

**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования
«Ивановская государственная медицинская академия»
Министерства здравоохранения Российской Федерации**

Факультет: лечебный

Факультет лечебный

Кафедра физической культуры

**Рабочая программа дисциплины
«Физическая культура и спорт»**

Уровень высшего образования: специалитет

Направление подготовки (специальность) **31.05.01 «Лечебное дело»**

Квалификация выпускника – врач общей практики

Направленность (специализация): **Лечебное дело**

форма обучения очная

Тип образовательной программы: программа специалитета

Срок освоения образовательной программы: 6 лет

Код дисциплины: Б 54

Иваново, 2016

1. Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины является формирование у студентов – медиков мотивации к саморазвитию, самореализации, самообразованию посредством качественного выполнения требований вузовской программы «Физическая культура и спорт» для дальнейшего применения в медицинской деятельности средств и методов физической культуры в формировании навыков здорового образа жизни, а также обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Профессиональными **задачами** освоения дисциплины являются: овладение студентами способами и средствами проведения оздоровительных мероприятий у пациентов различных возрастных групп, направленных на формирование элементов здорового образа жизни.

2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина «Физическая культура и спорт» включена в базовую часть блока 1.

Дисциплина реализуется для студентов основной, подготовительной и специальных медицинских групп, а также для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в порядке, установленном организацией.

В процессе изучения дисциплины «Физическая культура и спорт» студент опирается на требования к предметным результатам освоения базового курса физической культуры среднего общего и специального образования:

1) умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;

2) владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;

3) владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;

4) владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;

5) владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности.

Освоение данной дисциплины необходимо как предшествующее для последующих базовых дисциплин: - нормальная физиология, безопасность жизнедеятельности, медицинская реабилитология.

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине.

3.1. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины:

1. ОК- 6 способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
2. ПК-16 готовность к просветительской деятельности по устранению факторов риска и формированию навыков здорового образа жизни.

3.2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенный с формируемыми компетенциями

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Код компетенции	Перечень знаний, умений, навыков	Количество повторений
ОК 6	Знать социальную значимость физической культуры и ее роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности; возрастно-половые особенности развития основных	

	физических качеств и двигательных навыков занимающихся; влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику заболеваний и вредных привычек; основы техники безопасности и профилактики травматизма на занятиях физической культурой и спортом. Уметь - разбираться в вопросах физической культуры, применяемой в целях профилактики и самооздоровления организма. - составлять и подбирать индивидуальные комплексы оздоровительной и лечебной физической культуры Владеть - системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, повышения двигательных и функциональных возможностей организма для обеспечения последующей полноценной социальной и профессиональной деятельности; - методами самооздоровления и саморазвития организма средствами физической культуры.	5 5 10 20
ПК-16	Знать биологические, психолого-педагогические и научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни; способы формирования мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установок на здоровый образ жизни; основные характеристики здорового образа жизни, методы его формирования. Уметь - обучать практическим навыкам использования средств физической культуры для укрепления и восстановления здоровья пациентов и членов их семей; - составлять и подбирать индивидуальные программы оздоровительной физической культуры для пациентов; Владеть - методикой обучения различным двигательным навыкам в сочетании с профессионально-прикладной физической подготовкой; - методами оценки физического, функционального, состояния; - технологией проведения оздоровительных мероприятий у пациентов различных возрастных групп, направленных на формирование элементов здорового образа жизни	5 5 15 20 10

4. Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа.

Курс	Семестр	Количество часов			Форма промежуточного контроля
		Всего в часах и ЗЕ	Часы контактной работы	Часы самостоятельной работы	
1	1	72/2	18	18	-
1	2		36	-	Зачет

5. Учебная программа дисциплины

5.1. Содержание дисциплины

1.1. Физическая культура и спорт в России и за рубежом: основные понятия, история возникновения и развития, современное состояние

1.1.1. Основные понятия и дефиниции, история развития физической культуры в России и за рубежом

1.1.2. История развития олимпийского, параолимпийского и студенческого спорта

1.2. Социально-биологические основы физической культуры

1.2.1. Физкультурные знания, умения и навыки – компоненты профессиональной подготовки врача

1.2.2. Средства и методы непрерывного физкультурного воспитания человека

1.2.3. Показатели и методы оценки физического развития населения

1.2.4. Самооценка физического развития: соматоскопия и соматометрия

1.3. Основные показатели функционального состояния организма во время занятий физической культурой

1.3.1. Субъективные показатели функциональной подготовленности

1.3.2. Объективные показатели функциональной подготовленности

1.3.3. Основы комплекса ГТО

1.4. Врачебный контроль и самоконтроль в системе физического воспитания и спорта

1.4.1. Врачебно-педагогические наблюдения на занятиях физической культурой пациентов разного возраста

1.4.2. Самодиагностика и самоконтроль во время занятий физической культурой

1.5. Основы теории и методики воспитания двигательных способностей человека

1.5.1. Выносливость: методы контроля, развития, значение в будущей профессиональной деятельности

1.5.2. Сила: методы контроля, развития, значение в будущей профессиональной деятельности

1.5.3. Скорость: методы контроля, развития, значение в будущей профессиональной деятельности

1.5.4. Ловкость и координация: методы контроля, развития, значение в будущей профессиональной деятельности

1.5.5. Гибкость: методы контроля, развития, значение в будущей профессиональной деятельности

1.6. Методика построения индивидуального двигательного режима

1.6.1. Основные характеристики индивидуального двигательного режима

1.6.2. Методы самооздоровления и саморазвития организма средствами физической культуры

1.6.3. Разработка программ оздоровительной физической культуры для лиц разного возраста

1.7. Здоровье и здоровый образ жизни в аспекте профессиональной подготовки врача

1.7.1. Здоровье и факторы, его определяющие. Основные составляющие здорового образа жизни

1.7.2. Системы оздоровительных мероприятий физическим лицам различного возраста, основанные на адекватной двигательной активности

1.7.3. Технологии проведения оздоровительных мероприятий у населения различных возрастных групп, направленных на формирование элементов здорового образа жизни

1.8. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов-медиков

1.8.1. Задачи, средства и место профессионально-прикладной физической подготовки в системе физического воспитания студентов-медиков

1.8.2. Прикладные знания и методико-практические умения и навыки, обеспечивающие сохранение и укрепление здоровья, физического и психического благополучия, повышение двигательных и функциональных возможностей организма для обеспечения последующей полноценной социальной и профессиональной деятельности

1.8.3. Преимущественное развитие прикладных основных физических качеств

1.8.4. Преимущественное развитие прикладных специальных физических качеств (устойчивость к гиподинамии, неблагоприятным воздействиям внешней среды, быстрота зрительного различения и подвижности нервных процессов и др.)

1.8.5. Преимущественное развитие прикладных умений и навыков с помощью различных видов спорта

1.8.6. Преимущественное развитие прикладных психических качеств (внимание, оперативное мышление, эмоциональная устойчивость и др.)

1.8.7. Особенности профессионально-прикладной физической подготовки врача-лечебника

1.9. Физическое воспитание пациентов с отклонениями в состоянии здоровья

5.2. Учебно-тематический план

Учебно-тематический план дисциплины (в академических часах) и матрица компетенций*

Наименование разделов дисциплины (модулей) и тем	Часы контактной работы			Всего часов контактной работы	Самостоятельная работа студента	Итого часов	Формируемые компетенции		Используемые образовательные технологии	Инновационные технологии	Формы текущего и рубежного контроля успеваемости
	Л*	МПЗ**	ПЗ***				ОК-6	ПК-16			
1.1. Физическая культура и спорт в России и за рубежом: основные понятия, история возникновения и развития, современное состояние	2	-	-	2	-	2	+	+	Л	-	П Р
1.1.1. Основные понятия, история развития физической культуры в России и за рубежом	-	1	-	1	-	1	+	+	С	-	П Т Р
1.1.2. История развития олимпийского, параолимпийского и студенческого спорта	-	1	-	1	-	1	+	+	С	-	П Т Р КЗ
1.2. Социально-биологические основы физической культуры	2	-	-	2	-	2	+	+	-	ЛВ	П Р
1.2.1. Физкультурные знания, умения и навыки – компоненты профессиональной подготовки врача	-	-	-	-	2	2	+	+	РЛК	-	Т
1.2.2. Средства и методы непрерывного физкультурного воспитания человека	-	-	-	-	2	2	+	+	РЛК	-	Т
1.2.3. Показатели и методы оценки физического развития населения	-	1	-	1	-	1	+	+	МЛ	-	П Т Р
1.2.4. Оценка физического развития: соматоскопия и соматометрия	-	2	-	2	-	2	+	+	-	МГ	П Т Р
1.3. Основные показатели функционального состояния организма во время занятий физической культурой	2	-	-	2	-	2	+	+	-	ЛВ	П Р
1.3.1. Субъективные показатели функциональной под-	-	2	-	2	2	4	+	+	РЛК	-	Т

готовленности											
1.3.2. Объективные показатели функциональной подготовленности	-	2	-	2	-	2	+	+	-	<i>РИ</i>	<i>ПТР</i>
1.3.3. Основы комплекса ГТО	-										
1.4. Врачебный контроль и самоконтроль в системе физического воспитания и спорта	2	-	-	2	-	2	+	+	-	<i>ЛВ</i>	<i>ПР</i>
1.4.1. Врачебно-педагогические наблюдения на занятиях физической культурой пациентов разного возраста	-	2	-	2	2	4	+	+	-	<i>РИ</i>	<i>ПТР</i>
1.4.2. Самодиагностика и самоконтроль во время занятий физической культурой	-	2	-	2	2	4	+	+	<i>РЛК</i>	МГ	<i>Т</i>
1.5. Основы теории и методики воспитания двигательных способностей человека	2	-	-	2	-	2	+	+	<i>Л</i>	-	<i>ПР</i>
1.5.1. Выносливость: методы контроля, развития, значение в будущей профессиональной деятельности	-	1	-	1	-	1	+	+	<i>С</i>	-	<i>ПТР</i> <i>КЗ</i>
1.5.2. Сила: методы контроля, развития, значение в будущей профессиональной деятельности	-	1	-	1	-	1	+	+	<i>С</i>	-	<i>ПТР</i> <i>КЗ</i>
1.5.3. Скорость: методы контроля, развития, значение в будущей профессиональной деятельности	-	1	-	1	-	1	+	+	<i>С</i>	-	<i>ПТР</i> <i>КЗ</i>
1.5.4. Ловкость и координация: методы контроля, развития, значение в будущей профессиональной деятельности	-	1	-	1	-	1	+	+	<i>С</i>	-	<i>ПТР</i> <i>КЗ</i>
1.5.5. Гибкость: методы контроля, развития, значение в будущей профессиональной деятельности	-	1	-	1	-	1	+	+	<i>С</i>	-	<i>ПТР</i> <i>КЗ</i>
1.6. Методика построения индивидуального двигательного режима	2	-	-	2	-	2	+	+	-	<i>ЛВ</i>	<i>ПР</i>
1.6.1. Основные характеристики индивидуального двигательного режима	-	-	-	-	2	2	+	+	<i>РЛК</i>	-	<i>Т</i>
1.6.2 методы самооздоровления и саморазвития организма средствами физической культуры	-	-	-	-	2	2	+	+	<i>РЛК</i>	-	<i>Т</i>
1.6.3. разработка программ оздоровительной физической культуры для лиц разного возраста	-	2	-	2	-	2	+	+	<i>С</i>	-	<i>ПТР</i> <i>КЗ</i>
1.7. Здоровье и здоровый образ жизни в аспекте профессиональной подготовки врача	2	-	-	2	-	2	+	+	-	<i>ЛВ</i>	<i>ПР</i>

1.7.1. здоровье и факторы, его определяющие. Основные составляющие здорового образа жизни	-	-	-	-	2	2	+	+	<i>РЛК</i>	-	<i>Т</i>
1.7.2. системы оздоровительных мероприятий физическим лицам различного возраста, основанные на адекватной двигательной активности	-	2	-	2	-	2	+	+	<i>РЛК</i>	-	<i>Т</i>
1.7.3. технологии проведения оздоровительных мероприятий у населения различных возрастных групп, направленных на формирование элементов здорового образа жизни	-	2	-	2	-	2	+	+	<i>МЛ</i>	-	<i>ПТР КЗ</i>
1.8. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов-медиков	2	-	-	2	-	2	+	+	<i>Л</i>	-	<i>ПР</i>
1.8.1. задачи, средства и место профессионально-прикладной физической подготовки в системе физического воспитания студентов-медиков	-	1	-	1	-	1	+	+	<i>С</i>	-	<i>ПТР КЗ</i>
1.8.2. прикладные знания и методико-практические умения и навыки, обеспечивающие сохранение и укрепление здоровья, физического и психического благополучия, повышение двигательных и функциональных возможностей организма для обеспечения последующей полноценной социальной и профессиональной деятельности	-	-	-	-	2	2	+	+	<i>РЛК</i>	-	<i>Т</i>
1.8.3. преимущественное развитие прикладных основных физических качеств	-	2	-	2	-	2	+	+	<i>С</i>	-	<i>ПТР КЗ</i>
1.8.4. преимущественное развитие прикладных специальных физических качеств (устойчивость к гиподинамии, неблагоприятным воздействиям внешней среды, быстрота зрительного различения и подвижности нервных процессов и др.)	-	2	-	2	-	2	+	+	<i>С</i>	-	<i>ПТР КЗ</i>
1.8.5. преимущественное развитие прикладных умений и навыков с помощью различных видов спорта	-	2	-	2	-	2	+	+	<i>С</i>	-	<i>ПТР КЗ</i>
1.8.6. преимущественное развитие прикладных психических качеств (внимание, оперативное мышление, эмоциональная устойчивость и др.)	-	2	-	2	-	2	+	+	<i>С</i>	-	<i>ПТР КЗ</i>

1.8.7. особенности профессионально-прикладной физической подготовки врача	-	1	-	1	-	1	+	+	С	-	<i>ПТР КЗ</i>
1.9. Физическое воспитание пациентов с отклонениями в состоянии здоровья	2	-	-	2	-	2	+	+	-	<i>ЛВ</i>	<i>ПР</i>
1.11. Зачет	-	2	-	2		2			-	-	<i>Т, ЗС</i>
ИТОГО:	18	36	-	54	18	72			% использования ин- новационных -20%		

% лекций от аудиторных занятий в часах – 25,0%

Список сокращений: Л*- лекции, МПЗ** - методико-практические занятия, ПЗ*** - практические занятия

- **Образовательные технологии, способы и методы обучения** (сокращения):

Традиционные: традиционная лекция (Л), мини-лекция (МЛ), семинар (С), работа с литературными и иными источниками информации по изучаемому разделу (РЛ), консультирование преподавателем (К), контроль посещаемости (П).

Инновационные: ролевая учебная игра (РИ), лекция-визуализация (ЛВ), метод малых групп (МГ).

- **Формы текущего и рубежного контроля успеваемости** (сокращения): контроль знаний (устный опрос) (КЗ), Т – тестирование, Пр – оценка освоения практических навыков (умений), П - контроль посещаемости, Р – написание и защита реферата, ЗС – решение ситуационных задач,

6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Виды СРС	Количество часов
Подготовка к методико-практическим занятиям	8
Самостоятельное изучение тем	6
Получение индивидуальных консультаций преподавателя	4
Итого	18

Одной из форм самостоятельной работы студентов является научно-исследовательская работа. Научно-исследовательская работа студентов проводится по нескольким направлениям и включает в себя: - реферативную работу с подготовкой докладов и рефератов по актуальным проблемам физической культуры, адаптивной физической культуры, врачебного контроля, научно-исследовательскую работу по основному научному направлению кафедры. В процессе работы студенты изучают специальную литературу по основным разделам дисциплины, приобретают навыки по работе с научной информацией; участвуют в проведении научных исследований вместе с научным руководителем или самостоятельно; осуществляют сбор, обработку, анализ и систематизацию научной информации по теме; осуществляют подготовку и выступление с докладами на внутривузовской конференции, участвуют с публикациями и докладами в работе конференций других вузов. Ежегодно результатом научно-исследовательской работы студентов на кафедре являются 2-3 доклада на Неделе науки, 15-20 докладов на заседаниях СНК кафедры.

На кафедре для самостоятельной работы студентов в аудиторное и внеаудиторное время созданы и постоянно обновляются методические разработки и электронные обучающе-контролирующие учебные пособия по темам рабочей учебной программы дисциплины:

1. Воробушкова М.В., Бакулева Н.С., Воробушкова В.В., Яковлева Е.Б., Скалыженко В.П., Орлова Е.В. Оценка физической подготовленности: Методические разработки для подготовки иностранных студентов 2 курса. – Иваново, 2007. – 20 с.
2. Воробушкова М.В., Воробушкова В.В., Скалыженко В.П., Огурцов В.В., Степанова Н.Ю. Ключева Л.И. Утренняя гигиеническая гимнастика: Методические разработки для студентов 1 курса. – Иваново, 2007. – 20 с.
3. Поляков С.Д., Нежкина Н.Н. Организация физического воспитания детей в образовательных учреждениях: Учебно-методическое пособие. – Иваново: ИПК и ППК, 2007. – 64 с.
4. Нежкина Н.Н. Общие основы лечебной физической культуры: Лекции. – Иваново, 2007. – 38 с.
5. Спивак Е.М. Синдром вегетативной дистонии у детей: Монография / Е.М. Спивак, Н.Н. Нежкина. – Ярославль - Иваново, 2009. – 220 с.
6. Нежкина Н.Н. Психофизическая тренировка: программа по физическому воспитанию студентов специальной медицинской группы в учреждениях высшего профессионального образования / Н.Н. Нежкина. – Иваново: ГОУ ВПО ИвГМА Минздравсоцразвития России, 2011. – 36 с.
7. Нежкина Н.Н. Индивидуальные пути движения к здоровью. Часть 1. Рациональная двигательная активность / Н.Н. Нежкина, О.В. Кулигин, Ф.Ю. Фомин. – Иваново: ООО «Нейрософт», 2012. – 60 с.
8. Легкая атлетика: методические разработки: электронная версия. - Иваново, ГБОУ ВПО ИвГМА МЗ РФ, 2015. - 16с.
9. Оздоровительная аэробика: методические разработки: электронная версия. - Иваново, ГБОУ ВПО ИвГМА МЗ РФ, 2015. - 16с.

10. Общеразвивающие упражнения в системе занятий по физкультуре: методические разработки: электронная версия. - Иваново, ГБОУ ВПО ИвГМА МЗ РФ, 2015. - 24с.
11. Основы единоборств (на примере борьбы самбо): методические разработки: электронная версия. - Иваново, ГБОУ ВПО ИвГМА МЗ РФ, 2015. - 16с.
12. Миронов И.С. Развитие точности движений в профессионально-прикладной физической подготовке студентов-стоматологов: метод. рекомендации / И.С. Миронов. – Иваново, 2015. – 20 с.
13. Общие основы лечебной физической культуры: учебное пособие для студентов медицинских вузов, сост. О.В. Кулигин [и др.]. - Иваново: ГБОУ ВПО ИвГМА МЗ РФ, 2014. – 78 с. - 5 экз.
14. Нежкина Н.Н. Психофизическая тренировка: учебно-методическое пособие для студентов специальной медицинской группы в учреждениях высшего профессионального образования / Н.Н. Нежкина, О.В. Кулигин, Ю.В. Чистякова, Т.А. Блохина. [гриф] УМО; ГБОУ ВПО Иван. гос. мед. акад. М-ва здравоохранения Рос. Федерации - Иваново: ГБОУ ВПО ИвГМА МЗ РФ, 2015. – 96 с. - 5 экз
15. Реабилитация детей с синдромом вегетативной дистонии (методическое пособие), сост. Н.Н. Нежкина Н.Н. [и др.].- Иваново: ООО «Спринт», 2016. – 32 с.- 5 экз.

7. Характеристика оценочных средств для текущего контроля и промежуточной аттестации (приложение № 1).

Текущий контроль успеваемости.

Осуществляется при проведении всех видов учебных занятий: лекций, практических занятий, самостоятельной работы и включает несколько контрольных мероприятий, которые проводятся преподавателем в течение данного занятия по изучаемой теме.

Виды текущего контроля успеваемости:

Входной контроль – проверка знаний и умений студентов, необходимых для успешного разбора темы занятий. Проводится в начале занятия. Формы контроля – тестовый контроль, устный опрос.

Промежуточный контроль – проверка отдельных знаний и умений, полученных в ходе обучения, путем оценки уровня освоения практических умений. Формы контроля – тестирование, выполнение контрольных практических заданий, решение ситуационных задач.

Выходной контроль – проверка знаний и умений, усвоенных на занятии. Проводится в конце занятия. Формы контроля – тестирование, оценка освоения практических умений, решение ситуационных задач.

Контроль выживаемости остаточных знаний – повторная проверка отдельных знаний и умений, полученных в ходе проведенных ранее практических занятий. Проводится через год после обучения по дисциплине. Формы контроля – тестирование, проверка решения ситуационных задач.

Для оценки усвоения разделов и тем, выделенных для самостоятельного изучения, применяются следующие формы контроля:

- тестирование;
- собеседование по контрольным вопросам.

Промежуточная аттестация (зачет).

Промежуточная аттестация является формой оценки качества освоения образовательной программы и осуществляется в виде зачета, который осуществляется в два этапа:

1. тестовый контроль знаний.

Осуществляется в виде тестирования по всем разделам дисциплины после завершения изучения дисциплины. Данный этап считается выполненным при условии положительных ответов не менее чем на 56% тестовых заданий. Количество вариантов 10, по 20 вопросов в каждом.

Результаты тестирования оцениваются как «сдано», «не сдано». «Сдано» выставляется студенту при наличии не менее 56 % правильных ответов на тестовые задания.

2. Проверка практических умений.

На данном этапе оценивается освоение студентом практических умений путем решения ситуационных задач.

Результаты оцениваются как «выполнено», «не выполнено».

Зачет считается сданным при условии успешного выполнения обоих этапов и 100% посещаемости лекций и практических занятий.

Результаты сдачи зачета оцениваются отметками «зачтено», «не зачтено».

Оценка вышеперечисленных видов учебной деятельности проводится с использованием балльно-рейтинговой системы, принятой в ИвГМА

Характеристика ответа	Баллы	Оценка
Дан полный, развёрнутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном ориентировании понятиями, умении выделять существенные и несущественные его признаки, причинно-следственные связи. Знание об объекте демонстрируется на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей. Ответ формулируется в терминах науки, изложен литературным языком, логичен, доказателен, демонстрирует авторскую позицию студента.	100-96	5+
Дан полный, развёрнутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний об объекте, доказательно раскрыты основные положения темы; в ответе прослеживается чёткая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Знание об объекте демонстрируется на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей. Ответ изложен литературным языком в терминах науки. Могут быть допущены недочёты в определении понятий, исправленные студентом самостоятельно в процессе ответа.	95-91	5
Дан полный, развёрнутый ответ на поставленный вопрос, доказательно раскрыты основные положения темы; в ответе прослеживается чёткая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Ответ изложен литературным языком в терминах науки. Могут быть допущены недочёты, исправленные студентом с помощью преподавателя.	90-86	5-
Дан полный, развёрнутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Ответ чётко структурирован, логичен, изложен литературным языком в терминах науки. Могут быть допущены недочёты и незначительные ошибки, исправленные студентом с помощью преподавателя.	85-81	4+
Дан полный, развёрнутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Ответ чётко структурирован, логичен, изложен в терминах науки. Однако допущены незначительные ошибки или недочёты, исправленные студентом с помощью «наводящих» вопросов преподавателя.	80-86	4
Дан полный, но недостаточно последовательный ответ на поставленный вопрос, но при этом показано умение выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи. Ответ логичен и изложен в терминах науки. Могут быть допущены 1-2	75-71	4-

ошибки в определении основных понятий, которые студент затрудняется исправить самостоятельно.		
Дан недостаточно полный и недостаточно развёрнутый ответ. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Допущены ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. Студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи. Студент может конкретизировать обобщённые знания, доказав на примерах их основные положения только с помощью преподавателя. Речевое оформление требует поправок, коррекции.	70-66	3+
Дан неполный ответ, логика и последовательность изложения имеют существенные нарушения. Допущены грубые ошибки при определении сущности раскрываемых понятий, теорий, явлений, вследствие непонимания студентом их существенных и несущественных признаков и связей. В ответе отсутствуют выводы. Умение раскрыть конкретные проявления обобщённых знаний не показано. Речевое оформление требует поправок, коррекции.	65-61	3
Дан неполный ответ. Присутствует нелогичность изложения. Студент затрудняется с доказательностью. Масса существенных ошибок в определениях терминов, понятий, характеристике фактов, явлений. В ответе отсутствуют выводы. Речь неграмотна. При ответе на дополнительные вопросы студент начинает понимать связь между знаниями только после подсказки преподавателя.	60-56	3-
Дан неполный ответ, представляющий собой разрозненные знания по теме вопроса с существенными ошибками в определениях. Присутствует фрагментарность, нелогичность изложения. Не понимает связь данного понятия, теории, явления с другими объектами дисциплины. Отсутствуют выводы. Конкретизация и доказательность изложения. Речь неграмотная. Дополнительные и уточняющие вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответа студента не только на поставленный вопрос, но и на другие вопросы дисциплины.	55-51	2+
Не получен ответ по базовым вопросам дисциплины.	50-47	2
Отказ от ответа.	46	2-
Присутствие на занятии	45	В журнале не ставится
Отсутствие на занятии	0	

Поощрительные баллы по предмету:

Выступление с докладом на заседании СНК кафедры (+1 балл к итоговому среднему баллу)

Выступление с докладом на неделе науки (+3 балла к итоговому среднему баллу)

Призер недели науки (+ 5 баллов к итоговому среднему баллу)

Продукция НИР (печатные работы, изобретения) (+5 баллов к итоговому среднему баллу)

«Штрафные» баллы по предмету:

Пропуск лекции по неуважительной причине (- 1 балл)

Пропуск практических занятий по неуважительной причине (- 2 балла)

Неликвидация академической задолженности до конца семестра (- 5 баллов).

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

Основная:

1. Физическая культура и здоровье: Учебник для медицинских и фармацевтических вузов/ Под ред. В.В. Пономарёвой. – М.: ГОУ ВУНМЦ, 2006. – 320 с., илл.

2. Гигиена физической культуры и спорта: учебник: для студентов факультетов и вузов физической культуры и спорта, тренеров и специалистов по оздоровительным формам физической культуры и спорта: [гриф] МЗ. - 2-е изд., доп. - СПб.: СпецЛит, 2013. - 255 с.

3. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура и спортивная медицина – М., 2007.

Дополнительная:

1. Физическая культура [Текст]: учебник для вузов: учебное пособие для студентов высших учебных заведений (ГОС ВПО: цикл ГСЭ.Ф.02 - "Физическая культура"): [гриф] / А. Б. Муллер [и др.]. - М.: Юрайт, 2013.

2. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура и массаж [Текст]: учебник для медицинских училищ и колледжей: [гриф] УМО / В. А. Епифанов. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2014.

3. Медицинская реабилитация [Текст]: учебник: для студентов учреждений высшего профессионального образования, обучающихся по специальности "Лечебное дело", "Педиатрия" по дисциплине "Медицинская реабилитация": [гриф] / А. В. Епифанов [и др.]; под ред. А. В. Епифанова, Е. Е. Ачкасова, В. А. Епифанова. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2015.

4. Утренняя гигиеническая гимнастика [Текст]: методические разработки для студентов 1 курса / сост. М. В. Воробушкова [и др.]. - Иваново: [б. и.], 2007.

5. Легкая атлетика [Текст]: методические разработки (для студентов 1-3 курсов специальности 060101 "Лечебное дело") / сост. С. В. Бурова [и др.]; науч. ред. О. В. Кулигин. - Иваново: [б. и.], 2015

6. Оздоровительная аэробика [Текст]: методические разработки (для студентов 1-3 курсов специальности 060101 "Лечебное дело") / сост. М. В. Колчина [и др.]; науч. ред. О. В. Кулигин. - Иваново: [б. и.], 2015.

7. Общеразвивающие упражнения в системе занятий физической культуры [Текст]: методические разработки (для студентов 1-3 курсов специальности 060101 "Лечебное дело") / сост. И. С. Миронов [и др.]. - Иваново: [б. и.], 2015.

8. Основы единоборств (на примере борьбы самбо) [Текст]: методические разработки (для студентов 1-3 курсов специальности 060101 "Лечебное дело") / сост. А. В. Жалилов [и др.]; науч. ред. О. В. Кулигин. - Иваново: [б. и.], 2015.

9. Общие основы лечебной физической культуры: учеб. пособие для студентов мед. Вузов / О.В. Кулигин, Н.Н. Нежкина, Ю.В. Чистякова. - Иваново, 2014.

10. Нежкина Н.Н. Психофизическая тренировка: учебно-методическое пособие для студентов специальной медицинской группы в учреждениях высшего профессионального образования / Н.Н. Нежкина, О.В. Кулигин, Ю.В. Чистякова, Т.А. Блохина. [гриф] УМО; ГБОУ ВПО Иван. гос. мед. акад. М-ва здравоохранения Рос. Федерации - Иваново: ГБОУ ВПО ИвГМА МЗ РФ, 2015. – 96 с.

11. Реабилитация детей с синдромом вегетативной дистонии (методическое пособие), сост. Н.Н. Нежкина Н.Н. [и др.]. - Иваново: ООО «Спринт», 2016. – 32 с.

12. Миронов И. С. Развитие точности движений в профессионально-прикладной физической подготовке студентов-стоматологов: методические рекомендации; ГБОУ ВПО Иван. гос. мед. акад. М-ва здравоохранения Рос. Федерации, Каф. физ. культуры, лечеб. физкультуры и лечеб. контроля. - Иваново, 2015. - 20 с.: ил. электронный ресурс <http://libisma.ru>.

9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети Интернет:

Основные интернет-ресурсы

№	Наименование интернет ресурса	Интернет ссылка на ресурс
1.	Официальный сайт Министерства Образования и науки РФ.	http://mon.gov.ru
2.	Официальный сайт Министерства здравоохранения Российской Федерации	https://www.rosminzdrav.ru
3.	FISU (Federation Internationale du Sport Universitaire)	http://fisunet.net
4.	Министерство спорта, туризма и молодежной поли-	http://minstm.gov.ru

	тики РФ	
5.	Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту РФ.	http://lib.sportedu.ru
6.	Спортивное право. База данных, содержащая нормативные и законодательные акты, регулирующие правовые, организационные, экономические и социальные отношения в сфере физической культуры и спорта.	http://sportlaws.infosport.ru
7.	Спортивная Россия – отраслевая информационная сеть	http://www.infosport.ru/
8.	Российский Студенческий Спортивный Союз	http://www.studsport.ru
9.	Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Ежеквартальный научно-методический журнал Российской Академии Образования.	http://lib.sportedu.ru/press/fkvot/

10. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Кафедра физической культуры имеет достаточные материально-технические ресурсы, используемые для полноценного изучения дисциплины «Физическая культура и спорт». Имеются 2 учебные комнаты площадью по 25,0 м.кв. (каждая на 20 рабочих мест), оснащенные всем необходимым для проведения практических занятий, в том числе компьютером и фондом таблиц и приборов для оценки физического развития и физической подготовленности. Имеется два спортивных (малых) зала площадью 84,0 м.кв. и 128 м.кв. с мягким покрытием и зеркальной стенкой, оборудованные аудио-музыкальными установками, кардиотренажерами, большой спортивный зал площадью 648,0 м.кв., тренажерный зал площадью 30 м.кв., оборудованный силовыми тренажерами.

На кафедре имеются вспомогательные помещения: кабинеты зав. кафедрой, профессора, три преподавательские, комната функциональной диагностики площадью 35,7 м.кв., оборудованная велоэргометрами, кабинет врача, лаборантская, мужские и женские душевые комнаты, туалеты, гардеробы.

Для осуществления учебного процесса на кафедре кроме учебных и учебно-методических документов используются:

- таблицы, стенды, мультимедийное оборудование, нормативные документы;
- приборы: электронные напольные весы, ростомеры, кистевые и станковые динамометры, калипер, спирометры, секундомеры, стетофонендоскопы, сфигмоманометры, велоэргометры, электрокардиограф;
- спортивное оборудование: мячи, скакалки, гимнастические палки, гантели, тренажеры, гимнастические коврики, маты.

Кафедра имеет доступ к сети Интернет

11. Информационное обеспечение дисциплины

С целью формирования и развития заявленных компетенций используются следующие образовательные технологии, способы и методы обучения: традиционная лекция (Л), лекция-визуализация (ЛВ), мастер-класс (МК), ролевая учебная игра (РИ), метод малых групп (МГ).

Дидактическая ценность перечисленных методов заключается в создании условий для активизации творческой деятельности студентов, возможности использования теоретических знаний для решения конкретных задач, развития коммуникативных навыков, формирования системного мышления, развития способности к критическому мышлению и оценке, как собственной деятельности, так и деятельности коллег.

В процессе чтения всех лекций по дисциплине используются презентации в программе Power Point. Дидактическая ценность лекций-визуализаций состоит в наглядном представлении материала, вносит упорядоченность в восприятие материала, позволяет задействовать как слуховой, так и зрительный анализаторы. Интерактивные

формы обучения составляют 20% от общего числа используемых образовательных технологий.

12. Протоколы согласования рабочей программы дисциплины (модуля) с другими кафедрами.

Разделы дисциплины и междисциплинарные связи с предшествующими дисциплинами.

В процессе изучения дисциплины «Физическая культура», студент опирается на знания и умения, полученные им при изучении данной дисциплины в общеобразовательных и средне – специальных учреждениях.

Разделы дисциплины и междисциплинарные связи с последующими дисциплинами

№ п/п	Наименование последующих дисциплин	№ № разделов данной дисциплины, необходимых для изучения последующих дисциплин
		1
1.	Нормальная физиология	+
2.	Безопасность жизнедеятельности	+
3.	Медицинская реабилитология	+

Внесение изменений в рабочую программу дисциплины

Программа обновлена «___» _____ 20 г.

Протокол заседания кафедры № _____ от «___» _____ 20..г

Зав. кафедрой

Декан факультета/руководитель образовательной программы

Программа обновлена «___» _____ 20 г.

Протокол заседания кафедры № _____ от «___» _____ 20..г

Зав. кафедрой

Декан факультета/руководитель образовательной программы

Программа обновлена «___» _____ 20 г.

Протокол заседания кафедры № _____ от «___» _____ 20..г

Зав. кафедрой

Декан факультета/руководитель образовательной программы