

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
"Красноярский государственный медицинский университет
имени профессора В.Ф. Войно-Ясенецкого"
Министерства здравоохранения Российской Федерации

Лечебный факультет

Кафедра физической культуры

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

"Физическая культура и спорт"

уровень специалитета

очная форма обучения

срок освоения ОПОП ВО - 6 лет

2018 год

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
"Красноярский государственный медицинский университет
имени профессора В.Ф. Войно-Ясенецкого"
Министерства здравоохранения Российской Федерации



25 июня 2018

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Дисциплины «Физическая культура и спорт»

Для ОПОП ВО по специальности 31.05.01 Лечебное дело

Уровень специалитета

Очная форма обучения

Срок освоения ОПОП ВО - 6 лет

Лечебный факультет

Кафедра физической культуры

Курс - I

Семестр - I

Лекции - 16 час.

Практические занятия - 40 час.

Самостоятельная работа - 16 час.

Зачет - I семестр

Всего часов - 72

Трудоемкость дисциплины - 2 ЗЕ

2018 год

1. Вводная часть

1.1. Планируемые результаты освоения образовательной программы по дисциплине

Цель освоения дисциплины "Физическая культура и спорт" состоит в формировании физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

1.2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

1.2.1. Дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к блоку Б1 - «Дисциплины (модули)».

Безопасность жизнедеятельности (школьный курс)

Знания: основных техносферных опасностей, их свойств и характеристик, характера воздействия вредных и опасных факторов на человека и природную среду, методов защиты от них;

Умения: идентифицировать основные опасности среды обитания человека, оценивать риск их реализации, выбирать методы защиты от опасностей и способы обеспечения комфортных условий жизнедеятельности; прогнозировать аварии и катастрофы;

Навыки: владеть способами и технологиями защиты в чрезвычайных ситуациях.

1.3. Требования к результатам освоения дисциплины

1.3.1. Изучение данной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих общекультурных (ОК), общепрофессиональных (ОПК) и профессиональных (ПК) компетенций:

В результате изучения дисциплины обучающиеся должны:

Общие сведения о компетенции ОК-6	
Вид деятельности	-
Профессиональная задача	-
Код компетенции	ОК-6
Содержание компетенции	способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности Знать Уметь 1 провести оценку работоспособности и физической подготовки по тесту купера (или на 2-3 км.) с контролем чсс, чдд. 2 определять чсс при разных видах нагрузки 3 определить дозирование физической нагрузки с контролем чсс, чдд. 4 оказать первую доврачебную помощь при спасении утопающих. 5 оценивать свое функциональную готовность. 6 производить самоконтроль состояния здоровья, определить чсс, чдд, 7 производить самоконтроль состояния физической подготовленности 8 оказывать первую доврачебную помощь при травмах опорно-двигательного аппарата 9 выполнять основные приемы самомассажа и корригирующей гимнастики глаз. 10 определить индекс массы тела по кетле. 11 использовать средства и методы восстановления на занятиях физической культурой и спортом. 12 функциональные пробы: штанге, генчи, мартине, ортостатическая. 13 производить антропометрию. 14 создавать индивидуальные программы физического самовоспитания на основе зож. Владеть 1 владеть практическими навыками оказания первой доврачебной помощи при обморожениях. 2 владеть двигательными навыками по спортивным играм на основе теории и методики физической культуры 3 владеть двигательными навыками по легкой атлетике. 4 владеть двигательными навыками по беговым лыжам с контролем чсс, чдд. 5 владеть двигательными навыками по плаванию с контролем чсс, чдд. 6 владеть двигательными навыками по спортивным играм с контролем чсс, чдд. 7 двигательными навыками по спортивным играм на основе теории и методики физической культуры. 8 двигательными навыками по беговым лыжам с контролем чсс, чдд. 9 двигательными навыками по легкой атлетике. 10 двигательными навыками по плаванию с контролем чсс, чдд. Оценочные средства 1 Контрольные нормативы

2. ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

		Семестр
Вид учебной работы	Всего часов	I
1	2	3
Аудиторные занятия (всего), в том числе	56	56
Лекции (Л)	16	16
Практические занятия (ПЗ)	40	40
Из общего числа аудиторных часов - в интерактивной форме*	16 29%	16
Семинарские занятия (СЗ)		
Лабораторные работы (ЛР)		
Внеаудиторная (самостоятельная) работа обучающегося (СР), в том числе:	16	16
Выполнение упражнений	16	16
Вид промежуточной аттестации		Зачет
Контактная работа	56	
Общая трудоемкость час. ЗЕ	72.0 2	72 2

2.2. Разделы дисциплины (модуля), компетенции и индикаторы их достижения, формируемые при изучении

№ раздела	Наименование раздела дисциплины	Темы разделов дисциплины	Код формируемой компетенции	Коды индикаторов достижения компетенций
1	2	3	4	5
1.	Общая физическая подготовка.			
		Вводное занятие по легкой атлетике. Техники безопасности на занятиях по легкой атлетике ,знакомство с материальной базой.	ОК-6	ОК-6
		Легкая атлетика. История развития легкой атлетики.	ОК-6	ОК-6
		Бег на длинные дистанции.Прыжок в длину с места. Старт,особенности техники бега по выражу.Техника прыжка в длину с места.	ОК-6	ОК-6
		Бег на короткие дистанции.Подготовка к нормативам. Старт,стартовый разгон.Сгибание разгибание рук в упоре лежа, поднимание туловища в упоре лежа, подтягивание на перекладине, поднимание ног в висе.	ОК-6	ОК-6
		Контрольные нормативы. Сгибание разгибание рук в упоре лежа, поднимание туловища в упоре лежа, подтягивание на перекладине, поднимание ног в висе.Бег 100м., челночный бег.	ОК-6	ОК-6
		Вводное занятие по плаванию. Техника безопасности на занятиях по плаванию.Знакомство с материально технической базой.	ОК-6	ОК-6
		Плавание. Стиль плавания кроль на груди,на спине.	ОК-6	ОК-6
		Вводное занятие по лыжным гонкам. Техники безопасности на занятиях по лыжным гонкам.Знакомство с материально технической базой.	ОК-6	ОК-6
		Лыжные гонки. Техника классического лыжного хода.	ОК-6	ОК-6
		Контрольные нормативы. Зачет. Прохождение дистанции различными коньковыми, классическими ходами.	ОК-6	ОК-6
2.	Спортивные игры			
		Спортивные игры. История развития спортивных игр.	ОК-6	ОК-6
		Вводное занятие по спортивным играм. Техника безопасности на занятиях по спортивным играм.Знакомство с материальной базой.	ОК-6	ОК-6
		Футбол. Техника ведения мяча.Удары по воротам, жонглирование мячом.	ОК-6	ОК-6

		Баскетбол. Бросок мяча по кольцу в движении.Штрафной бросок.	ОК-6	ОК-6
		Волейбол. Прием и передача мяча.Верхняя и нижняя подача.	ОК-6	ОК-6

2.3. Разделы дисциплины и виды учебной деятельности

			Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу (в часах)					
№ п/п	№ семестра	Наименование раздела дисциплины	Л	ЛР	ПЗ	СЗ	СР	Всего
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.	1	Общая физическая подготовка.	12		30		16	58
2.	1	Спортивные игры	4		10			14
		Всего	16		40		16	72

2.4. Тематический план лекций дисциплины

1 курс

1 семестр

№ раздела	№ темы	Наименование раздела	Тема	Количество часов
1	2	3	4	5
1	1	Общая физическая подготовка. [2.00]	Легкая атлетика. История развития легкой атлетики. ОК-6	2
1	2	Общая физическая подготовка. [2.00]	Легкая атлетика. Основы техники легкоатлетических видов. ОК-6	2
2	3	Спортивные игры [2.00]	Спортивные игры. История развития спортивных игр. ОК-6	2
2	4	Спортивные игры [2.00]	Спортивные игры. Теория и методика обучения базовым видам спорта, общий курс. ОК-6	2
1	5	Общая физическая подготовка. [2.00]	Плавание. История развития плавания. ОК-6	2
1	6	Общая физическая подготовка. [2.00]	Плавание. Основы техники плавания. Основы обучения двигательным действиям. ОК-6	2
1	7	Общая физическая подготовка. [2.00]	Лыжные гонки. История развития лыжных гонок. ОК-6	2

1	8	Общая физическая подготовка. [2.00]	Лыжные гонки. Характеристика видов лыжного спорта.Классификация и терминология в лыжных гонках. ОК-6	2
			Всего за семестр	16
			Всего часов	16

2.5. Тематический план практических/семинарских занятий

2.5.1. Тематический план практических занятий

1 курс

1 семестр

№ раздела	№ темы	Наименование раздела	Тема	Количество часов
1	2	3	4	5
1	1	Общая физическая подготовка. [2.00]	Вводное занятие по легкой атлетике. (В интерактивной форме) Техники безопасности на занятиях по легкой атлетике ,знакомство с материальной базой. ОК-6	2
1	2	Общая физическая подготовка. [2.00]	Бег на длинные дистанции.Прыжок в длину с места. Старт,особенности техники бега по выражу.Техника прыжка в длину с места. ОК-6	2
1	3	Общая физическая подготовка. [2.00]	Бег на короткие дистанции.Подготовка к нормативам. Старт,стартовый разгон.Сгибание разгибание рук в упоре лежа, поднимание туловища в упоре лежа, подтягивание на перекладине, поднимание ног в висе. ОК-6	2

1	4	Общая физическая подготовка. [2.00]	Контрольные нормативы. (В интерактивной форме) Сгибание разгибание рук в упоре лежа, поднимание туловища в упоре лежа, подтягивание на перекладине, поднимание ног в висе. Бег 100м., челночный бег. ОК-6	2
1	5	Общая физическая подготовка. [2.00]	Контрольные нормативы. Бег 1000-2000м..Прыжок в длину с места. ОК-6	2
2	6	Спортивные игры [2.00]	Вводное занятие по спортивным играм. (В интерактивной форме) Техника безопасности на занятиях по спортивным играм. Знакомство с материальной базой. ОК-6	2
2	7	Спортивные игры [2.00]	Футбол. Техника ведения мяча. Удары по воротам, жонглирование мячом. ОК-6	2
2	8	Спортивные игры [2.00]	Баскетбол. Бросок мяча по кольцу в движении. Штрафной бросок. ОК-6	2
2	9	Спортивные игры [2.00]	Волейбол. Прием и передача мяча. Верхняя и нижняя подача. ОК-6	2
2	10	Спортивные игры [2.00]	Контрольные нормативы. (В интерактивной форме) Футбол, баскетбол, волейбол. ОК-6	2
1	11	Общая физическая подготовка. [2.00]	Вводное занятие по плаванию. (В интерактивной форме) Техника безопасности на занятиях по плаванию. Знакомство с материально технической базой. ОК-6	2
1	12	Общая физическая подготовка. [2.00]	Плавание. Стиль плавания кроль на груди, на спине. ОК-6	2

1	13	Общая физическая подготовка. [2.00]	Плавание. Стиль плавания брасс.Прыжки с тумбы,повороты в воде. ОК-6	2
1	14	Общая физическая подготовка. [2.00]	Контрольные нормативы. Кроль на спине,на груди. ОК-6	2
1	15	Общая физическая подготовка. [2.00]	Контрольные нормативы. (В интерактивной форме) Прыжки с тумбы,повороты в воде.Брасс. ОК-6	2
1	16	Общая физическая подготовка. [2.00]	Вводное занятие по лыжным гонкам. (В интерактивной форме) Техники безопасности на занятиях по лыжным гонкам.Знакомство с материально технической базой. ОК-6	2
1	17	Общая физическая подготовка. [2.00]	Лыжные гонки. Техника классического лыжного хода. ОК-6	2
1	18	Общая физическая подготовка. [2.00]	Лыжные гонки. Техника конькового лыжного хода. ОК-6	2
1	19	Общая физическая подготовка. [2.00]	Лыжные гонки. Техника подъемов и спусков. ОК-6	2
1	20	Общая физическая подготовка. [2.00]	Контрольные нормативы. Зачет. (В интерактивной форме) Прохождение дистанции различными коньковыми, классическими ходами. ОК-6	2
			Всего за семестр	40
			Всего часов	40

2.5.2. Тематический план семинарских занятий

Данный вид работы учебным планом не предусмотрен

2.6. Тематический план лабораторных работ

Данный вид работы учебным планом не предусмотрен

2.7. Контроль самостоятельной работы

Данный вид работы учебным планом не предусмотрен

2.8. Самостоятельная работа
2.8.1. Виды самостоятельной работы
1 курс
1 семестр

№ раздела	№ темы	Наименование раздела	Тема	Вид самост.работы	Количество часов
1	2	3	4	5	6
1	1	Общая физическая подготовка. [16.00]	Легкая атлетика Файлов нет Подготовка к контрольным нормативам. Бег 100 м., бег 2-3 км, прыжок в длину с места, челночный бег 3 по 10 м. ОК-6 Файлов нет	Выполнение упражнений [16.00]	16
			Всего за семестр		16
			Всего часов		16

2.8.2. Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

№ п/п	Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной и учебно-методической литературы	Вид носителя (электронный/бумажный)
1	2	3
1	Кадомцева Е.М., Лахмай А.А. Физическая культура и спорт : фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по специальности 31.05.01 Лечебное дело (очная форма обучения) . - Красноярск : КрасГМУ, 2018. - Текст : электронный. - URL: https://krasgmu.ru/umu/printing/12976_fk_i_spdf	ЭБС КрасГМУ
2	75 ПЗ7 Плавание [Электронный ресурс] : сб. тестовых заданий с эталонами ответов для студентов всех специальностей / сост. М. А. Карпович. - Красноярск : КрасГМУ, 2016. - 7 с.	ЭБС КрасГМУ
3	Физическая культура и спорт : сборник методических рекомендаций для преподавателя к практическим занятиям по специальности 31.05.01 Лечебное дело (очная форма обучения) / сост. Е. М. Кадомцева, А. А. Христюлова ; Красноярский медицинский университет. - Красноярск : КрасГМУ, 2017. - Текст : электронный. - URL: http://krasgmu.ru/index.php?page[org]=o_umkd_metod&umkd_id=2600&metod_type=0&metod_class=0&tlids=238833,238834,238835,238836,238837,238838,238839,238840,238844,238846,238847,238848,238849,238857,238858,238859,238864,238869,238870,238871,238872&pdf=0	ЭБС КрасГМУ
4	Физическая культура и спорт : сборник методических указаний для обучающихся к практическим занятиям по специальности 31.05.01 Лечебное дело (очная форма обучения) / сост. Е. М. Кадомцева, А. А. Христюлова ; Красноярский медицинский университет. - Красноярск : КрасГМУ, 2017. - Текст : электронный. - URL: http://krasgmu.ru/index.php?page[org]=o_umkd_metod&umkd_id=2600&metod_type=0&metod_class=1&tlids=238833,238834,238835,238836,238837,238838,238839,238840,238844,238846,238847,238848,238849,238857,238858,238859,238864,238869,238870,238871,238872&pdf=0	ЭБС КрасГМУ
5	Физическая культура и спорт : сборник методических указаний для обучающихся к внеаудиторной (самостоятельной) работе по специальности 31.05.01 Лечебное дело (очная форма обучения) / сост. Е. М. Кадомцева, А. А. Христюлова ; Красноярский медицинский университет. - Красноярск : КрасГМУ, 2017. - Текст : электронный. - URL: http://krasgmu.ru/index.php?page[org]=o_umkd_metod&umkd_id=2600&metod_type=0&metod_class=2&tlids=238833,238834,238835,238836,238837,238838,238839,238840,238844,238846,238847,238848,238849,238857,238858,238859,238864,238869,238870,238871,238872&pdf=0	ЭБС КрасГМУ

2.9. Оценочные средства, в том числе для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

2.9.1. Виды контроля и аттестации, формы оценочных средств

1 семестр					
			Оценочные средства		
№ п/п	Виды контроля	Наименование раздела дисциплины	Форма	Кол-во вопросов в задании	Кол-во независимых вариантов
1	2	3	4	5	6
1	Для входного контроля				
		Спортивные игры			
			Контрольные нормативы	По числу студентов	По числу студентов
2	Для текущего контроля				
		Общая физическая подготовка.			
			Контрольные нормативы	По числу студентов	По числу студентов
3	Для промежуточного контроля				
			Контрольные нормативы	По числу студентов	По числу студентов

2.9.2. Примеры оценочных средств

Входной контроль

Контрольные нормативы

1. Бег 100 м. Женщины: 5 -16.0 4 -17.0 3 -18.0 2 -20.0 Мужчины: 5 -13.5 4 -14.0 3 -14.5 2 -15.5

ОК-6

2. Бег 1000 м. для женщин: 5 -5.05 4 -5.50 3 -6.25 2 -7.00 бег 2000 м. для мужчин: 5 -8.00 4 -8.30 3 -9.00 2 -9.30

ОК-6

3. Прыжок в длину с места. Женщины: 5 -185 см. 4 -170 см. 3 -150 см. 2 -130 см. Мужчины: 5 -245 см. 4 -235 см. 3 -215 см. 2 -200 см.

ОК-6

Текущий контроль

Контрольные нормативы

1. Кроль на груди. Дистанция 100 м Женщины: 5 -2.10 4 -2.20 3 -2.35 2 -2.50. Мужчины: 5 -1.45 4 -1.50 3 -2.00 2 -2.15

ОК-6

2. Кроль на спине. Дистанция 100 м. Женщины: 5 -2.30 4 -2.40 3 -2.55 2 -3.05 Мужчины: 5 -2.10 4 -2.20 3 -2.35 2 -1.50

ОК-6

Промежуточный контроль

Контрольные нормативы

1. Прыжок в длину с места. Женщины: 5 -185 см. 4 -170 см. 3 -150 см. 2 -130 см. Мужчины: 5 -245 см. 4 -235 см. 3 -215 см. 2 -200 см.

ОК-6

2. Верхняя и нижняя подача. Техника верхней и нижней подачи.

ОК-6

3. Верхняя и нижняя передача. Количество раз. Женщины: 5 -30 раз. 4 -20 раз. 3 -15 раз. 2 -10 раз. Мужчины: 5 -40 раз. 4 -35 раз. 3 -30 раз. 2 -20 раз

ОК-6

2.10. Примерная тематика курсовых работ (проектов)

Данный вид работы учебным планом не предусмотрен

2.11. Перечень практических умений/навыков

1 курс

1 семестр

№ п/п	Практические умения
1	2
1	Двигательными навыками по беговым лыжам с контролем ЧСС, ЧДД. Файлов нет Уровень: Владеть ОК-6
2	Двигательными навыками по легкой атлетике. Файлов нет Уровень: Владеть ОК-6
3	Двигательными навыками по плаванию с контролем ЧСС, ЧДД. Файлов нет Уровень: Владеть ОК-6
4	Производить самоконтроль состояния здоровья, определить ЧСС, ЧДД, Файлов нет Уровень: Уметь ОК-6
5	Двигательными навыками по спортивным играм на основе теории и методики физической культуры. Файлов нет Уровень: Владеть ОК-6
6	Владеть практическими навыками оказания первой доврачебной помощи при обморожениях. Файлов нет Уровень: Владеть ОК-6

2.12. Примерная тематика рефератов (эссе)

1 курс

1 семестр

№ п/п	Темы рефератов
1	2
1	Здоровый образ жизни. Файлов нет ОК-6
2	Правильное питание. Файлов нет ОК-6
3	Значение физической культуры и спорта в жизни человека. Файлов нет ОК-6
4	Современные олимпийские игры: особенности проведения и их значение в жизни современного общества. Файлов нет ОК-6

2.13. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

2.13.1. Перечень основной литературы, необходимой для освоения дисциплины

№ п/п	Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной и учебно-методической литературы	Вид носителя (электронный/бумажный)
1	2	3
1	Физическая культура : учебник и практикум для вузов / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко [и др.]. - Москва : Юрайт, 2023. - 424 с. - Текст : электронный. - URL: https://urait.ru/viewer/fizicheskaya-kultura-510794#page/1	ЭБС Юрайт

2.13.2. Перечень дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины

№ п/п	Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной и учебно-методической литературы	Вид носителя (электронный/бумажный)
1	2	3
1	Платонов, В. Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов : монография / В. Н. Платонов. - Москва : Спорт, 2019. - 656 с. - Текст : электронный. - URL: http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785950018336.html	ЭБС Консультант студента (ВУЗ)
2	Епифанов, В. А. Лечебная физическая культура : учебное пособие / В. А. Епифанов, А. В. Епифанов. - 4-е изд., доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2020. - 704 с. - Текст : электронный. - URL: https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970455760.html	ЭБС Консультант студента (ВУЗ)
3	Медико-биологические термины в спорте : словарь-справочник / И. И. Ахметов, Ю. Д. Винничук, Н. Л. Высочина [и др.] ; ред. Л. М. Гунина, А. В. Дмитриев. - Москва : Спорт, 2019. - 336 с. - Текст : электронный. - URL: http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785950018329.html	ЭБС Консультант студента (ВУЗ)
4	Кулиненков, О. С. Медицина спорта высших достижений / О. С. Кулиненков. - 2-е изд., испр. - Москва : Спорт, 2019. - 320 с. - Текст : электронный. - URL: https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785950018572.html	ЭБС Консультант студента (ВУЗ)
5	75 К26 Карпович, М. А. Обучение основным навыкам плавания [Электронный ресурс] : учеб. пособие для всех специальностей мед. и фарм. вузов / М. А. Карпович. - Красноярск : КрасГМУ, 2016. - 118 с.	ЭБС КрасГМУ
6	Бегидова, Т. П. Основы адаптивной физической культуры : учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова. - 3-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2023. - 181 с. - Текст : электронный. - URL: https://urait.ru/viewer/osnovy-adaptivnoy-fizicheskoy-kultury-531670#page/1	ЭБС Юрайт
7	Спортивная медицина : руководство / ред. А. В. Епифанов, В. А. Епифанов. - 3-е изд., перераб. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2023. - 664 с. - Текст : электронный. - URL: https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970472743.html	ЭМБ Консультант врача
8	Андриянова, Е. Ю. Спортивная медицина : учебное пособие для вузов / Е. Ю. Андриянова. - 3-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2023. - 341 с. - Текст : электронный. - URL: https://urait.ru/viewer/sportivnaya-medicina-533087#page/1	ЭБС Юрайт

9	Спортивные игры: правила, тактика, техника : учебное пособие для вузов / ред. Е. В. Конеева. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2023. - 322 с. - Текст : электронный. - URL: https://urait.ru/viewer/sportivnye-igry-pravila-taktika-tehnika-517434#page/1	ЭБС Юрайт
10	Харитонов, Л. Г. Типы адаптации в спорте : монография / Л. Г. Харитонов. - 2-е изд., перераб. и доп. - Омск : СибГУФК, 2016. - 256 с. - Текст : электронный. - URL: http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785919300656.html	ЭБС Консультант студента (ВУЗ)
11	Фудин, Н. А. Физиологические механизмы произвольной регуляции дыхания при занятиях спортом : монография / Н. А. Фудин ; ред. А. И. Григорьев. - Москва : Спорт, 2020. - 224 с. - Текст : электронный. - URL: http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785907225091.html	ЭБС Консультант студента (ВУЗ)
12	Физическая и реабилитационная медицина : нац. рук. : крат. изд. / ред. Г. Н. Пономаренко. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2022. - 512 с. - Текст : электронный. - URL: https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970469989.html	ЭМБ Консультант врача
13	Физическая и реабилитационная медицина : нац. рук. / гл. ред. Г. Н. Пономаренко. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2020. - 688 с. - Текст : электронный. - URL: https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970436066.html	ЭМБ Консультант врача

2.13.3. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

Порядковый номер	1
Наименование	История развития легкой атлетики.
Вид	Интернет-ресурс
Форма доступа	https%3A%2F%2Fru.sport-wiki.org%2Fvidy-sporta%2Flegkaya-atletika%2F
Рекомендуемое использование	Для самостоятельной работы, при подготовке к занятиям.

Порядковый номер	2
Наименование	История развития спортивных игр.
Вид	Интернет-ресурс
Форма доступа	http%3A%2F%2Fworks.doklad.ru%2Fview%2FevzMCc87IDk.html
Рекомендуемое использование	Для самостоятельной работы, при подготовке к занятиям

Порядковый номер	3
Наименование	История развития плавания.
Вид	Интернет-ресурс
Форма доступа	http%3A%2F%2Fzdorovosport.ru%2Fswim.html
Рекомендуемое использование	Для самостоятельной работы, при подготовке к занятиям

Порядковый номер	4
Наименование	История развития лыжных гонок.
Вид	Интернет-ресурс
Форма доступа	http%3A%2F%2Fopace.ru%2Fb%2Fistoriya_razvitiya_lyzhnyh_gonok
Рекомендуемое использование	Для самостоятельной работы, при подготовке к занятиям

2.13.4. Карта перечня информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем по специальности 31.05.01 Лечебное дело для очной формы обучения

№ п/п	Вид	Наименование	Режим доступа	Доступ	Рекомендуемое использование
1	2	3	4	5	6
1.	Видеоуроки практических навыков	-/-	-/-	-/-	-/-
2.	Видеолекции	-/-	-/-	-/-	-/-
3.	Учебно-методический комплекс для дистанционного обучения	-/-	-/-	-/-	-/-
4.	Программное обеспечение	-/-	-/-	-/-	-/-
5.	Информационно-справочные системы и базы данных	ЭБС Консультант студента ВУЗ ЭБС Айбукс ЭБС Букар ЭБС Лань ЭБС Юрайт ЭБС MedLib.ru НЭБ eLibrary БД Web of Science БД Scopus ЭМБ Консультант врача Wiley Online Library Springer Nature ScienceDirect (Elsevier) СПС КонсультантПлюс СПС Консультант Плюс	http://www.studmedlib.ru/ https://ibooks.ru/ https://www.books-up.ru/ https://e.lanbook.com/ https://www.biblio-online.ru/ https://www.medlib.ru https://elibrary.ru/ http://webofscience.com/ https://www.scopus.com/ http://www.rosmedlib.ru/ http://search.ebscohost.com/ http://onlinelibrary.wiley.com/ http://journals.cambridge.org/ https://rd.springer.com/ https://www.sciencedirect.com/ http://www.consultant.ru/	По логину/паролю По логину/паролю По логину/паролю По логину/паролю По логину/паролю По логину/паролю, по IP-адресу По логину/паролю, по IP-адресу По IP-адресу По логину/паролю По IP-адресу По IP-адресу По IP-адресу По IP-адресу По IP-адресу По IP-адресу По IP-адресу	Для самостоятельной работы, при подготовке к занятиям

2.13.5. Материально-техническая база дисциплины, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине "Физическая культура и спорт" по специальности 31.05.01 Лечебное дело (очное, высшее образование, 6,00) для очной формы обучения

№ п/п	Наименование	Кол-во	Форма использования
1	2	3	4
	Помещение для хранения учебного оборудования		аудитория для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования
1	Лыжи беговые	15	
2	Ботинки для беговых лыж	15	
3	Палки для беговых лыж	15	
4	Скамейка	2	
5	Кабинка для раздевания	15	
	Бассейн		учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, аудитория для групповых и индивидуальных консультаций, для текущего контроля и промежуточной аттестации
1	плавательные дорожки	6	
2	стартовые тумбы	6	
3	Светодиодное табло	1	
4	Индукционная система Исток М2	1	
5	Чаша оснащена оборудованием и специализированным инвентарем с учетом требований для данных категорий обучающихся	1	
6	Информационное светодиодное табло	2	
7	скамейки	48	
8	Душевые кабины	22	
9	Кабинка для раздевания	196	
10	Фен	8	
11	Кресло-подъемник для инвалидов	1	
12	Плавательные доски	10	
13	Поворотные бортики	12	
	Спортивный зал		учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, аудитория для групповых и индивидуальных консультаций, для текущего контроля и промежуточной аттестации

1	сетка волейбольная	1	
2	кольцо баскетбольное	4	
3	футбольные ворота	2	
4	светодиодное табло	1	
5	шведская стенка	4	
6	Скамейка	4	
	Зал ЛФК		учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, аудитория для групповых и индивидуальных консультаций, для текущего контроля и промежуточной аттестации
1	Степ-платформа	17	
2	Гимнастический мяч	2	
3	Каремат	28	
4	Гимнастический мат	58	
5	груша для битья	1	
6	гантеля для фитнеса разновесная	22	
7	Блин разновесный	6	
8	Обруч	4	
9	Скамейка	1	
	Аудитория №1		аудитория для проведения занятий лекционного типа Программное обеспечение: Microsoft Windows: 43344704, 60641926, 60641927, 61513487, 61513488, 65459253, 65459265, 69754734, 69754735,V9233887 Microsoft Office: 43344704, 60641927, 61513487, 65459253 Kaspersky Endpoint Security: 13C8-230601-131918-526-1100
1	Проектор	1	
2	Микрофон	1	
3	Доска	1	
4	Компьютер	1	
5	Колонки	1	

6	Проекционный экран	1	
7	Трибуна	1	
8	Стол	60	
9	Посадочные места	360	
10	Индукционная система Исток С1и	1	
11	Акустический усилитель и колонки	1	
	Аудитория №3		аудитория для проведения занятий лекционного типа Программное обеспечение: Microsoft Windows: 43344704, 60641926, 60641927, 61513487, 61513488, 65459253, 65459265, 69754734, 69754735,V9233887 Microsoft Office: 43344704, 60641927, 61513487, 65459253 Kaspersky Endpoint Security: 13C8-230601-131918-526-1100
1	Проектор	1	
2	Микрофон	1	
3	Доска	1	
4	Компьютер	1	
5	Колонки	1	
6	Проекционный экран	1	
7	Трибуна	1	
8	Стол	60	
9	Посадочные места	256	
	Аудитория №2		аудитория для проведения занятий лекционного типа Программное обеспечение: Microsoft Windows: 43344704, 60641926, 60641927, 61513487, 61513488, 65459253, 65459265, 69754734, 69754735,V9233887 Microsoft Office: 43344704, 60641927, 61513487, 65459253 Kaspersky Endpoint Security: 13C8-230601-131918-526-1100
1	Проектор	1	
2	Микрофон	1	
3	Доска	1	

4	Компьютер	1	
5	Колонки	1	
6	Проекционный экран	1	
7	Трибуна	1	
8	Стол	60	
9	Посадочные места	360	
	Спортивная площадка (стадион)		учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, аудитория для групповых и индивидуальных консультаций, для курсового проектирования (выполнения курсовых работ)
1	Футбольное поле	1	
2	Беговая дорожка	6	
3	Футбольные ворота	8	
4	Волейбольная площадка	1	
5	Яма для прыжков в длину	1	
6	Трибуны	2	
7	Баскетбольные кольца	2	
8	Волейбольная сетка	1	
9	Баскетбольная площадка	1	
10	Полоса препятствий	1	
	Помещение для хранения учебного оборудования		аудитория для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования
1	Мебель	10	
2	Спортивный инвентарь	120	
	Читальный зал НБ		аудитория для самостоятельной работы Программное обеспечение: Microsoft Windows: 43344704, 60641926, 60641927, 61513487, 61513488, 65459253, 65459265, 69754734, 69754735, V9233887 Microsoft Office: 43344704, 60641927, 61513487, 65459253 Kaspersky Endpoint Security: 13C8-230601-131918-526-1100

1	Проектор	1	
2	Клавиатура со шрифтом Брайля	13	
3	Экран	1	
4	Ноутбук	1	
5	Персональный компьютер	18	
6	Сканирующая и читающая машина CARA CE	1	
7	Стол	30	
8	Посадочные места	43	
9	Индукционная система Исток С1и	1	
10	Головная компьютерная мышь	1	
11	Клавиатура программируемая крупная адаптивная	1	
12	Джойстик компьютерный	1	
13	Принтер Брайля (рельефно-точечный)	1	
14	Специализированное ПО: экранный доступ JAWS	1	
15	Ресивер для подключения устройств	1	

2.14. Образовательные технологии

Используемые образовательные технологии при изучении дисциплины «Физическая культура и спорт»: 29% интерактивных часов от объема аудиторных часов. В рамках изучения дисциплины «Физическая культура и спорт» обучение студентов проводится на практических занятиях. Занятия проводятся с использованием следующих методов обучения: -объяснительно-иллюстративный; -игровой; -соревновательный; -метод круговой тренировки. Проводятся следующие разновидности аудиторных практических занятий: демонстрация, беседа, упражнение, анализ проблемных ситуаций, работа в малых группах, соревнование, т.д.

2.15. Разделы дисциплины и междисциплинарные связи с последующими дисциплинами

		Разделы данной дисциплины, необходимые для изучения последующих дисциплин	
№ п/п	Наименование последующих дисциплин	1	2
1	Общая физическая подготовка	+	

2.16. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Обучение складывается из аудиторных занятий (56 часов), включающих 40 часов практических занятий и 16 часов лекций, и самостоятельной работы (16 часов). Основное учебное время выделяется на практическую работу по физической культуре и спорту. При изучении учебной дисциплины необходимо использовать полученные навыки и освоить практические умения по дисциплине "Физическая культура и спорт". В соответствии с требованиями ФГОС ВО в учебном процессе широко используются активные и интерактивные формы проведения занятий. Каждый обучающийся обеспечен доступом к библиотечным фондам университета и кафедры. По каждому разделу учебной дисциплины разработаны методические указания для обучающихся и методические рекомендации для преподавателей. Работа студента в группе формирует чувство коллективизма и коммуникабельность. Обучение студентов способствует развитию двигательных навыков. Исходный уровень знаний студентов определяется контрольными нормативами по физической культуре и спорту, текущий контроль результатов изучения дисциплины осуществляется преподавателем физической культуры во время практических занятий с помощью контрольных нормативов. В конце изучения учебной дисциплины проводится промежуточный контроль практических умений, с использованием контрольных нормативов на заданные темы.

2.17. Особенности организации обучения по дисциплине для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

1. Обучение инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

по заявлению обучающегося кафедрой разрабатывается адаптированная рабочая программа с использованием специальных методов обучения и дидактических материалов, составленных с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья обучающегося.

2. В целях освоения учебной программы дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья кафедра обеспечивает:

1) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:

- размещение в доступных местах и в адаптированной форме справочной информации о расписании учебных занятий для обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими;
- присутствие преподавателя, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;
- выпуск альтернативных форматов методических материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);

2) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- надлежащими звуковыми средствами воспроизведения информации;

3) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата:

- возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, туалетные комнаты и другие помещения кафедры. В случае невозможности беспрепятственного доступа на кафедру организовывать учебный процесс в специально оборудованном помещении (ул. Партизана Железняка, 1, Университетский библиотечно-информационный центр: электронный читальный зал (ауд. 1-20), читальный зал (ауд. 1-21).

3. Образование обучающихся с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах.

4. Перечень учебно-методического обеспечения самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Категории студентов	Оборудование	Формы
С нарушением слуха	1. Индукционная система Исток с1и	- в печатной форме; - в форме электронного документа;
С нарушением зрения	1. Сканирующая и читающая машина SARA CE; 2. Специализированное ПО: экранный доступ JAWS; 3. Наклейка на клавиатуру со шрифтом Брайля; 4. Принтер Брайля (рельефно-точечный);	- в печатной форме (по договору на информационно-библиотечное обслуживание по межбиблиотечному абонементу с КГБУК «Красноярская краевая специальная библиотека – центр социокультурной реабилитации инвалидов по зрению» №2018/2 от 09.01.2018 (срок действия до 31.12.2022) - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла;

С нарушением опорно-двигательного аппарата	1. Специализированный стол; 2. Специализированное компьютерное оборудование (клавиатура программируемая крупная адаптивная, головная компьютерная мышь, джойстик компьютерный);	- в печатной форме; - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла;
1. Ресивер для подключения устройств.		