистанции. **Практическая часть:** Сдача контрольного норматива. 2. Правила судейства соревнований. **Теоретическая часть:** Изучение правил судейства соревнований. **Практическая часть:** Практическая отработка навыков.	УК-7: ИД 7.1.; 7.2; 7.3.	Педагогический контроль	**1**
		ВОЛЕЙБОЛ			
1.	Верхняя прием передача мяча в разных стойках.	1. Инструктаж по технике безопасности во время занятий волейболом. **Теоретическая часть:** Изучение теоретической часть техники безопасности. **Практическая часть:** Демонстрация. 2. Прием, передача мяча в разных стойках, в парах. **Теоретическая часть:** Изучение техники выполнения приема, передача мяча в разных стойках, в парах.	ОПК-2: ИД 2.2.	Визуальные контроль за техникой выполнения движения Педагогический контроль	**2**

		Практическая часть: Выполнения приема, передача мяча в разных стойках, в парах. 3. Подача мяча снизу. **Теоретическая часть:** Изучение техники подачи мяча снизу. **Практическая часть:** Выполнение упражнения подачи мяча снизу.			
2.	Нижняя прием передача мяча в разных стойках.	1. Перемещение волейболиста в разных стойках. **Теоретическая часть:** Изучение техники перемещение волейболиста в разных стойках. **Практическая часть:** Отработка навыка перемещение волейболиста в разных стойках. 2. Прием снизу, сверху, с боку в разных стойках. Правила судейства. **Теоретическая часть:** Изучение техники приема мяча снизу, сверху, с боку в разных стойках, основ правил судейства. **Практическая часть:** Отработка выполнения навыков приема мяча снизу, сверху, с боку в разных стойках, применение знаний правил судейства.	УК-7: ИД 7.1.; 7.2. ОПК-2: ИД 2.2.	Визуальные педагогические наблюдения за техникой выполнения движения	**2**
3.	Способы подачи мяча.	1 Нижняя прямая подача, боковая подача. **Теоретическая часть:** Изучение техники нижней прямой и боковой подачи. **Практическая часть:** Выполнение упражнений по отработке нижней прямой и боковой подачи. 2. Прием мяча на противоположной площадке. **Теоретическая часть:** Изучение техники приема мяча на противоположной площадке. **Практическая часть:** Выполнение упражнений по приему мяча на противоположной площадке. 3. Двухсторонняя игра. **Теоретическая часть:** Тактические и стратегические установки на игру, разбор ошибок. **Практическая часть:** Двухсторонняя игра.	ОПК-2: ИД 2.2.	Педагогические наблюдения за техникой выполнения движения	**2**
4.	Верхняя прямая	1. Имитация верхней прямой подачи.	ОПК-2: ИД 2.2.	Визуальные	

	подача.	**Теоретическая часть:** Изучение техники верхней прямой подачи. **Практическая часть:** Отработка навыков верхней прямой подачи. 2. Нападающий удар в движении. **Теоретическая часть:** Изучение техники нападающего удара в движении. **Практическая часть:** Отработка навыков нападающего удара в движении. 3. Двухсторонняя игра в командах. **Теоретическая часть:** Тактические и стратегические установки на игру, разбор ошибок. **Практическая часть:** Двухсторонняя игра.		педагогические наблюдения	**2**
5.	Нападающий удар.	1. Имитация нападающего удара. **Теоретическая часть:** Изучение техники имитации нападающего удара. **Практическая часть:** Отработка навыков имитации нападающего удара. 2. Верхняя прямая подача. **Теоретическая часть:** Изучение техники верхней прямой подачи. **Практическая часть:** Отработка навыков верхней прямой подачи. 3. Двухсторонняя игра в командах. **Теоретическая часть:** Тактические и стратегические установки на игру, разбор ошибок. **Практическая часть:** Двухсторонняя игра.	ОПК-2: ИД 2.2.	Визуальные педагогические наблюдения за техникой выполнения движения Педагогический контроль	**2**
6.	Блокирование нападающего удара.	1. Совершенствование приема и подачи. **Теоретическая часть:** Повторение техники приема и подачи мяча. **Практическая часть:** Отработка техники приема и подачи мяча. 2. Блокирование. **Теоретическая часть:** Изучение техники блокирования. **Практическая часть:** Отработка навыков	УК-7: ИД 7.1.; 7.2; 7.3. ОПК-2: ИД 2.2.	Визуальные педагогические наблюдения за техникой выполнения движения	**2**

		блокирования. 3. Двухсторонняя игра в командах. Правила судейства. **Теоретическая часть:** Тактические и стратегические установки на игру, разбор ошибок. **Практическая часть:** Двухсторонняя игра.			
7.	Двусторонняя игра.	1. Двусторонняя игра в парах и на площадке командами. **Теоретическая часть:** Тактические и стратегические установки на игру, разбор ошибок. **Практическая часть:** Двухсторонняя игра. 2. Прием контрольных нормативов. **Теоретическая часть:** Повторение теоретической части перед сдачей нормативов. **Практическая часть:** Сдача контрольных нормативов.	ОПК-2: ИД 2.2.	Визуальные педагогические наблюдения	**2**
8.	Правила судейства соревнований.	1. Двусторонняя игра. **Теоретическая часть:** Тактические и стратегические установки на игру, разбор ошибок. **Практическая часть:** Двухсторонняя игра. 2. Элементы судейства игры. **Теоретическая часть:** Изучение элементов судейства игры. **Практическая часть:** Практическое применение полученных знаний.	ОПК-3: ИД 3.1., 3.2., 3.3.	Визуальные педагогические наблюдения	**2**
		БАСКЕТБОЛ			
1	Техника владения мячом. Ведение мяча. Передача двумя руками от груди, ловля мяча (на месте и в движении).	1. Ознакомление с техникой безопасности во время занятий по баскетболу. **Теоретическая часть:** Изучение теоретической часть техники безопасности. **Практическая часть:** Демонстрация. 2. Техника владения мячом, ведение, перемещение, передачи от груди, снизу, сверху. **Теоретическая часть:** Изучение техники владения	ОПК-2: ИД 2.2. ОПК-3: ИД 3.1., 3.2., 3.3.	Визуальные педагогические наблюдения за техникой выполнения движения	**2**

		мячом, ведения, перемещения, передачи от груди, снизу, сверху. **Практическая часть:** Отработка навыков владения мячом, ведения, перемещения, передачи от груди, снизу, сверху.			
2	Бросок мяча с места. Штрафной бросок.	1. Броски по кольцу с разных точек. **Теоретическая часть:** Изучение техники бросков по кольцу с разных точек. **Практическая часть:** Выполнение бросков по кольцу с разных точек. 2. Штрафной бросок **Теоретическая часть:** Изучение техники штрафных бросков. **Практическая часть:** Выполнение штрафных бросков 3. Прием контрольных нормативов. **Теоретическая часть:** Повторение теоретической части перед сдачей нормативов. **Практическая часть:** Сдача контрольных нормативов. 4. Двухсторонняя игра. **Теоретическая часть:** Тактические и стратегические установки на игру, разбор ошибок. **Практическая часть:** Двухсторонняя игра.	ОПК-2: ИД 2.2.	Визуальные педагогические наблюдения за техникой выполнения движения	**2**
3.	Бросок мяча в движении.	Ведение 2 шага, бросок. Ведение, остановка прыжком, бросок. **Теоретическая часть:** Изучение техники ведения 2 шага, броска, ведения, остановки прыжком, броска. **Практическая часть:** Выполнение ведения 2 шага, броска, ведения, остановки прыжком, броска.	УК-7: ИД 7.1.; 7.2; 7.3.	Педагогический контроль	**2**
4.	Вырывание, выбивание мяча.	1. Техника игры в нападении, защите. **Теоретическая часть:** Изучение техники игры в нападении, защите. **Практическая часть:** Отработка практических навыков по игры в нападении, защите. 2. Вырывание, выбивание мяча.	ОПК-2: ИД 2.2. ОПК-3: ИД 3.1., 3.2., 3.3.	Визуальные педагогические наблюдения за техникой выполнения движения	**2**

		Теоретическая часть: Изучение техники вырывания, выбивание мяча. **Практическая часть:** Отработка практических навыков вырывания, выбивание мяча. 3. Двухсторонняя игра. Правила судейства. **Теоретическая часть:** Тактические и стратегические установки на игру, разбор ошибок. **Практическая часть:** Двухсторонняя игра.			
5.	Тактика игры в нападении.	1. Передачам мяча отскоком, ловля мяча на месте и в движении. **Теоретическая часть:** Изучение техники передачи мяча отскоком, ловли мяча на месте и в движении. **Практическая часть:** Отработка практических навыков передачи мяча отскоком, ловли мяча на месте и в движении. 2. Элементы игры в нападении. **Теоретическая часть:** Изучение техники элементов игры в нападении. **Практическая часть:** Отработка практических навыков игры в нападении. 3. Двухсторонняя игра. Правила судейства. **Теоретическая часть:** Тактические и стратегические установки на игру, разбор ошибок. **Практическая часть:** Двухсторонняя игра.	ОПК-3: ИД 3.1., 3.2., 3.3.	Визуальные педагогические наблюдения	**2**
6.	Тактика игры в защите.	1. Передача прием от груди, сверху, снизу, ловля мяча. **Теоретическая часть:** Изучение техники передачи приема от груди, сверху, снизу, ловли мяча. **Практическая часть:** Отработка практических навыков передачи приема от груди, сверху, снизу, ловли мяча. 2. Элементы игры в защите. **Теоретическая часть:** Изучение техники игры в защите. **Практическая часть:** Отработка практических навыков игры в защите.	ОПК-2: ИД 2.2. ОПК-3: ИД 3.1., 3.2., 3.3.	Педагогический контроль	**2**

		3. Ловля мяча после отскока. **Теоретическая часть:** Изучение техники ловли мяча после отскока. **Практическая часть:** Отработка практических навыков ловля мяча после отскока. 4. Двухсторонняя игра. Правила судейства. **Теоретическая часть:** Тактические и стратегические установки на игру, разбор ошибок. **Практическая часть:** Двухсторонняя игра.			
7.	Правила судейства соревнований.	1. Двусторонняя игра. **Теоретическая часть:** Тактические и стратегические установки на игру, разбор ошибок. **Практическая часть:** Двухсторонняя игра. 2. Элементы судейства игры. **Теоретическая часть:** Изучение элементов судейства игры. **Практическая часть:** Практическая отработка элементов судейства игры.	ОПК-3: ИД 3.1., 3.2., 3.3.	Педагогический контроль	**2**
		ЛЫЖНАЯ ПОДГОТОВКА			
1.	Подбор спортивного инвентаря. Скользящий шаг.	1. Инструкция по технике безопасности. **Теоретическая часть:** Изучение теоретической часть техники безопасности. **Практическая часть:** Демонстрация. 2. Построение на лыжах. Выполнение строевых команд. **Теоретическая часть:** Изучение техники построения на лыжах, выполнения строевых команд. **Практическая часть:** Отработка навыков построения на лыжах, выполнения строевых команд. 3. Передвижение по трассе. **Теоретическая часть:** Изучение техники передвижения по трассе. **Практическая часть:** Отработка навыков передвижения по трассе.	УК-7: ИД 7.1.; 7.2. ОПК-2: ИД 2.2. ОПК-3: ИД 3.1., 3.2., 3.3.	Визуальные педагогические наблюдения за техникой выполнения движения	**2**
2.	Попеременный	1. Обучение технике поворотов.	ОПК-2: ИД 2.2.	Визуальные	

	двушажный ход.	**Теоретическая часть:** Изучение техники поворотов. **Практическая часть:** Отработка навыков поворотов. 4. Передвижение на лыжах по трассе, Попеременный двушажный ход (без палок, с палками). **Теоретическая часть:** Изучение техники передвижения на лыжах по трассе, попеременного двушажного хода (без палок, с палками). **Практическая часть:** Отработка навыков передвижения на лыжах по трассе, попеременного двушажного хода (без палок, с палками).		педагогические наблюдения за техникой выполнения движения	**2**
3.	Одновременный одношажный, одновременный бесшажный ход.	1. Одновременный одношажный ход. **Теоретическая часть:** Изучение техники одновременного одношажного хода. **Практическая часть:** Отработка навыков одновременного одношажного хода. 2. Одновременный бесшажный ход. **Теоретическая часть:** Изучение техники одновременного бесшажного хода. **Практическая часть:** Отработка навыков одновременного бесшажного хода. 3. Передвижение на лыжах по трассе. **Теоретическая часть:** Изучение техники передвижения на лыжах по трассе. **Практическая часть:** Отработка навыков передвижения на лыжах по трассе.	ОПК-3: ИД 3.1., 3.2., 3.3.	Педагогический контроль	**2**
4.	Элементы конькового хода.	1. Коньковый ход, навыки передвижения. **Теоретическая часть:** Изучение техники конькового хода **Практическая часть:** Отработка навыков конькового хода. 2. Классический ход. Передвижение по трассе. **Теоретическая часть:** Изучение техники классического хода. **Практическая часть:** Отработка навыков классического хода. 3. Техника движения на лыжах.	ОПК-2: ИД 2.2. ОПК-3: ИД 3.1., 3.2., 3.3.	Визуальные педагогические наблюдения за техникой выполнения движения	**2**

		Теоретическая часть: Изучение техники движения на лыжах. **Практическая часть:** Отработка навыков движения на лыжах.			
5.	Прохождение дистанции свободным стилем.	1. Прием контрольных нормативов. Женщины - 3 км, мужчины – 5 км. **Теоретическая часть:** Повторение техники выполнения контрольных нормативов **Практическая часть:** Сдача контрольных нормативов.	ОПК-3: ИД 3.1., 3.2., 3.3.	Визуальные педагогические наблюдения	**2**
		ОРИЕНТИРОВАНИЕ			
1.	Топографические знаки.	1. Ознакомление с топографическими знаками. **Теоретическая часть:** Ознакомление с топографическими знаками. **Практическая часть:** Отработка навыков работы с топографическими знаками. 2.Вывод пути движения. **Теоретическая часть:** Изучение техники вывода пути движения. **Практическая часть:** Отработка навыков вывода пути движения.	УК-7: ИД 7.1.; 7.2; 7.3.	Визуальные педагогические наблюдения	**2**
2.	Выбор пути движения по маркированной трассе в закрытом помещении «Лабиринт».	1. Выбор пути движения, по маркированной трассе, в закрытом помещении «Лабиринт». **Теоретическая часть:** Изучение техники выбора пути движения, по маркированной трассе, в закрытом помещении «Лабиринт». **Практическая часть:** Отработка навыков выбора пути движения, по маркированной трассе, в закрытом помещении «Лабиринт».	ОПК-2: ИД 2.2.	Визуальные педагогические наблюдения	**2**
3.	Эстафетное ориентирование в закрытом помещении «Лабиринт» - контрольное занятие.	1. Организация команд для эстафеты. 2. Эстафетное ориентирование в закрытом помещении «Лабиринт» - контрольное занятие. **Теоретическая часть:** Повторение техники эстафетного ориентрования. **Практическая часть:** Эстафетное ориентирование в закрытом помещении «Лабиринт».	ОПК-2: ИД 2.2. ОПК-3: ИД 3.1., 3.2., 3.3.	Педагогический контроль	**2**

Всего часов	**64**

2.4. Интерактивные формы обучения.

С целью активизации познавательной деятельности студентов на практических занятиях широко используются интерактивные методы обучения (интерактивный опрос, работа малыми группами и др.), участие в учебно-исследовательской и научно-исследовательской работе.

№ п/п	Тема практического занятия, лекции	Трудоемкость в часах	Интерактивная форма обучения	Трудоемкость в часах, в % от занятия
1.	Легкая атлетика	18 час	- физкультурно-спортивные, массово - оздоровительные, воспитательные мероприятия, которые способствуют установлению взаимоотношений, взаимопомощи внутри учебной группы, курса;	5,4 час / 3,24 %
2.	Волейбол	16 час	- взаимопомощи внутри учебной группы, курса. Большой упор делается на нравственное, этико-деонтологическое воспитание;	4,8 час/2,88%
3.	Баскетбол	14 час	- управлять собой в ситуациях победы или поражения как в индивидуальных, так и в командных соревнованиях;	4,2 час / 4.83 %
4.	Лыжная подготовка	10 час	- правильно оценивать свою физическую подготовленность; - владеть своим телом и иметь знания о теле и его двигательных способностях;	9,9 час / 3.45 %
5.	Ориентирование	6 час	- правильно оценивать и организовывать самостоятельные занятия физическими упражнениями;	5,9 час / 2.07 %

2.5. Критерии оценки знаний студентов

Оценка результатов обучения проводится согласно «Положения о системе оценивания результатов обучения студентов ФГБОУ ВО Амурская ГМА Минздрава России.

Критерием оценивания результатов обучения студентов по дисциплине «Физическая культура и спорт» выступает экспертная оценка преподавателя и оценка результатов соответствующих тестов по таблицам оценивания практических навыков.

Тестовые задания по таблице «Обязательные тесты определения физической подготовленности студентов» согласно требованиям комплекса ГТО.

Оценивается успешность освоения обучающимися дисциплины, практических навыков и умений по 5-ти балльной системе:

«5» - отлично

«4» - хорошо

«3» - удовлетворительно

«2» - неудовлетворительно.

При выставлении отметок необходимо учитывать квалификации ошибок и их качество:

- грубые ошибки;
- однотипные ошибки;
- негрубые ошибки;
- недочеты.

Оценочная шкала

Качество освоения	Уровень успешности	Отметка по 5-ти балльной шкале	Отметка по бинарной системе
90-100 %	программный/повышенный	«5»	зачёт
80-89 %	программный	«4»	
70-79 %	необходимый/базовый	«3»	
меньше 70 %	ниже необходимого	«2»	не зачёт

Характеристика цифровой оценки:

«5» - получает обучающийся, если он демонстрирует глубокое и полное овладение содержанием учебного материала, грамотно, логично излагает ответ, умеет связывать теорию с практикой, высказывать и обосновывать свои суждения, при ответе формулирует самостоятельные выводы и обобщения. Освоил все практические навыки и умения, предусмотренные рабочей программой дисциплины.

«4» - получает обучающийся, если он вполне освоил учебный материал, ориентируется в изученном материале осознанно, применяет знания для решения практических задач, грамотно излагает ответ, но содержание и форма ответа имеют отдельные неточности или ответ неполный. Освоил все практические навыки и умения, предусмотренные программой, однако допускает некоторые неточности.

«3» - получает обучающийся, если он обнаруживает знание и понимание основных положений учебного материала, но излагает его неполно, непоследовательно, допускает неточности, не умеет доказательно обосновать свои суждения. Владеет лишь некоторыми практическими навыками и умениями, предусмотренными программой.

«2» - получает обучающийся, если он имеет разрозненные, бессистемные знания, не умеет выделять главное и второстепенное, беспорядочно и неуверенно излагает материал, не может применять знания для решения практических задач. Практические навыки и умения выполняет с грубыми ошибками или не было попытки продемонстрировать свои теоретические знания и практические умения.

Входной контроль

Проводится на первом занятии, включает: сдачу контрольных нормативов; тестирование в системе Moodle https://educ-amursma.ru/enrol/index.php?id=647

Тестовый контроль включает 100 вопросов по курсу «физическая культура и спорт»

Текущий контроль

Текущий контроль включает исходный и выходной контроль знаний.

Исходный контроль - осуществляется преподавателем в начале каждого занятия в виде фронтального опроса.

Выходной контроль – включает контроль знаний студента в форме тестирование в системе Moodle https://educ-amursma.ru/enrol/index.php?id=647 , сдачи контрольных нормативов.

Итоговая оценка при проведении текущего контроля знаний выставляется в день проведения занятия, как среднеарифметический результат за все виды деятельности, предусмотренные на данном занятии рабочей программы дисциплины.

Критерии оценивания устного ответа

- **«5» (отлично)** – студент показывает глубокие и полные знания учебного материала, при изложении не допускает неточностей и искажения фактов, излагает материал в логической последовательности, хорошо ориентируется в излагаемом материале, может дать обоснование высказываемым суждениям.
- **«4» (хорошо)** - студент освоил учебный материал в полном объёме, хорошо ориентируется в учебном материале, излагает материал в логической последовательности, однако при ответе допускает неточности.
- **«3» (удовлетворительно)** – студент освоил основные положения темы практического занятия, однако при изложении учебного материала допускает неточности, излагает его неполно и непоследовательно, для изложения нуждается в наводящих вопросах со стороны преподавателя, испытывает сложности с обоснованием высказанных суждений.
- **«2» (неудовлетворительно)** – студент имеет разрозненные и несистематизированные знания учебного материала, не умеет выделять главное и второстепенное, допускает ошибки в определении основных понятий, искажает их смысл, не может самостоятельно излагать материал.

Критерий оценивания практической части

- **«5» (отлично)** – студент освоил полностью практические навыки и умения, предусмотренные рабочей программой дисциплины.
- **«4» (хорошо)** – студент освоил полностью практические навыки и умения, предусмотренные рабочей программой дисциплины, однако допускает некоторые неточности.
- **«3» (удовлетворительно)** – студент владеет лишь некоторыми практическими навыками умениями.
- **«2» (неудовлетворительно)** – студент демонстрирует выполнение практических навыков и умений с грубыми ошибками.

Критерии оценивания внеаудиторной самостоятельной работы

- уровень освоения студентом учебного материала;
- полнота и глубина общеучебных представлений, знаний и умений по изучаемой теме, к которой относится данная самостоятельная работа;
- сформированность универсальных и общепрофессиональных компетенций (умение применять теоретические знания на практике.).
- правильно решены задачи и выполнены упражнения, даны точные ответы на тестовые задания – «зачтено».
- не правильно решены задачи и выполнены упражнения, даны не точные ответы на тестовые задания – «не зачтено».

Критерии оценивания реферата:

- **«5» (отлично)** – выставляется студенту, если он подготовил полный, развернутый, оформленный согласно требованиям, реферат по выбранной теме, представил свою работу в виде доклада с компьютерной презентацией, ответил на вопросы по теме доклада;
- **«4» (хорошо)** – выставляется студенту за полный, развернутый, оформленный согласно требованиям реферат, но плохо представленный;
- **«3» (удовлетворительно)** – реферат содержит информацию по изучаемому вопросу не в полном объеме, оформлен с ошибками, плохо представленный;
- **«2» (неудовлетворительно)** – выставляется студенту, если реферат не написан, либо написан с грубыми ошибками, доклад и компьютерная презентация не подготовлены, либо их содержание не соответствует теме реферата.

Отработки задолженностей по дисциплине.

1. Если студент пропустил занятие по уважительной причине, он имеет право отработать его и получить максимальную отметку, предусмотренную рабочей программой дисциплины за это занятие. Уважительная причина должна быть документально подтверждена.

2. Если студент пропустил занятие по неуважительной причине или получает отметку «2» за все виды деятельности на занятии, то он обязан его отработать. При этом отметка, полученная за все виды деятельности, умножается на 0,8.

3. Если студент освобожден от занятия по представлению деканата (участие в спортивных, культурно-массовых и иных мероприятиях), то ему за это занятие выставляется отметка «5» при условии предоставления отчета о выполнении обязательной внеаудиторной самостоятельной работы по теме пропущенного занятия.

Критерии оценивания промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация (зачет) – предназначена для оценки степени достижения запланированных результатов обучения по завершению изучения дисциплины и позволяет оценить уровень и качество ее освоения обучающимися.

Успешность освоения обучающимися дисциплины оценивается по 5-ти балльной системе: «5» - отлично, «4» - хорошо, «3» - удовлетворительно, «2» - неудовлетворительно.

«Отлично» - за глубину и полноту овладения содержания учебного материала, в котором студент легко ориентируется, за умения соединять теоретические вопросы с практическими, высказывать и обосновывать свои суждения, грамотно и логично излагать ответ; при тестировании допускает до 10% ошибочных ответов. Практические умения и навыки, предусмотренные рабочей программой дисциплины, освоены полностью.

«Хорошо» - студент полностью освоил учебный материал, ориентируется в нем, грамотно излагает ответ, но содержание и форма имеет некоторые неточности; при тестировании допускает до 20% ошибочных ответов. Полностью практические навыки и умения, предусмотренные рабочей программой дисциплины, однако допускает некоторые неточности

«Удовлетворительно» - студент овладел знаниями и пониманиями основных положений учебного материала, но излагает его неполно, непоследовательно, не умеет высказывать и обосновывать свои суждения; при тестировании допускает до 30 % ошибочных ответов. Владеет лишь некоторыми практическими навыками и умениями.

«Неудовлетворительно» - студент имеет разрозненные и бессистемные знания учебного материала, не умеет выделять главное и второстепенное, допускает ошибки в определении понятий, искажает их смысл, беспорядочно и не уверенно излагает материал, при тестировании допускает более 30% ошибочных ответов. Практические навыки и умения выполняет с грубыми ошибками.

Обучающийся может претендовать на получение оценки «отлично» автоматически, если он занял призовое место в дисциплинарных или междисциплинарных олимпиадах (вузовских, региональных) и имеет средний балл по итогам текущей успеваемости не ниже 4,8 баллов. Обучающийся может отказаться от оценки - «автомата» и сдавать зачет вместе с группой на общих основаниях.

Промежуточная аттестация проводится через систему сдачи зачета в 3 этапа:

1. Тестирование в системе «Moodle».
2. Выполнение в полном объёме практической части дисциплины: предусматривает посещение всех практических занятий, выполнения заданий. На основании оценок по текущему контролю знаний, умений, навыков на практических занятиях рассчитывается средний балл текущей успеваемости, который фиксируется в учебном (электронном) журнале. Средний балл текущего контроля знаний учитывается при промежуточной аттестации.
3. Сдача практических навыков (контроль уровня сформированности компетенций). Включает 10 вариантов, содержащих по 10 вопросов практического характера.

Критерии оценивания промежуточной аттестации

Этапы	Отметка по 5-ти бальной шкале	Бинарная шкала
Тестовый контроль в системе «Moodle»	3-5	**зачтено**
Выполнение в полном объёме практической части дисциплины	3-5	
Сдача практических навыков (контроль формирования компетенций)	3-5	
Тестовый контроль в системе «Moodle»	2	**не зачтено**
Выполнение в полном объёме практической части дисциплины	2	
Сдача практических навыков (контроль формирования компетенций)	2	

2.6 Самостоятельная работа студентов: аудиторная и внеаудиторная

Организация аудиторной самостоятельной работы студентов осуществляется при помощи методических указаний для студентов, которые содержат учебные цели, перечень основных теоретических вопросов для изучения, перечень практических работ и методику их проведения, указания по оформлению полученных результатов, их обсуждению и выводам, задания для самоконтроля с эталонами ответов, перечень рекомендуемой литературы.

От 1/4 до 1/2 времени практического занятия отводится для самостоятельной работы студентов: проведения исследований, записи результатов, их обсуждения, формулировки выводов, выполнения индивидуальных заданий. Подготовительный этап, или формирование ориентировочной основы действий, начинается у студентов во внеаудиторное время при подготовке к практическому занятию, а завершается на занятии.

Все последующие этапы осуществляются на занятии. Этап материализованных действий (решение задач по алгоритму или без алгоритма, с заранее неизвестным ответом) осуществляется самостоятельно. Преподаватель при необходимости проводит консультирование, оказывает помощь и одновременно осуществляет контроль качества знаний студентов и их умения применять имеющиеся знания для решения поставленных задач.

№ п/п	Тема практического занятия	Время на подготовку студента к занятию	Формы внеаудиторной самостоятельной работы студента	
			Обязательные и одинаковые для всех студентов	По выбору студента
1.	Легкая атлетика	-	Подготовка к практическому занятию.	Участие в физкультурно-спортивных, массово - оздоровительных, воспитательных мероприятиях.
2.	Волейбол	-	Подготовка к практическому занятию (выполнение упражнений с мячом в парах).	Участие в физкультурно-спортивных, массово - оздоровительных, воспитательных мероприятиях.
3.	Баскетбол	-	Подготовка к практическому занятию (выполнение упражнений с мячом).	Участие в физкультурно-спортивных, массово - оздоровительных, воспитательных мероприятиях.
4.	Лыжная подготовка	-	Подготовка к практическому занятию (подготовка лыжного инвентаря)	Участие в физкультурно-спортивных, массово - оздоровительных,
5.	Ориентирование	-	Подготовка к практическому занятию (повторить условные топографические обозначения).	Участие в физкультурно-спортивных, массово - оздоровительных,
Общая трудоемкость (в часах)			-	

2.7. Проектная (научно-исследовательская) работа студентов

Проектная (научно-исследовательская) является обязательным разделом изучения дисциплины и направлена на комплексное формирование универсальных и общепрофессиональных компетенций обучающихся. Предусматривает изучение специальной литературы и другой информации о достижении отечественной и зарубежной науки и техники в соответствующей области знаний, участие в проведении научных исследований и др. Тематика определяется студентами самостоятельно или при консультации с преподавателем.

Ежегодно на кафедре физической культуры с курсом лечебной физкультуры проводится научно-методическая конференция по темам:

1. Физическая культура в общественной и профессиональной подготовке студентов – медиков

- Физическая культура как фактор укрепления здоровья.
- Патологическое воздействие допинга на организм спортсменов.
- Человек и физическая культура; проблемы гармоничного развития личности.
- Спорт как средство эстетического воспитания.
- Роль выпускников медицинской академии в развитии массовой физической культуры.
- Взаимосвязь физической культуры, спорта с основными областями культуры человека; эстетический, этический, моральный.
- Роль физической культуры, спорта, туризма в воспитании молодежи.
- Туризм в системе физического воспитания, его оздоровительное и оборонное значение.
- Физическая культура в семье.
- Здоровье человека, как ценность и факторы его определяющие.
- Личное отношение к здоровью и условия формирования здорового образа жизни.
- Деонтология в педагогике, медицине, физической культуре и спорте.
- Нравственное воспитание студентов в процессе занятий физической культурой и спортом.
- Физическая культура - как важнейший элемент в образе жизни студента.
- Самостоятельные занятия физическими упражнениями, в период каникул, производственной практики, трудового семестра.
- Дозирование физической нагрузки при самостоятельных занятиях физической культурой с учетом пола, возраста, состояния здоровья.

2. Физическая культура в обеспечении здоровья, современные оздоровительные формы и системы занятий физическими упражнениями

- Двигательная активность - основа здорового образа жизни.
- Изменения, происходящие в организме человека, при систематических занятиях физическими упражнениями и спортом.
- Патологическое воздействие допинговых препаратов на организм спортсменов.
- Физическая культура как фактор повышения устойчивости организма человека к умственному перенапряжению, стрессовым ситуациями различным заболеваниям.
- Физическая культура и производительность труда.
- Мини-физкультура, физкультурные минутки, паузы в режиме дня студента.
- Утренняя гимнастика и ее физическое значение, психологические факторы, влияющие на здоровье человека.
- Ритмическая гимнастика и её влияние на организм.
- Оздоровительное влияние ходьбы, бега, методика занятий.
- Влияние двигательной активности на сердечно – сосудистую и дыхательную систему.
- Занятия физической культурой при различных стадиях близорукости.
- Гимнастика для красоты и здоровья
- Закономерности развития отдельных систем организма в процессе физической тренировки

(обмен веществ, система кровообращения, дыхания, газообмен, опорно-двигательный аппарат).
- Женственность красота и здоровье.
- Дыхание при занятиях физическими упражнениями.
- Вес и физические упражнения.
- Профилактика травматизма при занятиях физическими упражнениями, спортом, туризмом.
- Разминка. Её роль и направленность при занятиях различными видами спорта.
- Гиподинамия и ее влияние на сердечнососудистую и дыхательную системы, опорно-двигательный аппарат.
- Анатомо-физиологические характеристики гибкости.
- Дневник самоконтроля и его значение в жизни физкультурника.
- Сила, её значение в жизни человека, методика развития силы.
- Быстрота, ее значение в жизни человека, методика развития быстроты
- Выносливость, ее значение в жизни человека, методика развития выносливости.
- Простейшие методы контроля за состоянием кардиореспираторной системы.
- Физическая культура и спорт в режиме труда и отдыха студентов.
- Дозированные физические нагрузки для нормализации массы тела.
- Влияние алкоголя на жизненные функции организма.
- Через совершенство тела к совершенству духа.
- Методические основы занятий оздоровительным бегом.
- Оздоровительное, прикладное и оборонное значение плавания.
- Спортивные игры как средство общей физической подготовки.
- Здоровье и физическая работоспособность.
- Ритмическая гимнастика для работников умственного труда.
- Корректирующая гимнастика для лиц, имеющих отклонения в физическом развитие.
- Физические упражнения для профилактики нарушений осанки.
- Производственная физическая культура различных профессиональных групп.
- Атлетическая гимнастика для девушек и женщин.
- Пульсовой режим и мышечная нагрузка при физических упражнениях.
- Влияние курения на организм человека.
- Роль физической культуры в физическом развитии и подготовленности мальчиков, юношей, мужчин.
- Физическая культура при нарушении осанки.
- Физическая подготовка врача.
- Профессионально-прикладная физическая подготовка студента.
- Ходьба - как самое просто и доступное оздоровительное мероприятие.
- Направленность, методика, дозировка оздоровительного бега.
- Роль физической культуры в физическом развитии и подготовленности девочек, девушек, женщин.

3. Гигиенические факторы укрепления здоровья и восстановления работоспособности

- Задачи гигиены физических упражнений.
- Личная гигиена: распорядок дня, гигиена сна, гигиена тела, одежды, обуви.
- Гигиенические требования к занятиям оздоровительными упражнениями, спортом, туризмом.
- Спортивная обувь и одежда с учетом метеорологических и климатических условий.
- Закаливание воздухом, водой.
- Нетрадиционные методы закаливания: зимнее плавание, моржевание.
- Вспомогательные средства восстановления и повышения работоспособности: душ, сауна, массаж.
- Вода, жар, пар и их влияние на организм.
- Гигиенические факторы питания.

- Плавать раньше, чем ходить.
- Рациональное питание - основа здоровья.
- Применение физических упражнений при нарушениях осанки.

4. Спорт. Экономика. Политика в современном обществе

- Национальные виды спорта и их роль в межличностном и физическом воспитании.
- Профессиональный и любительский спорт.
- Медицинская комиссия при МОК. Допинг контроль.
- Санкции к спортсменам, уличенным в употреблении допинга.
- Олимпийские игры и их роль в жизни общества.
- Физическая культура и спорт в условиях новой экономической политики.
- Влияние спорта на экономику, политику в современном обществе.
- Участие спортсменов СССР, России в Олимпийских играх.
- Физическая культура, спорт в дореволюционной России.
- Исторические этапы развития Олимпийских игр: Олимпийские игры в древности;
- Олимпийские игры в современности.
- История развития зимних Олимпийских игр.

6. Атлетическая гимнастика

- Влияние атлетической гимнастики на формирование осанки.
- Составить комплекс упражнений на развитие группы мышц: плечевого пояса; мышц рук; груди и спины; нижних конечностей.
- Влияние анаболических стероидов на женский и мужской организм.
- Тренажеры в системе средств физической культуры.
- Противопоказания к занятиям физическими упражнениями на тренажерах.
- Соблюдение техники безопасности во время занятий на тренажерах.
- Гигиенические требования по организации к проведению занятий с использованием тренажеров.
- Морфофункциональные изменения, происходящие при занятиях атлетической гимнастикой.
- Студенты, по состоянию здоровья, занимающиеся в группах специально-медицинской, лечебной, физической культурой, готовят реферат по диагнозу своего заболевания.

Критерий оценки научно-исследовательской работы студентов:

- материал о результатах исследования в докладе изложен подробно, хорошо проработана специальная литература, изучена научно-техническая информации о достижении отечественной и зарубежной науки и техники в соответствующей области знаний – «зачтено».
- материал о результатах исследования в докладе изложен недостаточно верно, плохо проработана специальная литература, изучена научно-техническая информации о достижении отечественной и зарубежной науки и техники в соответствующей области знаний - «не зачтено».

III. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ, МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Основная литература

1. Физическая культура и здоровье: Учебник /Под ред. В.В. Пономарёвой. - М.: ГОУ ВУНМЦ, 2006. - 352 с., илл.
2. Ильинич В.И. Физическая культура студента: Учебник.М.: Гардарики, 2005.-448 с.

3.2. Дополнительная литература.

1. Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. Гриф УМО МО РФ. Изд. 7-е, Academia, 2010 - 320 с.
2. Горшков А.Г., Виленский М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента: Учебное пособие для вузов. Гардарики, 2007. 218 с.
3. Кузнецов В.С., Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. Гриф УМО МО РФ. 8-е изд., стер. Academia, 2010. 480 с.
4. Приказ Минздравсоцразвития России № 613-н от 9августа 2010 г. «Об утверждении порядка оказания медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий».
5. Федеральный Закон о физической культуре и спорте в Российской Федерации от 4 декабря 2007 года N329-ФЭ.
6. В.Б. Мандриков, М.П. Мицулина, И.А. Ушакова, В.О. Аристакесян, Н.В. Замятина. - Волгоград: Изд-во Волг ГМУ, 2013. – 336 с.
7. Федеральная целевая программа «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2006 – 2015 годы» от 11 января 2006 г. № 7.

3.3. Учебно-методическое обеспечение дисциплины, подготовленное сотрудниками кафедры.

1. Миронов Ф.С. Учебное пособие для проведения теоретических занятий по физическому воспитанию со студентами лечебного и педиатрического факультетов. Учебное пособие для студентов медицинских ВУЗов. - ГОУ ВПО АГМА Росздрава, 2009. - 200 с.
2. Миронов Ф.С. Профилактика спортивных травм и повреждений на занятиях физической культурой. Учебно-методическое пособие на занятиях по физической культуре. Благовещенск: изд-во БГПУ, 2013.-40с.
3. Миронов Ф.С. В движении жизнь. Учебно-методическое пособие для самостоятельных занятий физической культурой Благовещенск. - 52 с.
4. Миронов Ф.С. Гигиенические факторы, способствующие укреплению здоровья и повышению работоспособности: учеб. пособие Благовещенск, 2015.-48 с.
5. Миронов Ф. С., Громова М.В., Узлов Ю.Л. – Самостоятельная подготовка к тестированию в рамках всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» ГТО: Учебно-методическое пособие для студентов/ Благовещенск: Издательство БГПУ, 2018. – 52 с.

Электронные и цифровые технологии:

1. Онлайн-курс по дисциплине «Физическая культура и спорт» в ЭИОС ФГБОУ ВО Амурской ГМА https://educ-amursma.ru/enrol/index.php?id=647

2. Характеристика модулей в электронном информационно-образовательном курсе

Обучающий	**Контролирующий**
Теоретический (лекционный) материал, научно-познавательные и обучающие фильмы	Методические рекомендации для студентов по внеаудиторной самостоятельной работе.
Методические рекомендации для студентов к практическим занятиям. Методические рекомендации для решения задач и упражнений по темам	Список рекомендуемых тем реферативных работ и положение для оформления реферата.

дисциплины.	
Справочные материал, наглядные пособия.	Тесты входного, текущего и итогового контролей знаний.

Электронные учебные пособия:
(размещены в ЭИОС ФГБОУ ВО Амурской ГМА. Режим доступа:
(https://educ-amursma.ru/enrol/index.php?id=647)

- электронное учебное пособие по дисциплине «Физическая культура и спорт». Раздел «Физическая культура и спорт».

3.4. Оборудование, используемое для образовательного процесса

Для проведения лекций по дисциплине используется лекционная аудитория.

Расчет количественных показателей.

Количество учебного оборудования приводится в расчете на один спортивный зал. При этом использование значительной части указанных средств связано с выполнением не только внутри предметных, но и общих обучающих задач. Оснащение этими техническими средствами рассматривается как элемент общего материально-технического оснащения высшего медицинского образовательного учреждения.

Конкретное количество средств и объектов материально-технического оснащения указано в таблице с учетом средней наполняемости группы (12-15 студентов).

Материально-техническое оснащение учебного процесса по дисциплине «Физическая культура и спорт» для практических занятий

№ п/п	Наименование, количество.
1	Учебная комната физической культуры с курсом лечебной физкультуры 323.9 м^2 Основное оборудование: теннисные столы -8 тренажеры – 5 обручи – 10 гимнастические скакалки – 10 гантели – 8 пар
2	Учебная комната физической культуры 432.9 м^2 с курсом лечебной физкультуры. Основное оборудование: штанги - 2 обручи -10 гимнастические скакалки -10 гири 4 футбольные ворота - 2 тренажеры - 6, баскетбольные щит-, 2 скамья для пресса -1 брусья -1 медицибол - 5
3	Учебная комната кафедры физической культуры с курсом лечебной физкультуры 643 м^2 Основное оборудование: сетка волейбольная -2 стойки- 2 футбольные ворота - 2 скакалки - 30 гимнастические палки -30

	коврики - 8 баскетбольные щиты- 8 гантели – 14 скамья гимнастическая - 2
4	Учебная комната физической культуры с курсом лечебной физкультуры 53.6 м^2 Основное оборудование: Плакаты- 20 паласы - 2 гимнастические палки - 15 гимнастические стенки - 4 зеркало - 6 гантели - 10
5	Учебная комната физической культуры 38.4 м^2 с курсом лечебной физкультуры Основное оборудование: столы - 12 стулья – 24 плакаты – 35
6	Тренажерный зал 199,9 м^2 Основное оборудование: тренажёры - 19 гири разных весов - 38 шт. пояса - 10 коврики - 8 гимнастические палки - 20 скакалки – 8 весы – 1 мешок боксёрский – 2

3.5. Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы, электронные образовательные ресурсы.

Название ресурса	Описание ресурса	Доступ	Адрес ресурса
Электронно-библиотечные системы			
«Консультант студента» Электронная библиотека медицинского вуза.	Для студентов и преподавателей медицинских и фармацевтических вузов. Предоставляет доступ к электронным версиям учебников, учебных пособий и периодическим изданиям.	библиотека, индивидуальный доступ	http://www.studmedlib.ru/
«Консультант врача» Электронная медицинская библиотека.	Материалы, размещенные в библиотеке разработаны ведущими российскими специалистами на основании современных научных знаний (доказательной медицины). Информация подготовлена с учетом позиции научно-практического медицинского общества (мирового, европейского и российского) по соответствующей специальности. Все материалы прошли обязательное независимое рецензирование.	библиотека, индивидуальный доступ	http://www.rosmedlib.ru/cgi-bin/mb4x
PubMed	Бесплатная система поиска в	библиоте	http://www.ncbi.nlm.

	крупнейшей медицинской библиографической базе данных MedLine. Документирует медицинские и биологические статьи из специальной литературы, а также даёт ссылки на полнотекстовые статьи.	ка, свободный доступ	nih. gov/pubmed/
Oxford Medicine Online.	Коллекция публикаций Оксфордского издательства по медицинской тематике, объединяющая свыше 350 изданий в общий ресурс с возможностью перекрестного поиска. Публикации включают The Oxford Handbook of Clinical Medicine и The Oxford Textbook of Medicine, электронные версии которых постоянно обновляются.	библиотека, свободный доступ	http://www.oxfordmedicine.com
База знаний по биологии человека	Справочная информация по физиологии, клеточной биологии, генетике, биохимии, иммунологии, патологии. (Ресурс Института молекулярной генетики РАН.)	библиотека, свободный доступ	http://humbio.ru/
Медицинская онлайн библиотека	Бесплатные справочники, энциклопедии, книги, монографии, рефераты, англоязычная литература, тесты.	библиотека, свободный доступ	http://med-lib.ru/
Информационные системы			
Российская медицинская ассоциация	Профессиональный интернет - ресурс. Цель: содействие осуществлению эффективной профессиональной деятельности врачебного персонала. Содержит устав, персоналии, структура, правила вступления, сведения о Российском медицинском союзе.	библиотека, свободный доступ	http://www.rmass.ru/
Web-медицина	Сайт представляет каталог профессиональных медицинских ресурсов, включающий ссылки на наиболее авторитетные тематические сайты, журналы, общества, а также полезные документы и программы. Сайт предназначен для врачей, студентов, сотрудников медицинских университетов и научных учреждений	библиотека, свободный доступ	http://webmed.irkutsk.ru/
Базы данных			
Всемирная организация здравоохранения	Сайт содержит новости, статистические данные по странам, входящим во всемирную организацию здравоохранения, информационные бюллетени, доклады, публикации ВОЗ и многое другое.	библиотека, свободный доступ	http://www.who.int/ru/
Министерства науки и высшего образования Российской Федерации	Сайт Министерства науки и высшего образования Российской Федерации содержит новости, информационные бюллетени, доклады, публикации и многое другое.	библиотека, свободный доступ	http://www.minobrnauki.gov.ru
Министерство	Сайт Министерства просвещения	библиоте	https://edu.gov.ru/

просвещения Российской Федерации.	Российской Федерации содержит новости, информационные бюллетени, доклады, публикации и многое другое.	ка, свободный доступ	
Федеральный портал «Российское образование»	Единое окно доступа к образовательным ресурсам. На данном портале предоставляется доступ к учебникам по всем отраслям медицины и здравоохранения.	библиотека, свободный доступ	http://www .edu.ru/ http://window.edu.ru/catalog/?p rubr=2.2.81.1
Библиографические базы данных			
БД «Российская медицина»	Создается в ЦНМБ, охватывает весь фонд, начиная с 1988 года. База содержит библиографические описания статей из отечественных журналов и сборников, диссертаций и их авторефератов, а также отечественных и иностранных книг, сборников трудов институтов, материалы конференций и т.д. Тематически база данных охватывает все области медицины и связанные с ней области биологии, биофизики, биохимии, психологии и т.д.	библиотека, свободный доступ	http://www.scsml.rssi.ru/
eLIBRARY.RU	Российский информационный портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 13 млн. научных статей и публикаций. На платформе eLIBRARY.RU доступны электронные версии более 2000 российских научно-технических журналов, в том числе более 1000 журналов в открытом доступе.	библиотека, свободный доступ	http://elibrary.ru/defaultx.asp
Портал Электронная библиотека диссертаций	В настоящее время Электронная библиотека диссертаций РГБ содержит более 919 000 полных текстов диссертаций и авторефератов.	библиотека, свободный доступ	http://diss.rsl.ru/?menu=disscatalog/
Медлайн.ру	Медико-биологический портал для специалистов. Биомедицинский журнал. Последнее обновление 7 февраля 2021 г.	библиотека, свободный доступ	http://www.medline.ru

3.6. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, используемое в образовательном процессе

I. Коммерческие программные продукты		
1.	Операционная система MS Windows 7 Pro	Номер лицензии 48381779
2.	Операционная система MS Windows 10 Pro, MS Office	ДОГОВОР №142 А от 25.12.2019
3.	MS Office	Номер лицензии: 43234783, 67810502, 67580703, 64399692, 62795141, 61350919
4.	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса Расширенный	Договор № 977 по/20 от 24.12.2020
5.	1С:Университет ПРОФ	ЛИЦЕНЗИОННЫЙ ДОГОВОР № 2191 от 15.10.2020
6.	1С: Библиотека ПРОФ	ЛИЦЕНЗИОННЫЙ ДОГОВОР № 2281 от 11.11.2020

II. Свободно распространяемое программное обеспечение		
1.	Google Chrome	Бесплатно распространяемое Условия распространения: https://play.google.com/about/play-terms/index.html
2.	Браузер «Yandex»	Бесплатно распространяемое Лицензионное соглашение на использование программ Браузер «Yandex» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/
3.	Dr.Web CureIt!	Бесплатно распространяемое Лицензионное соглашение: https://st.drweb.com/static/new-www/files/license_CureIt_ru.pdf
4.	OpenOffice	Бесплатно распространяемое Лицензия: http://www.gnu.org/copyleft/lesser.html
5.	LibreOffice	Бесплатно распространяемое Лицензия: https://ru.libreoffice.org/about-us/license/

3.7. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

- Библиотека Амурской ГМА. Режим доступа: https://amursma.ru/obuchenie/biblioteki/biblioteka-amurskoy-gma/
- ЭБС «Консультант студента». Режим доступа: http://www.studmedlib.ru/cgi-bin/mb4x
- Электронная библиотека медицинской литературы. Режим доступа: https://www.books-up.ru/ru/entrance/97977feab00ecfbf9e15ca660ec129c0/

IV. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

4.1. Текущий тестовый контроль (входной, исходный, выходной), итоговый.

4.1.1. Тесты входного контроля для определения физической подготовленности студентов

Характеристика направленности тестов	**Женщины**					**Мужчины**				
	Оценка в баллах									
	5	**4**	**3**	**2**	**1**	**5**	**4**	**3**	**2**	**1**
Тест на скоростно-силовую подготовленность: Бег – 100 м (сек)	16,4	17,4	17,8	18,0	18,2	13,1	14,1	14,4	14,6	15,0
Прыжок в длину с места (см)	190	180	170	160	150	240	225	210	200	195

Тест на силовую подготовленность: Из положения (сед) опускание туловища в положение (лежа), ноги закреплены, руки за головой (кол-во раз): **Подтягивание на перекладине** (кол-во раз): вес до 85 кг	43	35	32	30	27	13	11	9	8	7
Более 85 кг						12	10	7	4	2
Тест на общую выносливость: бег–2000 м (мин/сек)										
вес до 70 кг	10,35	11,20	11,35	12.40	13.15					
вес более 70 кг	10,50	12,30	13,10	13,20	13.30					
бег 3000м (мин/сек)										
вес до 85 кг						12.00	13,40	14,30	15,00	15,30
вес более 85 кг						12.30	14.10	14,50	15,20	16,00
Тест на гибкость: Из положения стоя на гимнастической скамейке, наклон вперед, ноги в коленном суставе не сгибать (см)	16	11	8	2	0	13	7	6	2	0

4.1.2. Практические задания для текущего контроля (исходный и выходной контроль), по разделам дисциплины

п/п №	**Раздел программы**	**Практические задания**				
			исходный контроль		**выходной контроль**	
			муж.	**жен.**	**муж.**	**жен.**
1.	**Лёгкая атлетика**	Бег – 100м	14.5сек	18,0сек	14,0сек	17,0сек
		Прыжок в длину с места	215 см	160 см	220 см	170 см.
		Кросс3000м	14,00 сек	13,00 сек	13,00 сек	12,00 сек
2.	**Волейбол**	1. Выполнение подач:				

		нижняя подача, боковая подача, верхняя подача Три серии по 5 подач, с попаданием 50% на площадку. 2.Игра в парах, 20 передач, приёмов, выполняет каждый студент 3.Судейство соревнований	30%	30%	50%	50%
3.	**Баскетбол**	1. Броски по кольцу со штрафной линии.10 бросков,45-50% попаданий в кольцо. 2. В парах: игра в защите, нападении 3. Судейство соревнований	30%	30%	45-50%	45-50%
4.	**Лыжная подготовка**	1. Передвижение по лыжне: одновременным бесшажным ходом. Одновременным одношажным ходом 2. Прохождение дистанции ((3; 5) классическим или коньковым ходом	Без учёта време-ни	Без учёта време-ни	Без учёта време-ни	Без учёта време-ни
5.	**Общая физическая подготовка**	1. Подтягивание на высокой перекладине (муж.)	6 -8	35-30	10-8	40-45

4.1.3. Практические задания для рубежного контроля

1. Составить комплекс утренней гигиенической гимнастики для студентов 19-23 лет. Взрослого контингента 30-40 лет.
2. Составить и провести комплекс физических упражнений для вступительной части занятий с предметами: скакалками, обручами, гимнастическими палками.

4.1.4. Примеры тестовых заданий для итогового контроля (с эталонами ответов)

Тестовые задания расположены в системе «Moodle».
Режим доступа: (https://educ-amursma.ru/local/crw/course.php?id=647)

Общее количество тестов – 100.

(выберите один правильный ответ)

1. РАЗМЕРЫ ВОЛЕЙБОЛЬНОЙ ПЛОЩАДКИ, М?
   1) 6 х 9;
   2) 10х12;
   3) 12х12;
   4) 9х18.
2. ВЫСОТА БАСКЕТБОЛЬНОГО КОЛЬЦА?

1) 300 см;
2) 310 см;
3) 295 см;
4) 305 см.

3. ВЫСОТА ВОЛЕЙБОЛЬНОЙ СЕТКИ У МУЖЧИН?
1) 241 см;
2) 250 см;
3) 233 см;
4) 245 см.

Эталоны ответов: 1-4; 2-4; 3-4.

4.2. Перечень практических навыков, которым должен обладать студент после освоения дисциплины.

- Четко объяснять пациентам необходимость и значение ФК.
- Назначать правильный двигательный режим каждому пациенту
- Правильно рекомендовать применение средств ФК в зависимости от состояния здоровья, физической подготовленности, профессии и психоэмоционального состояния пациента.
- Правильно построить оздоровительно-тренировочный процесс с учетом состояния здоровья и профессиональной деятельности пациента
- Постоянно поддерживать свое физическое состояние и функциональные возможности на должном уровне, оценить физическое состояние.
- Использовать методы развития и контроля основных физических качеств.
- Составлять комплексы утренней гигиенической, корректирующей и производственной гимнастик.
- Использовать приобретенные двигательные навыки при самостоятельных занятиях физическими упражнениями.
- Применять нетрадиционные и вспомогательные средства и методы физического воспитания для собственного оздоровления организма.

4.3. Перечень практических требований к зачету

Характеристика направленности тестов	**Женщины**					**Мужчины**				
	Оценка в баллах									
	5	**4**	**3**	**2**	**1**	**5**	**4**	**3**	**2**	**1**
Тест на скоростно-силовую подготовленность: Бег – 100 м (сек)	16,4	17,4	17,8	18,0	18,2	13,1	14,1	14,4	14,6	15,0
Прыжок в длину с места (см)	190	180	170	160	150	240	225	210	200	195

Тест на силовую подготовленность: Из положения (сед) опускание туловища в положение (лежа), ноги закреплены, руки за головой (кол-во раз): **Подтягивание на перекладине** (кол-во раз): вес до 85 кг	43	35	32	30	27	13	11	9	8	7
Более 85 кг						12	10	7	4	2
Тест на общую выносливость: бег–2000 м (мин/сек)										
вес до 70 кг	10,35	11,20	11,35	12.40	13.15					
вес более 70 кг	10,50	12,30	13,10	13,20	13.30					
бег 3000м (мин/сек)										
вес до 85 кг						12.00	13,40	14,30	15,00	15,30
вес более 85 кг						12.30	14.10	14,50	15,20	16,00
Тест на гибкость: Из положения стоя на гимнастической скамейке, наклон вперед, ноги в коленном суставе не сгибать (см)	16	11	8	2	0	13	7	6	2	0

УТВЕРЖДЕНО

на заседании кафедры «Физической культуры с курсом лечебной физкультуры»

протокол № 11 от 05 сентября 2022 г.

зав. кафедрой Миронов Ф.С.

ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»
СПЕЦИАЛЬНОСТЬ 31.05.02 ПЕДИАТРИЯ
НА 2022- 2023 УЧЕБНЫЙ ГОД

1. Внести изменение в п. 3.6. на стр. 37, актуализировать таблицу в разделе «Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, используемое в образовательном процессе».

Перечень программного обеспечения (коммерческие программные продукты)

№ п/п	Перечень программного обеспечения (коммерческие программные продукты)	Реквизиты подтверждающих документов
1.	Операционная система MS Windows 7 Pro	Номер лицензии 48381779
2.	Операционная система MS Windows 10 Pro	ДОГОВОР № УТ-368 от 21.09.2021
3.	MS Office	Номер лицензии: 43234783, 67810502, 67580703, 64399692, 62795141, 61350919
4.	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса Расширенный	Договор 326по/21-ИБ от 26.11.2021
5.	1С Бухгалтерия и 1С Зарплата	ЛИЦЕНЗИОННЫЙ ДОГОВОР 612/Л от 02.02.2022
6.	1С: Университет ПРОФ	ЛИЦЕНЗИОННЫЙ ДОГОВОР № ЦБ-1151 от 01.14.2022
7.	1С: Библиотека ПРОФ	ЛИЦЕНЗИОННЫЙ ДОГОВОР № 2281 от 11.11.2020
8.	Консультант Плюс	Договор № 37/С от 25.02.2022
9.	Актион 360	Договор № 574 от 16.11.2021
10.	Среда электронного обучения 3KL(Русский Moodle)	Договор № 1362.2 от 15.11.2021
11.	Astra Linux Common Edition	Договор № 142 А от 21.09.2021
12.	Информационная система "Планы"	Договор № 8245 от 07.06.2021
13.	1С:Документооборот	Договор № 2191 от 15.10.2020
14.	Р7-Офис	Договор № 2 КС от 18.12.2020

Перечень свободно распространяемого программного обеспечения

№ п/п	Перечень свободно распространяемого программного обеспечения	Ссылки на лицензионное соглашение
1.	Браузер «Яндекс»	Бесплатно распространяемое Лицензионное соглашение на использование программ Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/
2.	Яндекс.Телемост	Бесплатно распространяемое Лицензионное соглашение на использование программ https://yandex.ru/legal/telemost_mobile_agreement/
3.	Dr.Web CureIt!	Бесплатно распространяемое Лицензионное соглашение: https://st.drweb.com/static/new-www/files/license_CureIt_ru.pdf
4.	OpenOffice	Бесплатно распространяемое Лицензия: http://www.gnu.org/copyleft/lesser.html
5.	LibreOffice	Бесплатно распространяемое Лицензия: https://ru.libreoffice.org/about-us/license/

УТВЕРЖДЕНО
на заседании кафедры «Физической культуры с курсом лечебной физкультуры»
протокол № 12 от 24 мая 2023 г.
зав. кафедрой _____ Миронов Ф.С.

ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ» СПЕЦИАЛЬНОСТЬ 31.05.02 ПЕДИАТРИЯ НА 2023- 2024 УЧЕБНЫЙ ГОД

1. Внести изменение в п. 3.6. на стр. 37, актуализировать таблицу в разделе «Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, используемое в образовательном процессе».

Перечень программного обеспечения (коммерческие программные продукты)

№ п/п	Перечень программного обеспечения (коммерческие программные продукты)	Реквизиты подтверждающих документов
1	Операционная система MS Windows 7 Pro	Номер лицензии 48381779
2	Операционная система MS Windows 10 Pro	ДОГОВОР № УТ-368 от 21.09.2021
3	MS Office	Номер лицензии: 43234783, 67810502, 67580703, 64399692, 62795141, 61350919
4	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 50-99 Node 2 year Educational Renewal License	Договор 165А от 25.11.2022
5	1С Бухгалтерия и 1С Зарплата	ЛИЦЕНЗИОННЫЙ ДОГОВОР 612/Л от 02.02.2022
6	1С: Университет ПРОФ	ЛИЦЕНЗИОННЫЙ ДОГОВОР № ЦБ-1151 от 01.14.2022
7	1С: Библиотека ПРОФ	ЛИЦЕНЗИОННЫЙ ДОГОВОР № 2281 от 11.11.2020
8	Консультант Плюс	Договор № 37/С от 25.02.2022
9	Контур.Толк	Договор № К007556/22 от 19.09.2022
10	Среда электронного обучения 3KL(Русский Moodle)	Договор № 1362.3 от 21.11.2022
11	Astra Linux Common Edition	Договор № 142 А от 21.09.2021
12	Информационная система "Планы"	Договор № 9463 от 25.05.2022
13	1С: Документооборот	Договор № 2191 от 15.10.2020
14	Р7-Офис	Договор № 2 КС от 18.12.2020

Перечень свободно распространяемого программного обеспечения

№ п/п	Перечень свободно распространяемого программного обеспечения	Ссылки на лицензионное соглашение
1	Браузер «Яндекс»	Бесплатно распространяемое Лицензионное соглашение на использование программ Браузер «Яндекс» https://yandex.ru/legal/browser_agreement/
2	Яндекс.Телемост	Бесплатно распространяемое Лицензионное соглашение на использование программ https://yandex.ru/legal/telemost_mobile_agreement/
3	Dr.Web CureIt!	Бесплатно распространяемое Лицензионное соглашение: https://st.drweb.com/static/new-www/files/license_CureIt_ru.pdf
4	OpenOffice	Бесплатно распространяемое Лицензия: http://www.gnu.org/copyleft/lesser.html
5	LibreOffice	Бесплатно распространяемое Лицензия: https://ru.libreoffice.org/about-us/license/
6	VK Звонки	Бесплатно распространяемое https://vk.com/licence