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

Факультет стоматологический

Кафедра физической культуры

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебной работе д. м. н, проф.
_____ И.Е. Мишина
5 июня 2020 г.

Рабочая программа элективного курса «Физическая культура и спорт»

Уровень высшего образования: специалитет
Направление подготовки (специальность) 31.05.03 Стоматология
Квалификация выпускника – врач-стоматолог
Направленность (специализация): стоматология
форма обучения очная
Тип образовательной программы: программа специалитета
Срок освоения образовательной программы: 5 лет

Иваново, 2020

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

Факультет стоматологический

Кафедра физической культуры

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебной работе д. м. н, проф.
_____ И.Е. Мишина
5 июня 2020 г.

Рабочая программа дисциплины
Прикладная физическая культура и спорт
для студентов специальной «Б» медицинской группы

Уровень высшего образования: специалитет
Направление подготовки (специальность) 31.05.03 «Стоматология»
Квалификация выпускника – врач-стоматолог
Направленность (специализация): Стоматология
форма обучения очная
Тип образовательной программы: программа специалитета
Срок освоения образовательной программы: 5 лет

Иваново, 2020

I. 1. Цель и задачи дисциплины.

Целью освоения дисциплины является формирование у студентов – медиков мотивации к самооздоровлению, саморазвитию, самореализации, самообразованию, использованию творческого потенциала посредством качественного выполнения требований вузовской программы «Прикладная физическая культура» для дальнейшего применения в собственной жизни и медицинской деятельности средств и методов физической культуры в формировании здорового образа жизни, а также обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности в области охраны здоровья населения.

Достижение поставленной цели направлено на решение следующих профессиональных задач:

профессиональная деятельность:

- профилактика производственного травматизма, профессиональных заболеваний;

психолого-педагогическая деятельность:

- формирование у взрослого населения и подростков позитивного поведения, направленного на сохранение и повышение уровня здоровья;
- формирование у взрослого населения, подростков и членов их семей мотивации к внедрению элементов здорового образа жизни, в том числе к устранению вредных привычек.

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 ОПОП.

Дисциплина «Прикладная физическая культура и спорт для студентов специальной «Б» медицинской группы» включена в вариативную часть блока 1 (дисциплины по выбору).

Данная программа учитывает состояние здоровья студентов, их двигательные возможности и реализуется через систему специально организованных теоретических и практических занятий.

Дисциплина реализуется в порядке, установленном организацией.

В процессе изучения данной дисциплины 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 контроля и самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;

4) владение комплексами физических упражнений разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности.

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

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-13 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 роль 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. **Уметь** - разбираться в вопросах физической культуры, применяемой в целях профилактики и самооздоровления организма; - составлять и подбирать индивидуальные комплексы физических упражнений. **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 10
ПК-13	**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; - составлять и подбирать индивидуальные программы оздоровительной физической культуры	5 5

	для пациентов. **Владеть** - методикой развития двигательных способностей; - методами оценки физического, функционального, состояния; - технологией проведения оздоровительных мероприятий у пациентов различных возрастных групп, направленных на формирование элементов здорового образа жизни.	 15 20 10

4. Общая трудоемкость дисциплины составляет 328 академических часов (в зачетные единицы не переводится).

Курс	Семестр	Количество часов			Форма промежуточного контроля
		Всего в часах и ЗЕ	Часы контактной работы	Часы самостоятельной работы	
1,2,3	1-6	328	328	-	Зачет

5. Учебная программа дисциплины

5.1. Содержание дисциплины

1.1. Теоретико-методическое основы профессионально-прикладной физической культуры

1.2. Методическое сопровождение занятий профессионально-прикладной физической культурой

1.3. Методическое сопровождение занятий профессионально-прикладной направленности для лиц с отклонениями в состоянии здоровья

1.4. Основы функциональной диагностики в профессионально-прикладной физической культуре

1.5. Основы медико-педагогического контроля при занятиях профессионально-прикладной физической культурой

5.2. Рабочая учебная программа дисциплины (учебно-тематический план)

Занятия проводятся с учетом состояния здоровья студентов, нозологии их заболевания и двигательных возможностей.

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

Наименование разделов дисциплины и тем	**Часы контактной работы**		**Всего часов контактной работы**	**Самостоятельная работа студента**	**Итого часов**	**Формируемые компетенции**		**Используемые образовательные технологии**	**Инновационные технологии**	**Формы текущего контроля успеваемости и итоговых занятий**
	Лекции	Практические занятия				***ОК-6***	***ПК-13***			
1.1. Теоретико-методические основы профессионально-прикладной физической культуры	-	24	24	-	24	+	+	МЛ, К, КЗ, Р	РИ, МГ,	С, Т, Пр, Д
1.2. Методическое сопровождение занятий профессионально-прикладной физической культурой	-	21	21	-	21	+	+	МЛ, К, КЗ	РИ, МГ	С, Т, Пр, Д, НИР
1.3. Методическое сопровождение занятий профессионально-прикладной направленности для лиц с отклонениями в состоянии здоровья	-	68	68	-	68	+	+	МЛ, К, КЗ	РИ, МГ,	С, Т, Пр, Д, НИР
1.4. Основы функциональной диагностики в профессионально-прикладной физической культуре	-	142	142	-	142	+	+	МЛ, К, КЗ	РИ, МГ	С, Т, Пр, Д, НИР
1.5. Основы медико-педагогического контроля при занятиях профессионально-прикладной физической культурой	-	73	73	-	73	+	+	МЛ, К, КЗ	РИ, МГ	С, Т, Пр, Д, НИР
ИТОГО:	**-**	**328**	**328**	**-**	**328**			**% использования инновационных – 5 %**		

Список сокращений: МЛ – мини-лекция, РИ - ролевая учебная игра, МГ - обучение в малых группах с использованием активных методов, К – контроль знаний, КЗ – консультирование преподавателем, Т – тестирование, Пр –оценка освоения практических навыков (контрольные нормативы), Р (Д) – написание и защита реферата, доклада, С – собеседование по вопросам.

6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Самостоятельная работа по программе в учебном плане не предусмотрена. Студенты, пропустившие более 50% занятий по болезни, выполняют самостоятельную работу в виде написания рефератов по пропущенным темам занятий.

7. Характеристика оценочных средств для текущего контроля и промежуточной аттестации.

1. Формы текущего контроля.

Текущий контроль успеваемости осуществляется при проведении всех видов учебных занятий и включает несколько контрольных мероприятий:

Входной контроль – проверка знаний и умений студентов, необходимых для успешного разбора темы занятий. 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 – выполнение контрольных практических заданий.

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

Вопросы для собеседования, тестовые задания, список практических умений представлены в УМКД кафедры

2. Формы промежуточного контроля по дисциплине (зачет).

Зачет является формой заключительной проверки усвоения обучающимися теоретического материала и практических умений по дисциплине. Условием допуска обучающегося к зачету является полное выполнение учебного плана данной дисциплины.

Зачет включает в себя два этапа.

I. Тестовый контроль знаний.

Количество вариантов – 10, по 20 вопросов в каждом.

Данный этап зачета считается выполненным при наличии не менее 56 % правильных ответов на тестовые задания. Результаты тестирования оценивается как «сдано», «не сдано».

II. Проверка практических умений.

На этом этапе оценивается освоение обучающимися практических умений, включенных в Книгу учета практической подготовки. Обучающемуся необходимо показать владение не менее чем двумя практическими умениями из указанной Книги в соответствии с уровнем его освоения. Результаты оценивается как «выполнено», «не выполнено».

Зачет считается сданным при условии успешного выполнения обоих этапов.

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

Система оценок обучающихся в ИвГМА

Характеристика ответа	Баллы ИвГМА	Оценка
Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном ориентировании понятиями, умении выделить 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, развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний об объекте, доказательно раскрыты основные положения темы; в ответе прослеживается четкая 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 недочеты в определении понятий, исправленные студентом самостоятельно в процессе ответа.	95-91	5
Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, доказательно раскрыты основные положения темы; в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Ответ изложен литературным языком в терминах науки. В ответе допущены недочеты, исправленные студентом с помощью преподавателя.	90-86	5-
Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Ответ четко структурирован, логичен, изложен литературным языком в терминах науки. Могут быть допущены недочеты или незначительные ошибки, исправленные студентом с помощью преподавателя.	85-81	4+
Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Ответ четко структурирован, логичен, изложен в терминах науки. Однако допущены незначительные ошибки или недочеты, исправленные студентом с помощью "наводящих" вопросов преподавателя.	80-76	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 ошибки в определении основных понятий, которые студент затрудняется исправить самостоятельно.	75-71	4-
Дан недостаточно полный и недостаточно развернутый 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 обобщенные 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 обобщенных 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. Присутствуют 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 журнал не ставится

Оценка реферативных работ

Критерии	**Баллы**			
	100 – 86	**85 – 76**	**75 – 56**	**56 – 0**
Правильность составления реферата (титульный лист, содержание, введение, основная часть, заключение и выводы, список литературы	Реферат составлен правильно по схеме	Есть отдельные неточности в составлении реферата	Реферат составлен с серьезными упущениями	Реферат составлен неправильно
Наличие актуальности, цели, задач, объекта и предмета исследования	Правильно отражены все компоненты	Есть отдельные неточности в отражении актуальности цели, задач, объекта и предмета исследования	Данные компоненты изложены с серьезными упущениями	Цель, задачи, объект и предмет отражены неправильно, либо отсутствуют
Доказательная раскрываемость проблемы в основной части реферата	Проблема полностью логическим изложением раскрыта	Проблема логическим изложением раскрыта, но требует небольшого дополнения	При раскрытии проблемы допущены незначительные ошибки	Проблема в основной части полностью не раскрыта
Наличие в списке литературы основных источников, освещающих современное состояние вопроса (монографии,	Полный список источников, отражающих современное состояние	Неполный список источников, отражающих современное	Список включает устаревшие источники, не	Нет списка, либо он составлен неправильно

периодическая литература)	вопроса (литература последних лет)	состояние вопроса	отражающие современного состояния вопроса	
Ответы на вопросы	Всесторонние и глубокие знания материала	Знание материала темы, но мелкие неточности в ответах	Правильные ответы получены на менее чем 50% вопросов	Не ответил правильно на вопросы
Итоговый балл за реферат определятся как среднее арифметическое по каждому критерию				

Оценка методического сопровождения занятий (проведение комплексов физических упражнений)

Критерии	**Баллы**			
	100 – 86	**85 – 76**	**75 – 56**	**56 – 0**
Описание комплекса физических упражнений	Комплекс упражнений описан в соответствии со схемой и терминологией	Комплекс описан в соответствии со схемой, но есть нарушения применения отдельных терминов	Комплекс описан с незначительными упущениями, есть серьезные нарушения применения терминологии	Комплекс описан не верно, терминология не соблюдена
Содержание комплекса физических упражнений	Комплекс упражнений составлен логично, упражнения подобраны верно, дозировка правильная, соответствует подготовленности занимающихся	Комплекс упражнений составлен в целом логично, есть незначительные упущения в подборе и дозировке упражнений	Комплекс упражнений составлен с нарушениями, однако его использование не вредит занимающимся	Комплекс упражнений составлен с серьезными нарушениями, его использование может нанести вред здоровью занимающихся
Проведение комплекса физических упражнений **(Если нет противопоказаний)**	Упражнения комплекса доступно объяснены и показаны занимающимся, учтены индивидуальные особенности занимающихся.	Упражнения комплекса объяснены и показаны не достаточно точно, индивидуальные особенности занимающихся	Упражнения комплекса объяснены и показаны не достаточно доступно (у занимающихся возникают вопросы) индивидуаль	Проводимый комплекс существенно отличается от описанного, его объяснение не понятно,

	Соответствуют описанному содержанию.	учтены не полностью или эпизодически. Есть незначительные расхождение с описанным комплексом.	ные особенности не учитываются. Есть отклонения от описания не приносящие вреду здоровья	его использование может принести вред здоровью занимающихся
Итоговый балл за методическое сопровождение занятий определятся как среднее арифметическое по каждому критерию. К проведению комплекса допускаются, только студенты с положительной оценкой за описание и содержание.				

Оценка научно-исследовательских работ и критерии их защиты

Критерии	**Баллы**			
	100 – 86	**85 – 76**	**75 – 56**	**56 – 0**
Теоретическая часть (ТЧ)				
Правильность составления научной работы (титульный лист, содержание, введение, теоретическая часть, организационно-методическая часть, результаты исследования, заключение и выводы, список литературы	Научная работа составлена правильно по схеме	есть отдельные неточности в составлении научной работы	Научная работа составлена с серьезными упущениями	реферат составлен неправильно
Наличие актуальности, цели, задач, объекта и предмета исследования	Правильно отражены все компоненты	есть отдельные неточности в отражении актуальности цели, задач, объекта и предмета исследования	данные компоненты изложены с серьезными упущениями	Цель, задачи, объект и предмет отражены неправильно, либо отсутствуют
Раскрываемость проблемы в теоретической части работы	Проблема полностью логическим изложением раскрыта	Проблема логическим изложением раскрыта, но требует небольшого дополнения	при раскрытии проблемы допущены незначительные ошибки	Проблема в основной части полностью не раскрыта
Описание организации и методов исследования	Полностью описаны процедура и методы исследования,	Процедура и методы исследования описаны не полностью,	Процедура и методы исследования описаны с существенны	Процедура и методы исследования описаны неправильн

	дана характеристика испытуемых	испытуемые охарактеризованы не точно	ми упущениями, испытуемые охарактеризованы не точно	о.
Описание результат исследования и выводов	Результаты и выводы представлены полностью, соответствуют логике научного исследования, отражают цели и задачи исследования	Результаты и выводы представлены частично, есть незначительные несоответствия логике исследования	Результаты и выводы представлены частично, есть существенные несоответствия логике исследования	Результаты и выводы не представлены или представлены, но не соответствуют целям и задачам исследования
Наличие в списке литературы основных источников, освещающих современное состояние вопроса (монографии, периодическая литература)	полный список источников, отражающих современное состояние вопроса (литература последних лет)	неполный список источников, отражающих современное состояние вопроса	список включает устаревшие источники, не отражающие современного состояния вопроса	нет списка, либо он составлен неправильно
Практическая часть (ПЧ)				
Представленный наглядный материал (презентация)	Презентация представлена и в ней понятно и логично отражены основные положения работы	Презентация представлена, но имеются логические неточности	Презентация представлена, но имеются логические ошибки, информация представлена не понятно	Презентация представлена, но имеются серьезные логические ошибки или не представлена
Доклад	Доклад структурирован, логичен. Доступно изложены актуальность, цель, задачи, результаты исследования и выводы. Регламент выдержан. Соотносится с	Доклад структурирован, логичен. Имеются неточности в изложении материала. Регламент выдержан. Соотнесен с презентацией.	Доклад изложен не логично. Имеется незначительное нарушение регламента. Доклад не всегда соотносится с презентацией	Доклад имеет грубые логические и фактические ошибки. Не соотнесен с презентацией.

	презентацией			
Ответы на вопросы	всесторонние и глубокие знания материала	знание материала темы, но мелкие неточности в ответах	Правильные ответы получены на менее чем 50% вопросов	не ответил правильно на вопросы
Итоговый балл за научную работу определятся по формуле (0,6*ср.балл ТЧ+1,4*ср.балл ПЧ)				

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

а) Основная литература:

1. Физическая культура и здоровье [Текст] : учебник для медицинских и фармацевтических вузов : [гриф] МО РФ / В. В. Пономарева [и др.] ; под ред. В. В. Пономарёвой. - М. : ФГОУ "ВУНМЦ Росздрава", 2006.

2. Епифанов В.А. Лечебная физкультура и спортивная медицина: учебник для вузов. – М., 2007. http://www.studmedlib.ru

б) Дополнительная литература:

1. 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.

2. Епифанов А.В. Медицинская реабилитация / Епифанов А. В., АчкасовЕ. Е., Епифанов В. А. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2015. http://www.studmedlib.ru

2. Общеразвивающие упражнения с системе занятий физической культуры [Электронный ресурс] : методические разработки (для студентов 1-3 курсов специальности 060101 "Лечебное дело") / сост. И. С. Миронов [и др.] ; ред. О. В. Кулигин. - Иваново : [б. и.], 2014. http://libisma.ru

3. Общие основы лечебной физической культуры:учеб. пособие для студентов мед.вузов/ О.В. Кулигин, Н.Н. Нежкина, Ю.В. Чистякова.- Иваново, 2014. http://libisma.ru

4. Оздоровительная аэробика [Электронный ресурс] : 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.], 2014. http://libisma.ru

5. Развитие точности движений в профессионально-прикладной физической подготовке студентов-стоматологов [Электронный ресурс] : методические рекомендации для студентов 1-3 курса специальности 060201 «Стоматология» / М-во здравоохранения России, ГБОУ ВПО Иван. гос. мед. акад., Каф. физ. культуры ; сост. И. С. Миронов ; науч. ред. О. В. Кулигин ; рец. Н. Н. Нежкина. - Иваново : [б. и.], 2015. http://libisma.ru

9. Перечень ресурсов

I. Лицензионное программное обеспечение

1. Операционная система Windows,
2. Операционная система “Альт Образование” 8
3. MicrosoftOffice,
4. LibreOffice в составе ОС “Альт Образование” 8
5. STATISTICA 6 Ru,
6. 1С: Университет ПРОФ,,
7. Многофункциональная система «Информио»,
8. Антиплагиат.Эксперт

II Профессиональные базы данных, информационные справочные системы.

	Название ресурса	Адрес ресурса
	Электронные ресурсы в локальной сети библиотеки	
1	Электронная библиотека ИвГМА Электронный каталог	Акт ввода в эксплуатацию 26.11.2012. http://libisma.ru на платформе АБИС ИРБИС Договор № су-6/10-06-08/265 от 10.06.2008.
2	БД «MedArt»	Проблемно-ориентированная реферативная база данных, содержащая аналитическую роспись медицинских журналов центральной и региональной печати
3	СПС Консультант Плюс	Справочно-правовая система, содержащая информационные ресурсы в области законодательства
	Электронно-библиотечные системы (ЭБС)	
4	ЭБС «Консультант студента»	http://www.studmedlib.ru Полнотекстовый ресурс, представляющий учебную и научную литературу, в том числе периодику, а также дополнительные материалы –аудио, видео, анимацию, интерактивные материалы, тестовые задания и др.
5	БД «Консультант врача» Электронная медицинская библиотека»	http://www.rosmedlib.ru Ресурс для широкого спектра врачебных специальностей в виде периодических изданий, книг, новостной информации и электронных обучающих модулей для непрерывного медицинского образования (НМО).
6	ЭБС «Лань»	http://e.lanbook.com Электронные версии книг издательства «Лань» и других ведущих издательств учебной литературы, электронные версии периодических изданий по естественным, техническим и гуманитарным наукам
	Зарубежные ресурсы	
7	БД «Web of Science»	http://apps.webofknowledge.com Ведущая международная реферативная база данных научных публикаций.
8	БД научного цитирования Scopus	www.scopus.com Крупнейшая единая база аннотаций и цитируемости рецензируемой научной литературы со встроенными инструментами мониторинга, анализа и визуализации научно-исследовательских данных.
	Ресурсы открытого доступа	
9	Федеральная электронная медицинская библиотека (ФЭМБ)	www.feml.scsml.rssi.ru Входит в состав единой государственной информационной системы в сфере здравоохранения в качестве справочной системы.
10	Центральная Научная Медицинская Библиотека (ЦНМБ)	http://www.scsml.rssi.ru Является головной отраслевой медицинской библиотекой, предназначенная для обслуживания научных и практических работников здравоохранения.
11	Polpred.com Med.polpred.com	http://polpred.com Самый крупный в рунете сайт новостей и аналитики СМИ по медицине.

12	Научная электронная библиотека elibrary.ru	http://elibrary.ru Крупнейший российский информационный портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 18 млн научных статей и публикаций.
13	Научная электронная библиотека «КИБЕРЛЕНИНКА»	http://cyberleninka.ru Научные статьи, публикуемые в журналах России и ближнего зарубежья.
14	Национальная электронная библиотека НЭБ	http://нэб.рф Объединяет фонды публичных библиотек России федерального, регионального, муниципального уровней, библиотек научных и образовательных учреждений, а также правообладателей.
15	Российская Государственная Библиотека (РГБ)	http://www.rsl.ru Главная федеральная библиотека страны. Открыт полнотекстовый доступ (чтение и скачивание) к части документов, в частности, книгам и авторефератам диссертаций по медицине.
16	Consilium Medicum	http://con-med.ru Электронные версии ряда ведущих медицинских периодических изданий России, видеозаписи лекций и докладов конференций, информацию о фармацевтических фирмах и лекарственных препаратах.
	Зарубежные ресурсы открытого доступа	
17	MEDLINE	www.pubmed.gov База медицинской информации, включающая рефераты статей из медицинских периодических изданий со всего мира начиная с 1949 года
18	BioMed Central (BMC)	www.biomedcentral.com Свободный доступ к полным текстам статей более чем из 190 журналов по медицине, генетике, биологии и смежным отраслям
	Информационные порталы	
19	Министерство здравоохранения Российской Федерации	https://www.rosminzdrav.ru
20	Министерство образования Российской Федерации	http://минобрнауки.рф
21	Федеральный портал «Российское образование»	http://www.edu.ru Ежедневно публикуются самые актуальные новости, анонсы событий, информационные материалы для широкого круга читателей: учащихся и их родителей, абитуриентов, студентов и преподавателей. Размещаются эксклюзивные материалы, интервью с ведущими специалистами – педагогами, психологами, учеными, репортажи и аналитические статьи.
22	Единое окно доступа	http://window.edu.ru
23	Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов	http://fcior.edu.ru Распространение электронных образовательных ресурсов и сервисов для всех уровней и ступеней образования. Обеспечивает каталогизацию электронных образовательных ресурсов различного типа за счет использования единой информационной модели метаданных, основанной на стандарте LOM.

	Зарубежные информационные порталы	
24	Всемирная организация здравоохранения	http://www.who.int/en Информация о современной картине здравоохранения в мире, актуальных международных проектах, данные Глобальной обсерватории здравоохранения, клинические руководства. Сайт адресован в первую очередь практическим врачам. Прямая ссылка на страницу с публикациями: http://www.who.int/publications/ru

10. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Занятия по дисциплине «Прикладная физическая культура для студентов специальной "Б" медицинской группы» проходят на базе ОБУЗ "Ивановский областной клинический центр медицинской реабилитации", который расположен по адресу ул. 3-я Сосневская, д.137 и 14-й Проезд, 12.

Для обеспечения учебного процесса имеется зал (54,4 м^2), гимнастический зал (129,2м^2), учебная аудитория (34,5м^2). Учебные помещения укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации. В учебном процессе используется компьютерные классы ИвГМА.

Для обеспечения учебного процесса имеются:

№ п/п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1	Лекционные аудитории академии:	
	№109	Кресла, экран, компьютер Acer Aspire 5552, проектор ViewSonic PJD5483s
	№114	Парты, стулья, доска, экран, компьютер Acer Extensa 4130, проектор ViewSonic PJD6352LS
2	Учебные аудитории (1)	Столы, стулья, доска. Учебное оборудование: переносная техника (ноутбук Ben Qgoybook, рекордер-DVD LG HDR-878), весы медицинские электронные ВЭМ-150 "Масса-К".
	Зал	Мягкое покрытие, зеркальная стенка, музыкальный центр LG, эллиптические тренажеры, беговые дорожки электрические, велотренажеры, вибромассажер с вибрирующей платформой – малый, велоэргометры, силовой тренажер total-trainer.
	Гимнастический зал	Теннисный стол
3.	Помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования	Столы, стулья, шкафы для хранения.
4.	Помещения для самостоятельной работы:	Столы, стулья. Компьютерная техника с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду академии.

	- кабинет №44 (СНО)	Компьютеры DEPO в комплекте
	- читальный зал библиотеки ИвГМА	Компьютеры P4-3.06 в комплекте, принтер Samsung ML-1520P
	- компьютерный класс центра информатизации	Ноутбуки lenovo в комплекте

*Специальные помещения - учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа (лекционные аудитории), занятий семинарского типа (практические занятия, лабораторные занятия) (учебные аудитории), групповых и индивидуальных консультаций (учебные аудитории), текущего контроля и промежуточной аттестации (учебные аудитории).

11. Протоколы согласования рабочей программы дисциплины с другими кафедрами.

Разделы дисциплины и междисциплинарные связи с предшествующими дисциплинами.

В процессе изучения дисциплины «Прикладная 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 предыдущих дисциплин	№ № разделов данной дисциплины, необходимых для изучения последующих дисциплин
		1
1.	Нормальная физиология	+
2.	Безопасность жизнедеятельности	+
3.	Медицинская реабилитация	+

Рабочая программа разработана: доктор медицинских наук, профессор Кулигин О.В., кандидат педагогических наук Миронов И.С.

Рабочая программа утверждена протоколом заседания кафедры.

Рабочая программа утверждена протоколом центрального координационно-методического совета от 5.06.2020 г. (протокол № 4)

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

Кафедра физической культуры

Приложение 1
к рабочей программе дисциплины

Фонд оценочных средств
для проведения промежуточной аттестации по дисциплине

Прикладная физическая культура и спорт
для студентов специальной «Б» медицинской группы

Уровень высшего образования: специалитет
Направление подготовки (специальность) 31.05.03 «Стоматология»
Квалификация выпускника – врач-стоматолог
Направленность (специализация): Стоматология
форма обучения очная
Тип образовательной программы: программа специалитета
Срок освоения образовательной программы: 5 лет

2020 г.

1. Паспорт ФОС по дисциплине

1.1. Компетенции, формированию которых способствует дисциплина

Код	Наименование компетенции	Этапы формирования
ОК-6	Способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	1-6 семестр
ПК-13	Готовность к просветительской деятельности по устранению факторов риска и формированию навыков здорового образа жизни.	1-6 семестр

1.2. Программа оценивания результатов обучения по дисциплине

№ п.	Коды компетенций	Контролируемые результаты обучения	Виды контрольных заданий (оценочных средств)	Контрольное мероприятие (аттестационное испытание), время и способы его проведения
1.	ОК-6	**Знать** **-** социальную значимость физической культуры и ее роль 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. **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	Комплекты: 1) тестовых заданий; 2) практико-ориентированных заданий	Зачет, 6 семестр

		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.		
	ПК-13	**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 развития двигательных способностей; - методами оценки физического, функционального, состояния; - технологией проведения оздоровительных мероприятий у пациентов различных возрастных групп, направленных на формирование элементов здорового образа жизни.		

2. Оценочные средства

2.1. Оценочное средство: тестовые задания.

2.1.1. Содержание

Тестовый контроль состоит из 200 заданий, из которых: 100 на компетенцию ОК-6, 100 на компетенцию ПК-13. Все задания с выбором одного или нескольких правильных ответов

Примеры:
Инструкция: выберите один или несколько правильных ответов

1. АКТИВИЗАЦИЯ, ПОДДЕРЖАНИЕ И ВОССТАНОВЛЕНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ СИЛ, ПРОФИЛАКТИКА УТОМЛЕНИЯ, ИНТЕРЕСНОЕ ПРОВЕДЕНИЕ ДОСУГА С ИНВАЛИДАМИ – ЭТО ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ:
А) адаптивной двигательной рекреации;
Б) адаптивной физической реабилитации;
В) адаптивного физического воспитания.
Правильный ответ: А.

2. ПЕРЕЧИСЛИТЕ 3 ЗАБОЛЕВАНИЯ, ПРИ КОТОРЫХ ПОКАЗАНО ЛЕЧЕНИЕ ВЕРХОВОЙ ЕЗДОЙ.
А) нарушение двигательной сферы в результате параличей, полимиелита и т.д.
Б) различные нарушения при климатической адаптации;
В) мочекаменная болезнь;
Г) умственная отсталость;
Д) различные нарушения социальной адаптации;
Е) послеоперационная реабилитация.
Правильные ответы: А, Г, Д.
3. К ВИДАМ РЕАБИЛИТАЦИИ ИНВАЛИДОВ НЕ ОТНОСИТСЯ:
А) социальная;
Б) педагогическая;
В) медицинская;
Г) физическая;
Д) психологическая.
Правильный ответ: Б.

2.1.2. Критерии и шкала оценки

0-55% правильных ответов	менее 56 баллов	«неудовлетворительно»
56-70% правильных ответов	56-70 баллов	«удовлетворительно»
71-85 % правильных ответов	71-55 баллов	«хорошо»
86-100% правильных ответов	86-100 баллов	«отлично»

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

2.1.3. Методические указания по организации и процедуре оценивания:
Тестирование проводится на заключительном занятии. Имеется 10 вариантов тестов по 20 вопросов. Общее количество вопросов – 200. Продолжительность тестирования – 30 минут. На каждый вопрос необходимо дать один или несколько правильных ответов.

Результаты тестирования оцениваются как «сдано», «не сдано». «Сдано» выставляется студенту при наличии не менее 56 % правильных ответов на тестовые задания.
В случае получения неудовлетворительной оценки студент должен пересдать тест на положительную оценку.

2.2. Оценочное средство: практико-ориентированные задания.
2.2.1 Содержание
Для оценки практических умений, опыта (владений) имеются практико-ориентированные задания.

А) для оценки уровня физической подготовленности:

- **тест на скоростную подготовленность** - ловля линейки (см)
- **тест на общую выносливость -** 6-ти минутная ходьба, бег (м)
- **тест на силовую подготовленность**:- кистевая динамометрия (кг), или поднимание плечевого пояса из положения лежа на спине (кол-во раз) или поднимание ног вверх и опускание из положения лежа на спине (кол-во раз) или поднимание верхней части туловища из положения лежа на животе (кол-во раз) или сгибание и разгибание рук из упора стоя на коленях (кол-во раз) или приседание из основной стойки до угла 90 градусов между голенью и бедром (кол-во раз)
- **тест для оценки координационных способностей** - катание малого мяча в цель с расстояния 10 м. (± см от цели)
- **тест на гибкость -** гониометрия суставных углов (% от нормы) или наклон вперед из положения седа (см)
- **тест для оценки точности движений в статических позах** - контактная треморометрия (кол-во касаний за 30 с)

Б) Для оценки уровня функциональных показателей организма

- **тест для оценки функциональных показателей кардиореспираторной системы** - проба Штанге (задержка дыхания на вдохе, с), *проба Генчи* (задержка дыхания на выдохе, с), проба Руфье
- **тест для оценки функционального состояния системы кровообращения –** проба Мартине-Кушелевского (20 приседаний за 30 с., % учащения пульса после нагрузки) **–**
- **тест для оценки текущего вегетативного состояния -** ортостатическая проба (учащение пульса - уд/мин)

2.2.2. Критерии и шкала оценки

Компе-тенция	**Высокий уровень (100-86 баллов)**	**Средний уровень (71-85 баллов)**	**Низкий уровень (56-70)**	**46-55 баллов**
ОК-6	**Умеет** Самостоятельно и без ошибок разбираться в вопросах физической культуры, применяемой в целях профилактики и самооздоровления организма; составлять и подбирать индивидуальные комплексы физических упражнений. **Владеет** Уверено, правильно	**Умеет** Самостоятельно разбираться в вопросах физической культуры, применяемой в целях профилактики и самооздоровления организма; составлять и подбирать индивидуальные комплексы физических упражнений, но совершает отдельные ошибки **Владеет** Правильно и самостоятельно	**Умеет** Под руководством преподавателя разбираться в вопросах физической культуры, применяемой в целях профилактики и самооздоровления организма; составлять и подбирать индивидуальные комплексы физических упражнений. **Владеет** Самостоятельно системой практических	**Умеет** Не может разбираться в вопросах физической культуры, применяемой в целях профилактики и самооздоровления организма; составлять и подбирать индивидуальные комплексы физических упражнений. **Владеет** Не способен пользоваться системой

	и самостоятельно 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	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	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, но совершает отдельные ошибки	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
ПК-16	**Умеет** Самостоятельно и без ошибок обучать практическим навыкам использования средств физической культуры для укрепления и восстановления здоровья пациентов; составлять и подбирать индивидуальные программы оздоровительной физической культуры для пациентов. **Владеет** уверенно, правильно и	**Умеет** Самостоятельно обучать практическим навыкам использования средств физической культуры для укрепления и восстановления здоровья пациентов; составлять и подбирать индивидуальные программы оздоровительной физической культуры для пациентов, но совершает отдель-ные ошибки **Владеет** Правильно и самостоятельно	**Умеет** Под руководством преподавателя обучать практическим навыкам использования средств физической культуры для укрепления и восстановления здоровья пациентов; составлять и подбирать индивидуальные программы оздоровительной физической культуры для пациентов. **Владеет** Самостоятельно методикой развития двигательных	**Умеет** Не может обучать практическим навыкам использования средств физической культуры для укрепления и восстановления здоровья пациентов; составлять и подбирать индивидуальные программы оздоровительной физической культуры для пациентов. **Владеет** Не способен пользоваться методикой развития

	самостоятельно методикой развития двигательных способностей; методами оценки физического, функционального, состояния; технологией проведения оздоровительных мероприятий у пациентов различных возрастных групп, направленных на формирование элементов здорового образа жизни.	методикой развития двигательных способностей; методами оценки физического, функционального, состояния; технологией проведения оздоровительных мероприятий у пациентов различных возрастных групп, направленных на формирование элементов здорового образа жизни.	способностей; методами оценки физического, функционального, состояния; технологией проведения оздоровительных мероприятий у пациентов различных возрастных групп, направленных на формирование элементов здорового образа жизни, но совершает отдельные ошибки	двигательных способностей; методами оценки физического, функционального, состояния; технологией проведения оздоровительных мероприятий у пациентов различных возрастных групп, направленных на формирование элементов здорового образа жизни.

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

2.2.3. Методические указания по организации и процедуре оценивания.

С помощью практико-ориентированных заданий оценивается освоение обучающимися практических умений и опыта (владений), включенных в Книгу учета практической подготовки. Обучающемуся необходимо продемонстрировать практические умениями (не менее двух) из указанной Книги в соответствии с уровнем его освоения, а также опыта (владения).

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

Выполнение практико-ориентированных заданий: тест на скоростную подготовленность (ловля линейки (см), тест на общую выносливость (6-ти минутная ходьба, бег (м), тест на силовую подготовленность (кистевая динамометрия (кг), поднимание плечевого пояса из положения лежа на спине (кол-во раз), поднимание ног вверх и опускание из положения лежа на спине (кол-во раз), поднимание верхней части туловища из положения лежа на животе (кол-во раз), сгибание и разгибание рук из упора стоя на коленях (кол-во раз), приседание из основной стойки до угла 90 градусов между голенью и бедром (кол-во раз), тест для оценки координационных способностей (катание малого мяча в цель с расстояния 10 м. (± см от цели); тест на гибкость (гониометрия суставных углов (% от нормы) или наклон вперед из положения седа (см); тест для оценки точности движений в статических позах (контактная трёморометрия (кол-во касаний за 30 с) осуществляются в спортивном зале. Перед выполнением заданий проводится разминка, что предупреждает возможный травматизм. Применяются контрольно-измерительные приборы: электронные секундомеры (при этом результаты задания оцениваются не менее чем двумя секундомерами), кистевой динамометр, гониометр, а также сантиметровая лента и линейка – 50 см. Используется следующее оборудование: гимнастические маты (тест сгибание туловища), малый мяч. Результаты выполнения практико-ориентированных заданий заносятся в протокол в соответствующих единицах измерения и оцениваются исходя из сопоставления результатов с показателями сводной таблицы нормативных оценок.

Сводная таблица нормативных показателей тестов для оценки уровня физической подготовленности студентов

Характеристика направленности тестов	женщины					мужчины				
	оценка в баллах									
	100-86	85-76	76-56	55-30	менее 30	100-86	85-76	76-56	55-30	менее 30
тест на скоростную подготовленность - ловля линейки (см)	6	8	9	11	13	5	7	9	11	13
тест на общую выносливость: - 6-ти минутная ходьба, бег (м) *(если нет противопоказаний)*	1151 и выше	1050-1150	1000-1049	900-999	899 и ниже	1251 и выше	1150-1250	1100-1149	1000-1099	999 и ниже
тест на силовую подготовленность:- кистевая динамометрия (кг) *Если нет противопоказаний*	45	35	25	18	10	52	42	35	25	15
Поднимание плечевого пояса из положения лежа на спине, руки за голову, ноги согнуты в коленях (кол-во раз)	57 и выше	50-56	44-49	37-43	36 и ниже	61 и выше	51-60	43-50	36-42	35 и ниже
Поднимание ног вверх и опускание из положения лежа на спине, руки в стороны (кол-во раз)	36 и выше	31-35	28-30	24-27	23 и ниже	37 и выше	33-36	29-32	25-28	24 и ниже
Поднимание верхней части туловища из положения лежа на животе, руки вперед (кол-во раз)	52 и выше	45-51	39-44	32-38	31 и ниже	50 и выше	45-49	38-44	31-37	30 и ниже
Сгибание и разгибание рук из упора стоя на коленях (кол-во раз)	36 и выше	28-35	23-27	19-25	18 и ниже	43 и выше	35-42	30-34	25-29	24 и ниже

Приседание из основной стойки до угла 90 градусов между голенью и бедром (кол-во раз)	47 и выше	42-46	39-41	35-38	34 и ниже	60 и выше	51-59	46-50	42-45	41 и ниже
- тест на координационные способности - катание малого мяча в цель с расстояния 10 м. (± см от цели)	±100	±115	±130	±145	±160	±90	±105	±120	±135	±150
- тест на гибкость - гониометрия суставных углов (% от нормы)	100%	76%	56%	36%	<36%	100%	76%	56%	36%	<36%
- наклон вперед из положения седа (см) если нет противопоказаний	+23 - +16	+15 - +12	+11 - + 8	+7 - +4	+ 4 - 0	+20 -+14	+13 - + 9	+8- +6	+5 -+2	+2 - 0
- тест для оценки точности движений в статических позах - контактная трерометрия (кол-во касаний за 30 с)	5	12	20	28	36	5	12	22	28	36

Практико-ориентированные задания для оценки функциональных показателей организма проводятся в первой половине дня, не ранее чем через 1 час после физической нагрузки, приема пищи, в тихой и спокойной обстановке при комфортной температуре. Присутствие посторонних лиц в помещении недопустимо. Для снижения эмоционального напряжения каждому обучающемуся необходимо объяснить цель обследования. Обучающиеся, имеющие временные противопоказания к занятиям физической культурой, а также с артериальным давлением (АД) на уровне 95-го процентиля и выше к проведению заданий не допускаются. При проведении функциональных проб используются секундомеры, Результаты заносятся в протокол в соответствующих единицах измерения и оцениваются исходя из сопоставления результатов с показателями сводной таблицы нормативных оценок.

Сводная таблица нормативных показателей тестов для оценки уровня функциональных показателей организма студентов

Характеристика направленности тестов	женщины					мужчины				
	оценка в баллах									
	100-86	85-76	76-56	55-30	менее 30	100-86	85-76	76-56	55-30	менее 30
тест для оценки функциональных показателей кардиореспираторной	50 и выше 40 и	40-49 32-39	30-39 25-31	29-24 19-24	23 и ниже 18 и	60 и выше 50 и	50-59 40-49	35-49 30-39	34-25 20-29	24 и ниже 19 и ниже

системы - проба Штанге (с) - проба Генчи (с) *(если нет противопоказаний)*	выше				ниже	выше				
- индекс Руфье *(если нет противопоказаний)*	до 0,5	0,5 – 4	4,5 –9	10 – 14	15 и более	до 0,5	0,5 – 4	4,5 -9	10 – 14	15 и более
- тест для оценки функционального состояния системы кровообращения - проба Мартине-Кушелевского (% учащения пульса после нагрузки) *Если нет противопоказаний*	До 20	20 - 45	46 - 60	76 - 100	более 101	До 20	20 - 45	46 - 60	76 - 100	более 101
- тест для оценки текущего вегетативного состояния - ортостатическая проба (учащение пульса - уд/мин)		6 -12	13 - 19	20 и более	-	-	6 -12	13 - 19	20 и более	-

3. Критерии получения студентом зачета по дисциплине

Зачет является формой заключительной проверки усвоения обучающимися теоретического материала и практических умений, опыта (владений) по дисциплине. Условием допуска обучающегося к зачету является полное выполнение учебного плана данного модуля дисциплины.

Зачет осуществляется в два этапа:

I. Тестовый контроль знаний.

Результаты тестирования оценивается как «сдано», «не сдано».

II. Проверка практических умений, опыта (владений).

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

Зачет считается сданным при условии успешного выполнения обоих этапов.

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

Авторы-составители ФОС: д.м.н., проф. О.В. Кулигин, д.м.н., доц. Н.Н. Нежкина, И.С.Миронов

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

Факультет стоматологический

Кафедра физической культуры

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебной работе д. м. н, проф.
_____ И.Е. Мишина
5 июня 2020 г.

Рабочая программа элективного курса «Физическая культура и спорт»

Уровень высшего образования: специалитет
Направление подготовки (специальность) 31.05.03 Стоматология
Квалификация выпускника – врач-стоматолог
Направленность (специализация): стоматология
форма обучения очная
Тип образовательной программы: программа специалитета
Срок освоения образовательной программы: 5 лет

Иваново, 2020

Федеральное государственное образовательное учреждение
высшего образования
«Ивановская государственная медицинская академия»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

Факультет стоматологический

Кафедра физической культуры

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебной работе д. м. н, проф.
_____ И.Е. Мишина
5 июня 2020 г.

Рабочая программа дисциплины «Прикладная физическая культура» на основе общей физической подготовки (основная и подготовительная медицинские группы)

Уровень высшего образования: специалитет
Направление подготовки (специальность) 31.05.03 Стоматология
Квалификация выпускника – врач-стоматолог
Направленность (специализация): стоматология
форма обучения очная
Тип образовательной программы: программа специалитета
Срок освоения образовательной программы: 5 лет

Иваново, 2020

1. Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины является формирование у студентов – медиков мотивации к саморазвитию, самореализации, самообразованию, развитию профессионально значимых двигательных качеств посредством качественного выполнения требований вузовской программы дисциплины 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 в области охраны населения.

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 ОПОП.

Дисциплина «Прикладная физическая культура и спорт на основе общей физической подготовки (основная и подготовительная медицинские группы)» включена в вариативную часть блока 1 (дисциплины по выбору).

Программа дисциплины на основе общефизической подготовки разработана для студентов основной и подготовительной медицинских групп и реализуется в порядке, установленном организацией.

В процессе изучения дисциплины 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 дисциплин: нормальная физиология; медицина чрезвычайных ситуаций; безопасность жизнедеятельности; медицинская реабилитация.

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-13 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-13	**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;	5 5 15 20 10

	- технологией проведения оздоровительных мероприятий у пациентов различных возрастных групп, направленных на формирование элементов здорового образа жизни	

4. Общая трудоемкость дисциплины составляет 6 зачетных единиц, 328 академических часа.

Курс	Семестр	Количество часов			Форма промежуточного контроля
		Всего в часах и ЗЕ	Часы контактной работы	Часы самостоятельной работы	
1,2,3	1-6	328	328	-	Зачет

5. Учебная программа дисциплины

5.1. Содержание дисциплины

Раздел 1. Профессионально-прикладная физическая культура.

1. Профессионально-прикладная физическая культура на основе легкой атлетики
2. Профессионально-прикладная физическая культура на основе гимнастики
3. Профессионально-прикладная физическая культура на основе спортивных игр
4. Профессионально-прикладная физическая культура на основе фитнеса и аэробики

Раздел 2. Врачебный контроль в физической культуре.

5.2. Учебно-тематический план

Занятия проводятся с учетом состояния здоровья студентов, физического развития, функционального состояния организма и физической подготовленности студентов. Данная программа реализуется для студентов основной и подготовительной медицинских групп. Для студентов, отнесенных по состоянию здоровья к подготовительной медицинской группе, используются методические подходы, обеспечивающие более плавное достижение образовательных задач программы с целью последующего перехода студента в основную медицинскую группу.

Распределение студентов на медицинские группы для занятий физической культурой происходит в начале учебного года (таблица 1).

Таблица 1

Особенности освоения дисциплины «Физическая культура» студентами разных медицинских групп			
Медицинская группа по физической культуре	Характеристика группы обучающихся	Программа занятий	Контрольно-измерительные материалы
Основная	- без отклонений в состоянии здоровья и физическом развитии, имеющих хорошее функциональное состояние и соответствующую возрасту физическую подготовленность - с незначительными (чаще функциональными) отклонениями здоровья, но не отстающие от сверстников в физическом развитии и физической подготовленности	- занятия в полном объеме по утвержденной в ГБОУ ВПО ИвГМА учебной программе физической культуры - занятия спортом с подготовкой и участием в спортивных соревнованиях	- тестовый контроль знаний, - оценка освоения практических умений, решение ситуационных задач; - сдача обязательных и промежуточных контрольных нормативов по физической подготовленности для студентов основной группы
Подготовительная	- с незначительными (функциональными) отклонениями в состоянии здоровья - с нарушениями в физическом развитии и низкой физической подготовленностью - входящие в группу риска по возникновению заболеваний - с хроническими заболеваниями в стадии стойкой клинико-лабораторной ремиссии не менее 3 – 5 лет	- занятия в полном объеме по утвержденной в ГБОУ ВПО ИвГМА учебной программе физической культуры при условии более постепенного освоения комплекса двигательных умений и навыков - участие в спортивно-массовых мероприятиях после дополнительного медицинского осмотра	- тестовый контроль знаний - оценка освоения практических умений, решение ситуационных задач; - сдача обязательных и промежуточных контрольных нормативов по физической подготовленности после дополнительного медицинского осмотра для студентов подготовительной группы
Специальная «А»	- с отчетливыми отклонениями состоянии здоровья постоянного (хронические заболевания, врожденные пороки развития в стадии компенсации) или временного характера, которые не мешают выполнению учебной работы, но требуют ограничения физической нагрузки	- занятия по утвержденной в ГБОУ ВПО ИвГМА учебной программе физической культуры при условии более постепенного освоения комплекса двигательных умений и навыков, со сниженной физической нагрузкой (малой и средней), с преимущественным выполнением общеразвивающих и корригирующих упражнений, без участия в соревновательных моментах занятия) или - занятия по специально разработанным и утвержденным в ГБОУ ВПО ИвГМА программам (психофизическая тренировка)	- тестовый контроль знаний - оценка освоения практических умений, решение ситуационных задач; - сдача обязательных и контрольных нормативов по физической подготовленности для студентов специальной медицинской группы
Специальная «Б»	- обучающиеся со значительными отклонениями в состоянии здоровья постоянного характера (хронические заболевания в стадии субкомпенсации, лица с ОВЗ и инвалиды) или временного характера, но без выраженного нарушения самочувствия, допущенные к обучению в образовательной организации	- посещение лекционного курса учебной программы по физической культуре - занятия лечебной физической культурой - занятия физической культурой в рамках программ реабилитации	- тестовый контроль знаний - оценка освоения практических умений, решение ситуационных задач; - реферат - улучшение функций организма, констатируемое в медицинских организациях

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

Наименование разделов дисциплины и тем	**Часы контактной работы**		**Всего часов контактной работы**	**Самостоятельная работа студента**	**Итого часов**	**Формируемые компетенции**		**Используемые образовательные технологии**	**Инновационные технологии**	**Формы текущего контроля успеваемости и итоговых занятий**
	Лекции	Практические занятия				***ОК-6***	***ПК-13***			
Раздел 1. Профессионально-прикладная физическая культура	**-**	**310**	**310**	-	**310**					
1. Профессионально-прикладная физическая культура на основе легкой атлетики	-	90	90	-	90	+	+	*СМФВ, К, КЗ*	РИ	*Пр,Т, С*
2. Профессионально-прикладная физическая культура на основе гимнастики	-	80	80	-	80	+	+	*СМФВ, К, КЗ*	-	*Пр, Т, С*
3. Профессионально-прикладная физическая культура на основе спортивных игр	-	90	90	-	90	+	+	*СМФВ, К, КЗ*	РИ	*Пр, Т, С*
4. Профессионально-прикладная физическая культура на основе фитнеса и аэробики	-	50	50	-	50	+	+	*СМФВ, К, КЗ*	-	*Пр, Т, С*
Раздел 2. Врачебный контроль в физической культуре	**-**	**18**	**18**		**18**	+	+	*КЗ, К*	РИ	*Пр, Т, С*
ИТОГО:	**-**	**328**	**328**	**-**	**328**			**% использования инновационных – 5 %**		

Список сокращений: ЛВ - лекция-визуализация, совокупность стандартных методов физического воспитания (круговой, игровой, соревновательный и др.) (СМФВ), ролевая учебная игра (РИ), К – контроль знаний, КЗ – консультирование преподавателем, Т – тестирование, Пр – оценка освоения практических навыков (контрольные нормативы).

6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Самостоятельная работа по программе в учебном плане не предусмотрена. Студенты, пропустившие более 50% занятий по болезни, выполняют самостоятельную работу в виде написания рефератов по пропущенным темам занятий.

7. Характеристика оценочных средств для текущего контроля и промежуточной аттестации.

1. Формы текущего контроля.

Текущий контроль успеваемости осуществляется при проведении всех видов учебных занятий и включает несколько контрольных мероприятий:

Входной контроль – проверка знаний и умений студентов, необходимых для успешного разбора темы занятий. 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 – выполнение контрольных практических заданий.

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

Вопросы для собеседования, тестовые задания, список практических умений представлены в УМКД кафедры

2. Формы промежуточного контроля по дисциплине (зачет).

Зачет является формой заключительной проверки усвоения обучающимися теоретического материала и практических умений по дисциплине. Условием допуска обучающегося к зачету является полное выполнение учебного плана данной дисциплины.

Зачет включает в себя два этапа.

I. Тестовый контроль знаний.

Количество вариантов – 10, по 20 вопросов в каждом.

Данный этап зачета считается выполненным при наличии не менее 56 % правильных ответов на тестовые задания. Результаты тестирования оценивается как «сдано», «не сдано».

II. Проверка практических умений.

На этом этапе оценивается освоение обучающимися практических умений, включенных в Книгу учета практической подготовки. Обучающемуся необходимо показать владение не менее чем двумя практическими умениями из указанной Книги в соответствии с уровнем его освоения. Результаты оценивается как «выполнено», «не выполнено».

Зачет считается сданным при условии успешного выполнения обоих этапов.

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

Система оценок обучающихся (для устного опроса)

Характеристика ответа	Баллы ИвГМА	Оценка
Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном ориентировании понятиями, умении выделить 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, развернутый ответ на поставленный вопрос, показана со-	95-91	5

вокупность осознанных знаний об объекте, доказательно раскрыты основные положения темы; в ответе прослеживается четкая 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 недочеты в определении понятий, исправленные студентом самостоятельно в процессе ответа.		
Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, доказательно раскрыты основные положения темы; в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Ответ изложен литературным языком в терминах науки. В ответе допущены недочеты, исправленные студентом с помощью преподавателя.	90-86	5-
Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Ответ четко структурирован, логичен, изложен литературным языком в терминах науки. Могуr быть допущены недочеты или незначительные ошибки, исправленные студентом с помощью преподавателя.	85-81	4+
Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Ответ четко структурирован, логичен, изложен в терминах науки. Однако допущены незначительные ошибки или недочеты, исправленные студентом с помощью "наводящих" вопросов преподавателя.	80-76	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 ошибки в определении основных понятий, которые студент затрудняется исправить самостоятельно.	75-71	4-
Дан недостаточно полный и недостаточно развернутый ответ. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Допущены ошибки к раскрытии понятой, употреблении терминов. Студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи. Студент может конкретизировать обобщенные 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 обобщенных 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. Присутствуют 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 журнал не ставится

Сводная таблица нормативных показателей тестов для оценки уровня физической подготовленности студентов основной и подготовительной медицинских групп.

Характеристика направленности тестов	женщины					мужчины				
	оценка в баллах									
	100-86	**85-71**	**70-56**	**55-46**	**45-0**	**100-86**	**85-71**	**70-56**	**55-46**	**45-0**
тест на скоростную подготовленность бег – 100 м (сек)	15.7	16.0	17.0	17.9	18,7	13.2	13.8	14.0	14.3	14.8
тест на общую выносливость: - бег 2000 м (мин. сек) - бег 3000 м (мин. сек)	10.15	10.50	11.15	11.50	12.15	12.00	12.35	13.10	13.50	14.30
тест на силовую подготовленность: - поднимание и опускание туловища из положения лежа (количество раз)	60	50	40	30	20					
-подтягивание на перекладине (количество раз)						15	12	9	7	5
- тест на скоростно-силовую подготовленность (прыжок в длину с места в см)	1.90	1.80	1.68	1.60	1.50	2.50	2.40	2.30	2.20	2.10
- тест на гибкость (наклон вперед из положения стоя с	+16	+13	+10	+8	+6	+13	+10	+8	+6	+5

прямыми ногами на скамье (см)										

** Тесты проводятся в начале (как исходные) и **в конце** (как контрольные) каждого учебного года для определения динамики развития физической подготовленности за прошедший учебный год.*

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

а). Основная литература:

1. Физическая культура и здоровье [Текст] : учебник для медицинских и фармацевтических вузов : [гриф] МО РФ / В. В. Пономарева [и др.] ; под ред. В. В. Пономарёвой. - М. : ФГОУ "ВУНМЦ Росздрава", 2006.

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

3. 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.

б). Дополнительная литература:

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

2. Психофизическая тренировка [Текст] : учебно-методическое пособие для студентов специальной медицинской группы в учреждениях высшего профессионального образования / Н. Н. Нежкина [и др.] ; рец. И. Е. Бобошко. - Иваново : [б. и.], 2015.

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

4. 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.

ЭБС:

1. Епифанов В.А. Лечебная физкультура и спортивная медицина: учебник для вузов. – М., 2007.

2. Легкая атлетика [Электронный ресурс] : методические разработки (для студентов 1-3 курсов специальности 060101 "Лечебное дело") / сост. С. В. Бурова [и др.] ; науч. ред. О. В. Кулигин. - М. : [б. и.], 2014.

3. Общеразвивающие упражнения с системе занятий физической культуры [Электронный ресурс] : методические разработки (для студентов 1-3 курсов специальности 060101 "Лечебное дело") / сост. И. С. Миронов [и др.] ; ред. О. В. Кулигин. - Иваново : [б. и.], 2014.

4. Оздоровительная аэробика [Электронный ресурс] : 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.], 2014.

5. Основы единоборств (на примере борьбы самбо) [Электронный ресурс] : методические разработки (для студентов 1-3 курсов специальности 060101 "Лечебное дело") / сост. А. О. Жалилов [и др.] ; науч. ред. О. В. Кулигин. - Иваново : [б. и.], 2014.

6. Развитие точности движений в профессионально-прикладной физической подготовке студентов-стоматологов [Электронный ресурс] : методические рекомендации для студентов 1-3 курса специальности 060201 «Стоматология» / М-во здравоохранения России, ГБОУ ВПО Иван. гос. мед. акад., Каф. физ. культуры ; сост. И. С. Миронов ; науч. ред. О. В. Кулигин ; рец. Н. Н. Нежкина. - Иваново : [б. и.], 2015.

9. Перечень ресурсов.

I. Лицензионное программное обеспечение

1. Операционная система Windows,
2. Операционная система “Альт Образование” 8
3. MicrosoftOffice,

4. LibreOffice в составе ОС “Альт Образование” 8
5. STATISTICA 6 Ru,
6. 1С: Университет ПРОФ,,
7. Многофункциональная система «Информио»,
8. Антиплагиат.Эксперт

II. Профессиональные базы данных, информационные справочные системы.

	Название ресурса	Адрес ресурса
	Электронные ресурсы в локальной сети библиотеки	
1	Электронная библиотека ИвГМА Электронный каталог	Акт ввода в эксплуатацию 26.11.2012. http://libisma.ru на платформе АБИС ИРБИС Договор № су-6/10-06-08/265 от 10.06.2008.
2	БД «MedArt»	Проблемно-ориентированная реферативная база данных, содержащая аналитическую роспись медицинских журналов центральной и региональной печати
3	СПС Консультант Плюс	Справочно-правовая система, содержащая информационные ресурсы в области законодательства
	Зарубежные ресурсы	
4	БД «WebofScience»	http://apps.webofknowledge.com Ведущая международная реферативная база данных научных публикаций.
5	БД научного цитирования Scopus	www.scopus.com Крупнейшая единая база аннотаций и цитируемости рецензируемой научной литературы со встроенными инструментами мониторинга, анализа и визуализации научно-исследовательских данных.
	Ресурсы открытого доступа	
6	Федеральная электронная медицинская библиотека (ФЭМБ)	www.feml.scsml.rssi.ru Входит в состав единой государственной информационной системы в сфере здравоохранения в качестве справочной системы.
7	Центральная Научная Медицинская Библиотека (ЦНМБ)	http://www.scsml.rssi.ru Является головной отраслевой медицинской библиотекой, предназначенная для обслуживания научных и практических работников здравоохранения.
8	Polpred.com Med.polpred.com	http://polpred.com Самый крупный в рунете сайт новостей и аналитики СМИ по медицине.
9	Научная электронная библиотека elibrary.ru	http://elibrary.ru Крупнейший российский информационный портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 18 млн научных статей и публикаций.
10	Научная электронная библиотека «КИБЕРЛЕНИНКА»	http://cyberleninka.ru Научные статьи, публикуемые в журналах России и ближнего зарубежья.
11	Национальная электронная библиотека НЭБ	http://нэб.рф Объединяет фонды публичных библиотек России федерального, регионального, муниципального уровней, библиотек научных и образовательных учреждений, а также правообладателей.

12	Российская Государственная Библиотека (РГБ)	http://www.rsl.ru Главная федеральная библиотека страны. Открыт полнотекстовый доступ (чтение и скачивание) к части документов, в частности, книгам и авторефератам диссертаций по медицине.
13	ConsiliumMedicum	http://con-med.ru Электронные версии ряда ведущих медицинских периодических изданий России, видеозаписи лекций и докладов конференций, информацию о фармацевтических фирмах и лекарственных препаратах.
	Зарубежные ресурсы открытого доступа	
14	MEDLINE	www.pubmed.gov База медицинской информации, включающая рефераты статей из медицинских периодических изданий со всего мира начиная с 1949 года
15	BioMedCentral (BMC)	www.biomedcentral.com Свободный доступ к полным текстам статей более чем из 190 журналов по медицине, генетике, биологии и смежным отраслям
	Информационные порталы	
16	Министерство здравоохранения Российской Федерации	https://www.rosminzdrav.ru
17	Министерство образования Российской Федерации	http://минобрнауки.рф
18	Федеральный портал «Российское образование»	http://www.edu.ru Ежедневно публикуются самые актуальные новости, анонсы событий, информационные материалы для широкого круга читателей: учащихся и их родителей, абитуриентов, студентов и преподавателей. Размещаются эксклюзивные материалы, интервью с ведущими специалистами – педагогами, психологами, учеными, репортажи и аналитические статьи.
19	Единое окно доступа	http://window.edu.ru
20	Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов	http://fcior.edu.ru Распространение электронных образовательных ресурсов и сервисов для всех уровней и ступеней образования. Обеспечивает каталогизацию электронных образовательных ресурсов различного типа за счет использования единой информационной модели метаданных, основанной на стандарте LOM.
	Зарубежные информационные порталы	
21	Всемирная организация здравоохранения	http://www.who.int/en Информация о современной картине здравоохранения в мире, актуальных международных проектах, данные Глобальной обсерватории здравоохранения, клинические руководства. Сайт адресован в первую очередь практическим врачам. Прямая ссылка на страницу с публикациями: http://www.who.int/publications/ru

10. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Занятия по дисциплине «Прикладная физическая культура на основе общей физической подготовки (основная и подготовительная медицинские группы)» проходят на базе ОБУЗ "Ивановский областной клинический центр медицинской реабилитации", который расположен по адресу ул. 3-я Сосневская, д.137 и 14-й Проезд, 12.

Для обеспечения учебного процесса имеется зал (54,4 м^2), гимнастический зал (129,2м^2), учебная аудитория (34,5м^2). Учебные помещения укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации. В учебном процессе используется компьютерные классы ИвГМА.

Для обеспечения учебного процесса имеются:

№ п/п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1	Лекционные аудитории академии:	
	№109	Кресла, экран, компьютер Acer Aspire 5552, проектор ViewSonic PJD5483s
	№114	Парты, стулья, доска, экран, компьютер Acer Extensa 4130, проектор ViewSonic PJD6352LS
2	Учебные аудитории (1)	Столы, стулья, доска. Учебное оборудование: переносная техника (ноутбук Ben Qgoybook, рекордер-DVD LG HDR-878), весы медицинские электронные ВЭМ-150 "Масса-К".
	Зал	Мягкое покрытие, зеркальная стенка, музыкальный центр LG, эллиптические тренажеры, беговые дорожки электрические, велотренажеры, вибромассажер с вибрирующей платформой – малый, велоэргометры, силовой тренажер total-trainer.
	Гимнастический зал	Теннисный стол
3.	Помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования	Столы, стулья, шкафы для хранения.
4.	Помещения для самостоятельной работы:	Столы, стулья. Компьютерная техника с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду академии.
	- кабинет №44 (СНО)	Компьютеры DEPO в комплекте
	- читальный зал библиотеки ИвГМА	Компьютеры P4-3.06 в комплекте, принтер Samsung ML-1520P
	- компьютерный класс центра информатизации	Ноутбуки lenovo в комплекте

*Специальные помещения - учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа (лекционные аудитории), занятий семинарского типа (практические занятия, лабораторные занятия) (учебные аудитории), групповых и индивидуальных консультаций

(учебные аудитории), текущего контроля и промежуточной аттестации (учебные аудитории).

11. Протоколы согласования рабочей программы дисциплины с другими кафедрами.

Разделы дисциплины и междисциплинарные связи с предшествующими дисциплинами.

В процессе изучения дисциплины 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	2
1.	Нормальная физиология	+	+
2.	Медицина чрезвычайных ситуаций	+	+
3.	Безопасность жизнедеятельности	+	+
4.	Медицинская реабилитация	+	+

Рабочая программа разработана: доктор медицинских наук, профессор Кулигин О.В., доктор медицинских наук, доцент Нежкина Н.Н., кандидат педагогических наук, доцент Антонов А.А.

Рабочая программа утверждена протоколом заседания кафедры.

Рабочая программа утверждена протоколом центрального координационно-методического совета от 5.06.2020 г. (протокол № 4)

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

Кафедра физической культуры

Приложение 1
к рабочей программе дисциплины

Фонд оценочных средств
для проведения промежуточной аттестации по дисциплине

Прикладная физическая культура
на основе общей физической подготовки
(основная и подготовительная медицинские группы)

Уровень высшего образования:	специалитет
Квалификация выпускника:	врач-стоматолог
Направление подготовки:	31.05.03 «Стоматология»
Тип образовательной программы:	Программа специалитета
Форма обучения:	*очная*
Срок освоения образовательной программы:	*5 лет*

2020 г.

Паспорт ФОС по дисциплине

1.1. Компетенции, формированию которых способствует дисциплина

Код	Наименование компетенции	Этапы формирования
ОК-6	способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	1-6 семестр
ПК-13	готовность к просветительской деятельности по устранению факторов риска и формированию навыков здорового образа жизни.	1-6 семестр

1.2. Программа оценивания результатов обучения по дисциплине

№ п.	Коды компетенций	Контролируемые результаты обучения	Виды контрольных заданий (оценочных средств)	Контрольное мероприятие (аттестационное испытание), время и способы его проведения
1.	ОК-6	**Знать** - социальную значимость физической культуры и ее роль 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. **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 воз-	Комплекты: 1) тестовых заданий 2) практико-ориентирован-ных заданий	Зачет, 6 семестр

		можностей организма для обеспечения последующей полноценной социальной и профессиональной деятельности; - методами самооздоровления и саморазвития организма средствами физической культуры		
	ПК-13	**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		

2. Оценочные средства

2.1. Оценочное средство: тестовые задания.

2.1.1. Содержание

Тестовый контроль состоит из 200 заданий, из которых: 100 на компетенцию ОК-6, 100 на компетенцию ПК-13. Все задания с выбором одного или нескольких правильных ответов

Инструкция: выберите один или несколько правильных ответов

Примеры:

1. В НАИБОЛЬШЕЙ СТЕПЕНИ СКОРОСТНО-СИЛОВЫЕ СПОСОБНОСТИ ЧЕЛОВЕКА ПРОЯВЛЯЮТСЯ В:

А) Прыжках в длину, высоту

Б) Финишном ускорении в беге на 1000м
В) Беге на длинные дистанции
Г) Рисовании
Правильный ответ: А.
2. СПОСОБНОСТЬЮ ДЛИТЕЛЬНО ВЫПОЛНЯТЬ РАБОТУ УМЕРЕННОЙ ИНТЕНСИВНОСТИ ПРИ ГЛОБАЛЬНОМ ФУНКЦИОНИРОВАНИИ МЫШЕЧНОЙ СИСТЕМЫ, НАЗЫВАЮТ:
А) Выносливость
Б) Общую выносливость
В) Анаэробную выносливость
Г) Специальную выносливость
Правильный ответ: Б.
3. ДЛЯ ОЦЕНКИ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ (ЛОВКОСТИ) НАИБОЛЕЕ ПРИЕМЛЕМ СЛЕДУЮЩИЙ ТЕСТ:
А) Метание мяча в цель из различных исходных положений, учитывается точность попаданий
Б) Быстрый бег на дистанцию 30 м, учитывается время
В) Бег на месте с высоким подниманием бедра, за 30 сек., учитывается количество беговых шагов
Г) Прыжок в длину с места, учитывается дальность прыжка
Правильный ответ: А.

2.1.2. Критерии и шкала оценки

0-55% правильных ответов	менее 56 баллов	«неудовлетворительно»
56-70% правильных ответов	56-70 баллов	«удовлетворительно»
71-85 % правильных ответов	71-55 баллов	«хорошо»
86-100% правильных ответов	86-100 баллов	«отлично»

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

2.1.3. Методические указания по организации и процедуре оценивания:
Тестирование проводится на заключительном занятии. Имеется 10 вариантов тестов по 20 вопросов. Общее количество вопросов – 200. Продолжительность тестирования – 30 минут. На каждый вопрос необходимо дать один или несколько правильных ответов.

Результаты тестирования оцениваются как «сдано», «не сдано». «Сдано» выставляется студенту при наличии не менее 56 % правильных ответов на тестовые задания.
В случае получения неудовлетворительной оценки студент должен пересдать тест на положительную оценку.

2.2. Оценочное средство: практико-ориентированные задания.
2.2.1. Содержание

Студенты основной и подготовительной медицинских групп выполняют практико-ориентированные задания для оценки уровня физической подготовленности:

- тест на скоростную подготовленность – бег 100 м (сек);
- тест на общую выносливость – бег 2000 м (женщины); бег 3000м (мужчины) (сек);

- тест на силовую подготовленность – поднимание и опускание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту (женщины) (кол-во раз); подтягивание в висе на перекладине (мужчины) (кол-во раз);
- тест на скоростно-силовую подготовленность – прыжок в длину с места (см);
- тест на гибкость – наклон вперед из положения стоя (см).

2.2.2. Критерии и шкала оценки

Компетенция	Высокий уровень (100-86 баллов)	Средний уровень (71-85 баллов)	Низкий уровень (56-70)	менее 56 баллов
ОК-6	**Умеет** Самостоятельно и без ошибок разбираться в вопросах физической культуры, применяемой в целях профилактики и самооздоровления организма; составлять и подбирать индивидуальные комплексы оздоровительной и лечебной физической культуры. **Владеет** Уверено, правильно и самостоятельно 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.	**Умеет** Самостоятельно разбираться в вопросах физической культуры, применяемой в целях профилактики и самооздоровления организма; составлять и подбирать индивидуальные комплексы оздоровительной и лечебной физической культуры, но совершает отдельные ошибки **Владеет** Правильно и самостоятельно 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	**Умеет** Под руководством преподавателя разбираться в вопросах физической культуры, применяемой в целях профилактики и самооздоровления организма; составлять и подбирать индивидуальные комплексы оздоровительной и лечебной физической культуры. **Владеет** Самостоятельно 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 физиче-	**Умеет** Не может разбираться в вопросах физической культуры, применяемой в целях профилактики и самооздоровления организма; составлять и подбирать индивидуальные комплексы оздоровительной и лечебной физической культуры. **Владеет** Не способен к умениям и навыкам, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, повышения двигательных и функциональных возможностей организма для обеспечения последующей полноценной социальной и профессиональной деятельности; не способен к применению методов самооздоровления и саморазвития организма средствами физической культуры.

		средствами физической культуры.	ской культуры, но совершает отдельные ошибки	
ПК-13	**Умеет** Самостоятельно и без ошибок 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. **Владеет** Уверено, правильно и самостоятельно 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.	**Умеет** Самостоятельно 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, но совершает отдельные ошибки. **Владеет** Правильно и самостоятельно 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.	**Умеет** Под руководством преподавателя 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. **Владеет** Самостоятельно 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, но совершает отдельные ошибки.	**Умеет** Не может 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. **Владеет** Не способен использовать методику обучения различным двигательным навыкам в сочетании с профессионально-прикладной физической подготовкой; методы оценки физического, функционального, состояния; технологию проведения оздоровительных мероприятий у пациентов различных возрастных групп, направленных на формирование элементов здорового образа жизни.

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

2.2.3. Методические указания по организации и процедуре оценивания.

С помощью практико-ориентированных заданий оценивается освоение обучающимися практических умений и опыта (владений), включенных в Книгу учета практической подготовки. Обучающемуся необходимо продемонстрировать практические умениями (не

менее двух) из указанной Книги в соответствии с уровнем его освоения, а также опыта (владения).
Результаты оцениваются как «выполнено», «не выполнено».
Выполнение практико-ориентированных задания осуществляется в спортивном зале (наклон вперед из положения стоя, прыжок в длину с места, сгибание туловища из положения лежа на спине, подтягивание в висе) и на улице (бег 100 м, 2000 м и 3000 м).
Перед выполнением заданий проводится разминка, что предупреждает возможный травматизм. Применяются контрольно-измерительные приборы: электронные секундомеры и при этом результаты тестирования оцениваются не менее чем двумя секундомерами, а также сантиметровая лента и линейка – 50 см. Используется следующее оборудование: гимнастические маты (тест сгибание туловища), перекладина (тест подтягивание (сгибание и разгибание рук в висе)). Результаты выполнения заданий заносятся в протокол в соответствующих единицах измерения и оцениваются исходя из сопоставления результатов с показателями сводной таблицы нормативных оценок.

Сводная таблица нормативных показателей тестов для оценки уровня физической подготовленности студентов основной и подготовительной медицинских групп.

Характеристика направленности тестов	женщины					мужчины				
	оценка в баллах									
	100-86	**85-71**	**70-56**	**55-46**	**45-0**	**100-86**	**85-71**	**70-56**	**55-46**	**45-0**
тест на скоростную подготовленность бег – 100 м (сек)	15.7	16.0	17.0	17.9	18,7	13.2	13.8	14.0	14.3	14.8
тест на общую выносливость: - бег 2000 м (мин. сек) - бег 3000 м (мин. сек)	10.15	10.50	11.15	11.50	12.15	12.00	12.35	13.10	13.50	14.30
тест на силовую подготовленность: -поднимание и опускание туловища из положения лежа (количество раз)	60	50	40	30	20					
-подтягивание на перекладине (количество раз)						15	12	9	7	5
- тест на скоростно-силовую подготовленность (прыжок в длину с места в см)	1.90	1.80	1.68	1.60	1.50	2.50	2.40	2.30	2.20	2.10
- тест на гибкость (наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на скамье (см)	+16	+13	+10	+8	+6	+13	+10	+8	+6	+5

3. Критерии получения студентом зачета по дисциплине

Зачет является формой заключительной проверки усвоения обучающимися теоретического материала и практических умений, опыта (владений) по дисциплине.
Условием допуска обучающегося к зачету является полное выполнение учебного плана данного модуля дисциплины.

Зачет осуществляется в два этапа:
I. Тестовый контроль знаний.
Результаты тестирования оценивается как «сдано», «не сдано».
II. Проверка практических умений, опыта (владений).
Результаты оцениваются как «выполнено», «не выполнено».
Зачет считается сданным при условии успешного выполнения обоих этапов.
Результаты сдачи зачета оцениваются отметками «зачтено», «не зачтено».

Авторы-составители ФОС: д.м.н., проф. О.В. Кулигин, д.м.н., доц. Н.Н. Нежкина, к.п.н, доц. А.А. Антонов, И.С. Миронов.

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

Факультет стоматологический

Кафедра физической культуры

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебной работе д. м. н, проф.
_____ И.Е. Мишина
5 июня 2020 г.

Рабочая программа элективного курса «Физическая культура и спорт»

Уровень высшего образования: специалитет
Направление подготовки (специальность) 31.05.03 Стоматология
Квалификация выпускника – врач-стоматолог
Направленность (специализация): стоматология
форма обучения очная
Тип образовательной программы: программа специалитета
Срок освоения образовательной программы: 5 лет

Иваново, 2020

Федеральное государственное образовательное учреждение
высшего образования
«Ивановская государственная медицинская академия»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

Факультет стоматологический

Кафедра физической культуры

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебной работе д. м. н, проф.
_____ И.Е. Мишина
5 июня 2020 г.

Рабочая программа дисциплины «Прикладная физическая культура» на основе психофизической тренировки для студентов специальной «А» медицинской группы

Уровень высшего образования: специалитет
Направление подготовки (специальность) 31.05.03 Стоматология
Квалификация выпускника – врач-стоматолог
Направленность (специализация): стоматология
форма обучения очная
Тип образовательной программы: программа специалитета
Срок освоения образовательной программы: 5 лет

Иваново, 2020

1. Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины является формирование у студентов – медиков мотивации к самооздоровлению, саморазвитию, самореализации, самообразованию, использованию творческого потенциала посредством качественного выполнения требований вузовской программы дисциплины на основе психофизической тренировки для дальнейшего применения в собственной жизни и медицинской деятельности средств и методов физической культуры в формировании здорового образа жизни, а также обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности в области охраны здоровья населения.

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 ОПОП.

Дисциплина «Прикладная физическая культура на основе психофизической тренировки для студентов специальной «А» медицинской группы» включена в вариативную часть блока 1 (дисциплины по выбору).

Программа дисциплины разработана для студентов специальной А медицинской группы и реализуется в порядке, установленном организацией.

Рабочая программа дисциплины основана на методических принципах технологии психофизической тренировки (автор д.м.н., доцент Н.Н. Нежкина, свидетельство о государственной регистрации базы данных № 2015620489 от 17.03. 2015 г.). Это предполагает формирование у обучающихся устойчивой потребности в проектировании, реализации и пропаганде здорового образа жизни, физическом и психологическом самосовершенствовании на основе осознанного использования основных средств физической культуры с учетом индивидуальных особенностей организма и состояния здоровья.

В основу программы положено практическое занятие нового типа, состоящее из трех последовательных этапов: выполнение динамических упражнений аэробного характера средней и низкой интенсивности; напряжение мышц с последующим расслаблением в форме определенного набора статических поз; сеанс психофизической саморегуляции в состоянии релаксации.

Такая структура позволяет:

- научить студента произвольно регулировать свое психофизическое состояние с помощью специально подобранных, различных по форме, интенсивности и психологическому воздействию физических упражнений;
- развить такие физические качества как выносливость, гибкость, координацию;
- повысить умственную работоспособность;
- обеспечить дифференцированную тренировку вегетативных структур, которые помогают эффективно адаптироваться в учебном процессе;
- снизить уровень тревожности, повысить самооценку;
- оздоровить организм непосредственно в условиях образовательного процесса.

В процессе обучения студенты последовательно осваивают различные комплексы психофизической тренировки, направленные на оздоровление организма при нарушениях деятельности вегетативной нервной системы, заболеваниях опорно-двигательного аппарата, нарушениях функций метаболизма, заболеваниях сердечно-сосудистой системы, нарушениях зрения. В процессе динамической самодиагностики обучающиеся убеждаются в возможности позитивного изменения функционального состояния организма, что активизирует процесс самопознания и управления своей деятельностью на пути к улучшению здоровья, формирует осознанную потребность ведения здорового образа жизни, готовность к его пропаганде в дальнейшей профессиональной деятельности.

В процессе изучения дисциплины на основе психофизической тренировки 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.

Освоение данной дисциплины необходимо как предшествующее для последующих дисциплин: нормальная физиология; медицина чрезвычайных ситуаций; безопасность жизнедеятельности; медицинская реабилитация.

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-13 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 роль в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности; - возрастно-половые особенности развития основных физических качеств и двигательных навыков занимающихся; - влияние оздоровительных систем физического воспитания (психофизической тренировки) на укрепление здоровья, профилактику заболеваний и вредных привычек; - основы техники безопасности и профилактики травматизма на занятиях физической культурой. **Уметь** - разбираться в вопросах физической культуры, применяемой в целях профилактики и самооздоровления организма. - составлять и подбирать индивидуальные комплексы психофизической тренировки **Владеть** - системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, повышения двигательных и функциональных возможностей организма для обеспечения последующей пол-	5 5 10

	ноценной социальной и профессиональной деятельности; - методами самооздоровления и саморазвития организма средствами психофизической тренировки.	20
ПК-13	**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; - составлять и подбирать индивидуальные программы оздоровительной физической культуры для пациентов; **Владеть** - методикой обучения различным двигательным навыкам; - 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 6 зачетных единиц, 328 академических часа.

Курс	Семестр	Количество часов			Форма промежуточного контроля
		Всего в часах и ЗЕ	Часы контактной работы	Часы самостоятельной работы	
1,2,3	1-6	328	328	-	Зачет

5. Учебная программа дисциплины

5.1. Содержание дисциплины

Раздел 1. Профессионально-прикладная физическая культура.

1. Профессионально-прикладная физическая культура на основе комплексов психофизической тренировки, направленных на улучшение вегетативной регуляции организма

2. Профессионально-прикладная физическая культура на основе комплексов психофизической тренировки, направленных на оздоровление организма при заболеваниях опорно-двигательного аппарата

3. Профессионально-прикладная физическая культура на основе комплексов психофизической тренировки, направленных на нормализацию функций метаболизма

4. Профессионально-прикладная физическая культура на основе комплексов психофизической тренировки, направленных на оздоровление организма при заболеваниях сердечно-сосудистой системы

5. Профессионально-прикладная физическая культура на основе комплексов психофизической тренировки, направленных на нормализацию зрения.

Раздел 2. Врачебный контроль в физической культуре.

5.2. Учебно-тематический план

Занятия проводятся с учетом состояния здоровья студентов, физического развития, функционального состояния организма и физической подготовленности студентов, отнесенных к специальной «А» медицинской группе (таблица 1).

Таблица 1

Особенности освоения дисциплины «Физическая культура» студентами разных медицинских групп			
Медицинская группа по физической культуре	Характеристика группы обучающихся	Программа занятий	Контрольно-измерительные материалы
Основная	- без отклонений в состоянии здоровья и физическом развитии, имеющих хорошее функциональное состояние и соответствующую возрасту физическую подготовленность - с незначительными (чаще функциональными) отклонениями здоровья, но не отстающие от сверстников в физическом развитии и физической подготовленности	- занятия в полном объеме по утвержденной в ГБОУ ВПО ИвГМА учебной программе физической культуры - занятия спортом с подготовкой и участием в спортивных соревнованиях	- тестовый контроль знаний, - оценка освоения практических умений, решение ситуационных задач; - сдача обязательных и промежуточных контрольных нормативов по физической подготовленности для студентов основной группы
Подготовительная	- с незначительными (функциональными) отклонениями в состоянии здоровья - с нарушениями в физическом развитии и низкой физической подготовленностью - входящие в группу риска по возникновению заболеваний - с хроническими заболеваниями в стадии стойкой клинико-лабораторной ремиссии не менее 3 – 5 лет	- занятия в полном объеме по утвержденной в ГБОУ ВПО ИвГМА учебной программе физической культуры при условии более постепенного освоения комплекса двигательных умений и навыков - участие в спортивно-массовых мероприятиях после дополнительного медицинского осмотра	- тестовый контроль знаний - оценка освоения практических умений, решение ситуационных задач; - сдача обязательных и промежуточных контрольных нормативов по физической подготовленности после дополнительного медицинского осмотра для студентов подготовительной группы
Специальная «А»	- с отчетливыми отклонениями состоянии здоровья постоянного (хронические заболевания, врожденные пороки развития в стадии компенсации) или временного характера, которые не мешают выполнению учебной работы, но требуют ограничения физической нагрузки	- занятия по утвержденной в ГБОУ ВПО ИвГМА учебной программе физической культуры при условии более постепенного освоения комплекса двигательных умений и навыков, со сниженной физической нагрузкой (малой и средней), с преимущественным выполнением общеразвивающих и корригирующих упражнений, без участия в соревновательных моментах занятия) или - занятия по специально разработанным и утвержденным в ГБОУ ВПО ИвГМА программам (психофизическая тренировка)	- тестовый контроль знаний - оценка освоения практических умений, решение ситуационных задач; - сдача обязательных и контрольных нормативов по физической подготовленности для студентов специальной медицинской группы
Специальная «Б»	- обучающиеся со значительными отклонениями в состоянии здоровья постоянного характера (хронические заболевания в стадии субкомпенсации, лица с ОВЗ и инвалиды) или временного характера, но без выраженного нарушения самочувствия, допущенные к обучению в образовательной организации	- посещение лекционного курса учебной программы по физической культуре - занятия лечебной физической культурой - занятия физической культурой в рамках программ реабилитации	- тестовый контроль знаний - оценка освоения практических умений, решение ситуационных задач; - реферат - улучшение функций организма, констатируемое в медицинских организациях

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

Наименование разделов дисциплины и тем	**Часы контактной работы**		**Всего часов контактной работы**	**Самостоятельная работа студента**	**Итого часов**	**Формируемые компетенции**		**Используемые образовательные технологии**	**Инновационные технологии**	**Формы текущего контроля успеваемости и итоговых занятий**
	Лекции	Практически занятия				***ОК-6***	***ПК-13***			
Раздел 1. Профессионально-прикладная физическая культура	**-**	**310**	**310**	**-**	**310**					
1. Профессионально-прикладная физическая культура на основе комплексов психофизической тренировки, направленных на улучшение вегетативной регуляции организма	-	80	80	-	80	+	+	*СМФВ, К, КЗ*	РИ	*Пр, Т, С*
2. Профессионально-прикладная физическая культура на основе комплексов психофизической тренировки, направленных на оздоровление организма при заболеваниях опорно-двигательного аппарата	-	60	60	-	60	+	+	*СМФВ, К, КЗ*	-	*Пр, Т, С*
3. Профессионально-прикладная физическая культура на основе комплексов психофизической тренировки, направленных на нормализацию функций метаболизма	-	82	82	-	82	+	+	*СМФВ, К, КЗ*	РИ	*Пр, Т, С*
4. Профессионально-прикладная физическая культура на основе комплексов психофизической тренировки, направленных на оздоровление организма при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	-	40	40	-	40	+	+	*СМФВ, К, КЗ*	-	*Пр, Т, С*
5. Профессионально-прикладная физическая культура на основе комплексов психофизической тренировки, направленных на нормализацию зрения.	-	48	48	-	48	+	+	*СМФВ, К, КЗ*	-	*Пр, Т, С*
Раздел 2. Врачебный контроль в физической культуре	**-**	**18**	**18**	**-**	**18**	+	+	*КЗ, К*	РИ	*Пр, Т, С*
ИТОГО:	**-**	**328**	**328**	**-**	**328**			**% использования инновационных – 5 %**		

Список сокращений: ЛВ - лекция-визуализация, совокупность стандартных методов физического воспитания (круговой, игровой, соревновательный и др.) (СМФВ), ролевая учебная игра (РИ), К – контроль знаний, КЗ – консультирование преподавателем, Т – тестирование, Пр –оценка освоения практических навыков (контрольные нормативы).

6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Самостоятельная работа по программе в учебном плане не предусмотрена. Студенты, пропустившие более 50% занятий по болезни, выполняют самостоятельную работу в виде написания рефератов по пропущенным темам занятий.

7. Характеристика оценочных средств для текущего контроля и промежуточной аттестации.

1. Формы текущего контроля.

Текущий контроль успеваемости осуществляется при проведении всех видов учебных занятий и включает несколько контрольных мероприятий:

Входной контроль – проверка знаний и умений студентов, необходимых для успешного разбора темы занятий. 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 – выполнение контрольных практических заданий.

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

Вопросы для собеседования, тестовые задания, список практических умений представлены в УМКД кафедры

2. Формы промежуточного контроля по дисциплине (зачет).

Зачет является формой заключительной проверки усвоения обучающимися теоретического материала и практических умений по дисциплине. Условием допуска обучающегося к зачету является полное выполнение учебного плана данной дисциплины.

Зачет включает в себя два этапа.

I. Тестовый контроль знаний.

Количество вариантов – 10, по 20 вопросов в каждом.

Данный этап зачета считается выполненным при наличии не менее 56 % правильных ответов на тестовые задания. Результаты тестирования оценивается как «сдано», «не сдано».

II. Проверка практических умений.

На этом этапе оценивается освоение обучающимися практических умений, включенных в Книгу учета практической подготовки. Обучающемуся необходимо показать владение не менее чем двумя практическими умениями из указанной Книги в соответствии с уровнем его освоения. Результаты оценивается как «выполнено», «не выполнено».

Зачет считается сданным при условии успешного выполнения обоих этапов.

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

Система оценок обучающихся (для устного опроса)

Характеристика ответа	Баллы ИвГМА	Оценка
Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном ориентировании понятиями, умении выделить 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, развернутый ответ на поставленный вопрос, показана со-	95-91	5

вокупность осознанных знаний об объекте, доказательно раскрыты основные положения темы; в ответе прослеживается четкая 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 недочеты в определении понятий, исправленные студентом самостоятельно в процессе ответа.		
Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, доказательно раскрыты основные положения темы; в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Ответ изложен литературным языком в терминах науки. В ответе допущены недочеты, исправленные студентом с помощью преподавателя.	90-86	5-
Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Ответ четко структурирован, логичен, изложен литературным языком в терминах науки. Могуr быть допущены недочеты или незначительные ошибки, исправленные студентом с помощью преподавателя.	85-81	4+
Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Ответ четко структурирован, логичен, изложен в терминах науки. Однако допущены незначительные ошибки или недочеты, исправленные студентом с помощью "наводящих" вопросов преподавателя.	80-76	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 ошибки в определении основных понятий, которые студент затрудняется исправить самостоятельно.	75-71	4-
Дан недостаточно полный и недостаточно развернутый ответ. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Допущены ошибки к раскрытии понятой, употреблении терминов. Студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи. Студент может конкретизировать обобщенные 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 обобщенных 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. Присутствуют 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 журнал не ставится

*Сводная таблица нормативных показателей тестов для оценки уровня физической под*готовленности для студентов специальной медицинской группы «А» (мужчины)

	Диапазон баллов				
Направленность и наименование теста	100 - 86	85 - 76	75 - 56	55 - 36	35 - 0
Тест для оценки гибкости - наклон вперед из положения седа (см) **если нет противопоказаний**	+20 -+14	+13 - + 9	+8- +6	+5 -+2	+2 - 0
Тест для оценки скоростно-силовых способностей - прыжок в длину с места (см) **если нет противопоказаний**	250- 235	234 - 225	224 - 205	204 - 190	189 - 175
Тест для оценки силовых способностей - сгибание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту (кол-во раз) или - сгибание рук в упоре лежа (кол-во раз) **если нет противопоказаний**	60 – 51 60 – 45	50 – 41 44 – 35	40 – 31 34 – 25	30 – 21 24 – 15	20 – 11 14 – 0
Тест для оценки статической выносливости - вис на согнутых руках (мин/сек) **если нет противопоказаний**	1,30 – 1,15	1,14 – 1,00	59 – 45	44 – 30	30 – 0

*Сводная таблица нормативных показателей тестов для оценки уровня физической под*готовленности для студентов специальной медицинской группы «А» (женщины)

Направленность и наименование теста	Диапазон баллов				
	100 - 86	85 - 76	75 - 56	55 - 36	35 - 0
Тест для оценки гибкости - наклон вперед из положения седа (см) **если нет противопоказаний**	+23 - +16	+15 - +12	+11 - + 8	+7 - +4	+ 4 - 0

Тест для оценки скоростно-силовых способностей - прыжок в длину с места (см) **если нет противопоказаний**	210 -190	189 - 175	174 - 155	154 - 145	144 -135
Тест для оценки силовых способностей - сгибание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту (кол-во раз) или - сгибание рук в упоре лежа (кол-во раз) **если нет противопоказаний**	55 – 47 25 – 20	46 – 37 19 – 14	36 – 27 13 – 8	26 – 17 7 – 4	16 – 0 3 – 0
Тест для оценки статической выносливости - вис на согнутых руках (сек) **если нет противопоказаний**	50 – 40	39 – 28	27 – 18	17 – 10	9 – 0

* *Тесты проводятся в начале (как исходные) и* ***в конце*** *(как контрольные) каждого учебного года для определения динамики развития физической подготовленности за прошедший учебный год.*

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

а). Основная литература:

1. Физическая культура и здоровье [Текст] : учебник для медицинских и фармацевтических вузов : [гриф] МО РФ / В. В. Пономарева [и др.] ; под ред. В. В. Пономарёвой. - М. : ФГОУ "ВУНМЦ Росздрава", 2006.

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

3. 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.

б). Дополнительная литература:

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

2. Психофизическая тренировка [Текст] : учебно-методическое пособие для студентов специальной медицинской группы в учреждениях высшего профессионального образования / Н. Н. Нежкина [и др.] ; рец. И. Е. Бобошко. - Иваново : [б. и.], 2015.

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

4. 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.

ЭБС:

1. Епифанов В.А. Лечебная физкультура и спортивная медицина: учебник для вузов. – М., 2007.

2. Легкая атлетика [Электронный ресурс] : методические разработки (для студентов 1-3 курсов специальности 060101 "Лечебное дело") / сост. С. В. Бурова [и др.] ; науч. ред. О. В. Кулигин. - М. : [б. и.], 2014.

3. Общеразвивающие упражнения с системе занятий физической культуры [Электронный ресурс] : методические разработки (для студентов 1-3 курсов специальности 060101 "Лечебное дело") / сост. И. С. Миронов [и др.] ; ред. О. В. Кулигин. - Иваново : [б. и.], 2014.

4. Оздоровительная аэробика [Электронный ресурс] : 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.], 2014.

5. Основы единоборств (на примере борьбы самбо) [Электронный ресурс] : методические разработки (для студентов 1-3 курсов специальности 060101 "Лечебное дело") / сост. А. О. Жалилов [и др.] ; науч. ред. О. В. Кулигин. - Иваново : [б. и.], 2014.

6. Развитие точности движений в профессионально-прикладной физической подготовке студентов-стоматологов [Электронный ресурс] : методические рекомендации для студентов 1-3 курса специальности 060201 «Стоматология» / М-во здравоохранения России, ГБОУ ВПО Иван. гос. мед. акад., Каф. физ. культуры ; сост. И. С. Миронов ; науч. ред. О. В. Кулигин ; рец. Н. Н. Нежкина. - Иваново : [б. и.], 2015.

9. Перечень ресурсов.

I. Лицензионное программное обеспечение

1. Операционная система Windows,
2. Операционная система “Альт Образование” 8
3. MicrosoftOffice,
4. LibreOffice в составе ОС “Альт Образование” 8
5. STATISTICA 6 Ru,
6. 1С: Университет ПРОФ,,
7. Многофункциональная система «Информио»,
8. Антиплагиат.Эксперт

II. Профессиональные базы данных, информационные справочные системы.

	Название ресурса	Адрес ресурса
	Электронные ресурсы в локальной сети библиотеки	
1	Электронная библиотека ИвГМА Электронный каталог	Акт ввода в эксплуатацию 26.11.2012. http://libisma.ru на платформе АБИС ИРБИС Договор № су-6/10-06-08/265 от 10.06.2008.
2	БД «MedArt»	Проблемно-ориентированная реферативная база данных, содержащая аналитическую роспись медицинских журналов центральной и региональной печати
3	СПС Консультант Плюс	Справочно-правовая система, содержащая информационные ресурсы в области законодательства
	Зарубежные ресурсы	
4	БД «WebofScience»	http://apps.webofknowledge.com Ведущая международная реферативная база данных научных публикаций.
5	БД научного цитирования Scopus	www.scopus.com Крупнейшая единая база аннотаций и цитируемости рецензируемой научной литературы со встроенными инструментами мониторинга, анализа и визуализации научно-исследовательских данных.
	Ресурсы открытого доступа	
6	Федеральная электронная медицинская библиотека (ФЭМБ)	www.feml.scsml.rssi.ru Входит в состав единой государственной информационной системы в сфере здравоохранения в качестве справочной системы.
7	Центральная Научная Медицинская Библиотека (ЦНМБ)	http://www.scsml.rssi.ru Является головной отраслевой медицинской библиотекой, предназначенная для обслуживания научных и практических работников здравоохранения.
8	Polpred.com	http://polpred.com

	Med.polpred.com	Самый крупный в рунете сайт новостей и аналитики СМИ по медицине.
9	Научная электронная библиотека elibrary.ru	http://elibrary.ru Крупнейший российский информационный портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 18 млн научных статей и публикаций.
10	Научная электронная библиотека «КИБЕРЛЕНИНКА»	http://cyberleninka.ru Научные статьи, публикуемые в журналах России и ближнего зарубежья.
11	Национальная электронная библиотека НЭБ	http://нэб.рф Объединяет фонды публичных библиотек России федерального, регионального, муниципального уровней, библиотек научных и образовательных учреждений, а также правообладателей.
12	Российская Государственная Библиотека (РГБ)	http://www.rsl.ru Главная федеральная библиотека страны. Открыт полнотекстовый доступ (чтение и скачивание) к части документов, в частности, книгам и авторефератам диссертаций по медицине.
13	ConsiliumMedicum	http://con-med.ru Электронные версии ряда ведущих медицинских периодических изданий России, видеозаписи лекций и докладов конференций, информацию о фармацевтических фирмах и лекарственных препаратах.
	Зарубежные ресурсы открытого доступа	
14	MEDLINE	www.pubmed.gov База медицинской информации, включающая рефераты статей из медицинских периодических изданий со всего мира начиная с 1949 года
15	BioMedCentral (BMC)	www.biomedcentral.com Свободный доступ к полным текстам статей более чем из 190 журналов по медицине, генетике, биологии и смежным отраслям
	Информационные порталы	
16	Министерство здравоохранения Российской Федерации	https://www.rosminzdrav.ru
17	Министерство образования Российской Федерации	http://минобрнауки.рф
18	Федеральный портал «Российское образование»	http://www.edu.ru Ежедневно публикуются самые актуальные новости, анонсы событий, информационные материалы для широкого круга читателей: учащихся и их родителей, абитуриентов, студентов и преподавателей. Размещаются эксклюзивные материалы, интервью с ведущими специалистами – педагогами, психологами, учеными, репортажи и аналитические статьи.
19	Единое окно доступа	http://window.edu.ru
20	Федеральный центр информационно-	http://fcior.edu.ru Распространение электронных образовательных ресурсов и

	образовательных ресурсов	сервисов для всех уровней и ступеней образования. Обеспечивает каталогизацию электронных образовательных ресурсов различного типа за счет использования единой информационной модели метаданных, основанной на стандарте LOM.
	Зарубежные информационные порталы	
21	Всемирная организация здравоохранения	http://www.who.int/en Информация о современной картине здравоохранения в мире, актуальных международных проектах, данные Глобальной обсерватории здравоохранения, клинические руководства. Сайт адресован в первую очередь практическим врачам. Прямая ссылка на страницу с публикациями: http://www.who.int/publications/ru

10. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Занятия по дисциплине «Прикладная физическая культура на основе психофизической тренировки для студентов специальной «А» медицинской группы» проходят на базе ОБУЗ "Ивановский областной клинический центр медицинской реабилитации", который расположен по адресу ул. 3-я Сосневская, д.137 и 14-й Проезд, 12.

Для обеспечения учебного процесса имеется зал (54,4 м^2), гимнастический зал (129,2м^2), учебная аудитория (34,5м^2). Учебные помещения укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации. В учебном процессе используется компьютерные классы ИвГМА.

Для обеспечения учебного процесса имеются:

№ п/п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1	Лекционные аудитории академии:	
	№109	Кресла, экран, компьютер Acer Aspire 5552, проектор ViewSonic PJD5483s
	№114	Парты, стулья, доска, экран, компьютер Acer Extensa 4130, проектор ViewSonic PJD6352LS
2	Учебные аудитории (1)	Столы, стулья, доска. Учебное оборудование: переносная техника (ноутбук Ben Qgoybook, рекордер-DVD LG HDR-878), весы медицинские электронные ВЭМ-150 "Масса-К".
	Зал	Мягкое покрытие, зеркальная стенка, музыкальный центр LG, эллиптические тренажеры, беговые дорожки электрические, велотренажеры, вибромассажер с вибрирующей платформой – малый, велоэргометры, силовой тренажер total-trainer.
	Гимнастический зал	Теннисный стол
3.	Помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного	Столы, стулья, шкафы для хранения.

	оборудования	
4.	Помещения для самостоятельной работы:	Столы, стулья. Компьютерная техника с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду академии.
	- кабинет №44 (СНО)	Компьютеры DEPO в комплекте
	- читальный зал библиотеки ИвГМА	Компьютеры P4-3.06 в комплекте, принтер Samsung ML-1520P
	- компьютерный класс центра информатизации	Ноутбуки lenovo в комплекте

*Специальные помещения - учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа (лекционные аудитории), занятий семинарского типа (практические занятия, лабораторные занятия) (учебные аудитории), групповых и индивидуальных консультаций (учебные аудитории), текущего контроля и промежуточной аттестации (учебные аудитории).

11. Протоколы согласования рабочей программы дисциплины с другими кафедрами.

Разделы дисциплины и междисциплинарные связи с предшествующими дисциплинами.

В процессе изучения дисциплины 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	2
1.	Нормальная физиология	+	+
2.	Медицина чрезвычайных ситуаций	+	+
3.	Безопасность жизнедеятельности	+	+
4.	Медицинская реабилитация	+	+

Рабочая программа разработана: доктор медицинских наук, профессор Кулигин О.В., доктор медицинских наук, доцент Нежкина Н.Н.

Рабочая программа утверждена протоколом заседания кафедры.

Рабочая программа утверждена протоколом центрального координационно-методического совета от 5.06.2020 г. (протокол № 4)

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

Кафедра физической культуры

Приложение 1
к рабочей программе дисциплины

Фонд оценочных средств
для проведения промежуточной аттестации по дисциплине

Прикладная физическая культура
на основе психофизической тренировки
для студентов специальной «А» медицинской группы

Уровень высшего образования:	специалитет
Квалификация выпускника:	врач-стоматолог
Направление подготовки:	31.05.03 «Стоматология»
Тип образовательной программы:	Программа специалитета
Форма обучения:	*очная*
Срок освоения образовательной программы:	*5 лет*

2020 г.

1. Паспорт ФОС по дисциплине

1.1. Компетенции, формированию которых способствует дисциплина

Код	Наименование компетенции	Этапы формирования
ОК-6	способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	1-6 семестр
ПК-13	готовность к просветительской деятельности по устранению факторов риска и формированию навыков здорового образа жизни.	1-6 семестр

1.2. Программа оценивания результатов обучения по дисциплине

№ п.	Коды компетенций	Контролируемые результаты обучения	Виды контрольных заданий (оценочных средств)	Контрольное мероприятие (аттестационное испытание), время и способы его проведения
1.	ОК-6	**Знать** - социальную значимость физической культуры и ее роль в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности; - возрастно-половые особенности развития основных физических качеств и двигательных навыков занимающихся; - влияние оздоровительных систем физического воспитания (психофизической тренировки) на укрепление здоровья, профилактику заболеваний и вредных привычек; - основы техники безопасности и профилактики травматизма на занятиях физической культурой. **Уметь** - разбираться в вопросах физической культуры, применяемой в целях профилактики и самооздоровления организма. - составлять и подбирать индивидуальные комплексы психофизической тренировки **Владеть** - системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и	Комплекты: 1) тестовых заданий 2) практико-ориентирован-ных заданий	Зачет, 6 семестр

		укрепление здоровья, повышения двигательных и функциональных возможностей организма для обеспечения последующей полноценной социальной и профессиональной деятельности; - методами самооздоровления и саморазвития организма средствами психофизической тренировки.		
	ПК-13	**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		

2. Оценочные средства

2.1. Оценочное средство: тестовые задания.

2.1.1. Содержание

Тестовый контроль состоит из 200 заданий, из которых: 100 на компетенцию ОК-6, 100 на компетенцию ПК-13. Все задания с выбором одного или нескольких правильных ответов

Инструкция: выберите один или несколько правильных ответов

Примеры:

1. ВО ВРЕМЯ ЗАНЯТИЙ АЭРОБИКОЙ ОРГАНИЗМ:

А) *увеличивает потребление кислорода*
Б) уменьшает потребление кислорода
В) увеличивает потребление углекислого газа
Правильный ответ: А.
2. АЭРОБНЫЙ ЭФФЕКТ ДИНАМИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ РЕАЛИЗУЕТСЯ ПРИ ТРЕНИРОВОЧНОМ ПУЛЬСЕ:
А) *110 – 130 ударов в минуту*
Б) *140 – 160 ударов в минуту*
В) 170 – 190 ударов в минуту
Правильные ответы: А,Б.
3. ОПТИМАЛЬНОЕ ФИЗИОЛОГИЧЕСКОЕ ВРЕМЯ СТАТИЧЕСКОГО МЫШЕЧНОГО НАПРЯЖЕНИЯ СОСТАВЛЯЕТ
А) 1 – 2 секунды
Б) *3 – 5 секунд*
В) 8 – 9 секунд
Г) 10 – 15 секунд
Правильные ответы: Б, В.

2.1.2. Критерии и шкала оценки

0-55% правильных ответов	менее 56 баллов	«неудовлетворительно»
56-70% правильных ответов	56-70 баллов	«удовлетворительно»
71-85 % правильных ответов	71-55 баллов	«хорошо»
86-100% правильных ответов	86-100 баллов	«отлично»

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

2.1.3. Методические указания по организации и процедуре оценивания:
Тестирование проводится на заключительном занятии. Имеется 10 вариантов тестов по 20 вопросов. Общее количество вопросов – 200. Продолжительность тестирования – 30 минут. На каждый вопрос необходимо дать один или несколько правильных ответов.

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

В случае получения неудовлетворительной оценки студент должен пересдать тест на положительную оценку.

2.2. Оценочное средство: практико-ориентированные задания.

2.2.1 Содержание

Студенты **специальной медицинской группы «А»** выполняют практико-ориентированные задания для оценки уровня физической подготовленности:

- тест для оценки гибкости - наклон вперед из положения седа (см);
- тест для оценки скоростно-силовых способностей - прыжок в длину с места (см)
- тест для оценки силовых способностей - сгибание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту (кол-во раз) или - сгибание рук в упоре лежа (кол-во раз)
- тест для оценки статической выносливости - вис на согнутых руках (мин/сек)

2.2.2. Критерии и шкала оценки

Компетенция	Высокий уровень (100-86 баллов)	Средний уровень (71-85 баллов)	Низкий уровень (56-70)	менее 56 баллов
ОК-6	**Умеет** Самостоятельно и без ошибок разбираться в вопросах физической культуры, применяемой в целях профилактики и самооздоровления организма; составлять и подбирать индивидуальные комплексы психофизической тренировки. **Владеет** Уверено, правильно и самостоятельно 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 психофизической тренировки.	**Умеет** Самостоятельно разбираться в вопросах физической культуры, применяемой в целях профилактики и самооздоровления организма; составлять и подбирать индивидуальные комплексы психофизической тренировки, но совершает отдельные ошибки. **Владеет** Правильно и самостоятельно 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 психофизической тренировки.	**Умеет** Под руководством преподавателя разбираться в вопросах физической культуры, применяемой в целях профилактики и самооздоровления организма; составлять и подбирать индивидуальные комплексы психофизической тренировки. **Владеет** Самостоятельно 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 психофизической тренировки, но совершает отдельные ошибки	**Умеет** Не может разбираться в вопросах физической культуры, применяемой в целях профилактики и самооздоровления организма; составлять и подбирать индивидуальные комплексы психофизической тренировки. **Владеет** Не способен осуществлять систему практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, повышения двигательных и функциональных возможностей организма для обеспечения последующей полноценной социальной и профессиональной деятельности; методы самооздоровления и саморазвития организма средствами психофизической тренировки.
ПК-13	**Умеет** Самостоятельно и без ошибок обучать практическим навыкам использования средств физической культуры для укрепления и восстановления	**Умеет** Самостоятельно обучать практическим навыкам использования средств физической культуры для укрепления и восстановления	**Умеет** Под руководством преподавателя обучать практическим навыкам использования средств физической культуры для укрепления и восстановления	**Умеет** Не может обучать практическим навыкам использования средств физической культуры для укрепления и восстановления здоровья пациентов;

	здоровья пациентов; составлять и подбирать индивидуальные программы оздоровительной физической культуры для пациентов. **Владеет** Уверено, правильно и самостоятельно методикой обучения различным двигательным навыкам; методами оценки физического, функционального, состояния; технологией проведения оздоровительных мероприятий у пациентов различных возрастных групп, направленных на формирование элементов здорового образа жизни.	здоровья пациентов; составлять и подбирать индивидуальные программы оздоровительной физической культуры для пациентов, но совершает отдельные ошибки. **Владеет** Правильно и самостоятельно методикой обучения различным двигательным навыкам; методами оценки физического, функционального, состояния; технологией проведения оздоровительных мероприятий у пациентов различных возрастных групп, направленных на формирование элементов здорового образа жизни.	здоровья пациентов; составлять и подбирать индивидуальные программы оздоровительной физической культуры для пациентов. **Владеет** Самостоятельно методикой обучения различным двигательным навыкам; методами оценки физического, функционального, состояния; технологией проведения оздоровительных мероприятий у пациентов различных возрастных групп, направленных на формирование элементов здорового образа жизни, но совершает отдельные ошибки	составлять и подбирать индивидуальные программы оздоровительной физической культуры для пациентов. **Владеет** Не способен обучать различным двигательным навыкам; методами оценки физического, функционального, состояния; технологией проведения оздоровительных мероприятий у пациентов различных возрастных групп, направленных на формирование элементов здорового образа жизни.

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

2.2.3. Методические указания по организации и процедуре оценивания.

С помощью практико-ориентированных заданий оценивается освоение обучающимися практических умений и опыта (владений), включенных в Книгу учета практической подготовки. Обучающемуся необходимо продемонстрировать практические умениями (не менее двух) из указанной Книги в соответствии с уровнем его освоения, а также опыта (владения).

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

Выполнение практико-ориентированных заданий осуществляется в спортивном зале: наклон вперед из положения седа, прыжок в длину с места, сгибание туловища из положения лежа на спине, сгибание рук в упоре лежа, вис на согнутых руках осуществляются в спортивном зале. Перед выполнением заданий проводится разминка, что предупреждает возможный травматизм. Применяются контрольно-измерительные приборы: электронные секундомеры и при этом результаты тестирования оцениваются не менее чем двумя секундомерами, а также сантиметровая лента и линейка – 50 см. Используется следующее оборудование: гимнастические маты (тест сгибание туловища), перекладина (тест вис на согнутых руках). Результаты выполнения заданий заносятся в протокол в соответствующих единицах измерения и оцениваются исходя из сопоставления результатов с показателями сводной таблицы нормативных оценок.

*Сводная таблица нормативных показателей тестов для оценки уровня физической под*готовленности для студентов специальной медицинской группы «А» (мужчины)

Направленность и наименование теста	Диапазон баллов				
	100 - 86	85 - 76	75 - 56	55 - 36	35 - 0
Тест для оценки гибкости - наклон вперед из положения седа (см) **если нет противопоказаний**	+20 -+14	+13 - + 9	+8- +6	+5 -+2	+2 - 0
Тест для оценки скоростно-силовых способностей - прыжок в длину с места (см) **если нет противопоказаний**	250- 235	234 - 225	224 - 205	204 - 190	189 - 175
Тест для оценки силовых способностей - сгибание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту (кол-во раз) или - сгибание рук в упоре лежа (кол-во раз) **если нет противопоказаний**	60 – 51 60 – 45	50 – 41 44 – 35	40 – 31 34 – 25	30 – 21 24 – 15	20 – 11 14 – 0
Тест для оценки статической выносливости - вис на согнутых руках (мин/сек) **если нет противопоказаний**	1,30– 1,15	1,14–1,00	59 – 45	44 – 30	30 – 0

*Сводная таблица нормативных показателей тестов для оценки уровня физической под*готовленности для студентов специальной медицинской группы «А» (женщины)

Направленность и наименование теста	Диапазон баллов				
	100 - 86	85 - 76	75 - 56	55 - 36	35 - 0
Тест для оценки гибкости - наклон вперед из положения седа (см) **если нет противопоказаний**	+23 - +16	+15-+12	+11- + 8	+7 - +4	+ 4 - 0
Тест для оценки скоростно-силовых способностей - прыжок в длину с места (см) **если нет противопоказаний**	210 -190	189 - 175	174 - 155	154 - 145	144 -135
Тест для оценки силовых способностей - сгибание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту (кол-во раз) или - сгибание рук в упоре лежа (кол-во раз) **если нет противопоказаний**	55 – 47 25 – 20	46 – 37 19 – 14	36 – 27 13 – 8	26 – 17 7 – 4	16 – 0 3 – 0
Тест для оценки статической выносливости - вис на согнутых руках (сек) **если нет противопоказаний**	50 – 40	39 – 28	27 – 18	17 – 10	9 – 0

3. Критерии получения студентом зачета по дисциплине

Зачет является формой заключительной проверки усвоения обучающимися теоретического материала и практических умений, опыта (владений) по дисциплине. Условием допуска обучающегося к зачету является полное выполнение учебного плана данного модуля дисциплины.

Зачет осуществляется в два этапа:

I. Тестовый контроль знаний.

Результаты тестирования оценивается как «сдано», «не сдано».

II. Проверка практических умений, опыта (владений).
Результаты оцениваются как «выполнено», «не выполнено».
Зачет считается сданным при условии успешного выполнения обоих этапов.
Результаты сдачи зачета оцениваются отметками «зачтено», «не зачтено».

Авторы-составители ФОС: д.м.н., проф. О.В. Кулигин, д.м.н., доц. Н.Н. Нежкина.

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

Факультет стоматологический

Кафедра физической культуры

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебной работе д. м. н, проф.
_____ И.Е. Мишина
5 июня 2020 г.

Рабочая программа элективного курса «Физическая культура и спорт»

Уровень высшего образования: специалитет
Направление подготовки (специальность) 31.05.03 Стоматология
Квалификация выпускника – врач-стоматолог
Направленность (специализация): стоматология
форма обучения очная
Тип образовательной программы: программа специалитета
Срок освоения образовательной программы: 5 лет

Иваново, 2020

Федеральное государственное образовательное учреждение
высшего образования
«Ивановская государственная медицинская академия»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

Факультет стоматологический

Кафедра физической культуры

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебной работе д. м. н, проф.
_____ И.Е. Мишина
5 июня 2020 г.

Рабочая программа дисциплины
Прикладная физическая культура и спорт
на основе общей физической подготовки
для студентов специальной «А» медицинской группы

Уровень высшего образования: специалитет
Направление подготовки (специальность) 31.05.03 Стоматология
Квалификация выпускника – врач-стоматолог
Направленность (специализация): стоматология
форма обучения очная
Тип образовательной программы: программа специалитета
Срок освоения образовательной программы: 5 лет

Иваново, 2020

1. Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины является формирование у студентов – медиков мотивации к самооздоровлению, саморазвитию, самореализации, самообразованию, использованию творческого потенциала посредством качественного выполнения требований вузовской программы дисциплины на основе развития профессионально значимых двигательных качеств и их последующей реализации в собственной жизни и профессиональной деятельности средств и методов физической культуры в формировании здорового образа жизни, а также обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности в области охраны здоровья населения.

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 ОПОП.

Дисциплина «Прикладная физическая культура на основе общей физической подготовки для студентов специальной «А» медицинской группы» включена в вариативную часть блока 1 (дисциплины по выбору).

Рабочая программа дисциплины разработана на основе методических принципов развития двигательных качеств. Содержание программы предполагает формирование у обучающихся устойчивой потребности в проектировании, реализации и пропаганде здорового образа жизни, физическом и психологическом самосовершенствовании на основе осознанного использования основных средств физической культуры с учетом индивидуальных особенностей организма и состояния здоровья.

В основу программы положено развитие профессионально детерминированных двигательных способностей с учетом специфики будущей трудовой деятельности. Развитие общей выносливости достигается за счет использования различных циклических упражнений аэробного характера, а также различных видов аэробики. Развитие специальной выносливости обеспечивается специально разработанными комплексами статическо-силовой направленности. Развитие гибкости достигается за счет средств каллонетики и упражнений на растягивание. Развитие координации и точности движений реализуется посредством применения на занятиях элементов спортивных игр (волейбол, настольный теннис, дартс и др).

В процессе обучения студенты последовательно осваивают различные комплексы упражнений, направленные на оздоровление организма при наиболее часто встречающихся заболеваниях. В процессе динамической самодиагностики обучающиеся убеждаются в возможности позитивного изменения функционального состояния организма, что активизирует процесс самопознания и управления своей деятельностью на пути к улучшению здоровья, формирует осознанную потребность ведения здорового образа жизни, готовность к его пропаганде в дальнейшей профессиональной деятельности.

Дисциплина реализуется в порядке, установленном организацией.

В процессе изучения дисциплины на основе общей физической подготовки 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.

Освоение данной дисциплины необходимо как предшествующее для последующих дисциплин: нормальная физиология; медицина чрезвычайных ситуаций; безопасность жизнедеятельности; медицинская реабилитация.

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-13 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 роль 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. **Уметь** - разбираться в вопросах физической культуры, применяемой в целях профилактики и самооздоровления организма. - составлять и подбирать индивидуальные комплексы для развития двигательных качеств. **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 физического воспитания.	5 5 10 20
ПК-13	**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; - составлять и подбирать индивидуальные программы оздоровительной физической культуры для пациентов; **Владеть** - методикой обучения различным двигательным навыкам; - 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 6 зачетных единиц, 328 академических часа.

Курс	Семестр	Количество часов			Форма промежуточного контроля
		Всего в часах и ЗЕ	Часы контактной работы	Часы самостоятельной работы	
1,2,3	1-6	328	328	-	Зачет

5. Учебная программа дисциплины

5.1. Содержание дисциплины

Раздел 1. Профессионально-прикладная физическая культура

1. Профессионально-прикладная физическая культура на основе развития выносливости

2. Профессионально-прикладная физическая культура на основе развития гибкости

3. Профессионально-прикладная физическая культура на основе развития координационных способностей и точности движений

4. Профессионально-прикладная физическая культура на основе развития силовых способностей

Раздел 2. Врачебный контроль в физической культуре

5.2. Учебно-тематический план

Занятия проводятся с учетом состояния здоровья студентов, физического развития, функционального состояния организма и физической подготовленности студентов, отнесенных к специальной «А» медицинской группе.

Таблица 1

Особенности освоения дисциплины «Физическая культура» студентами разных медицинских групп			
Медицинская группа по физической культуре	Характеристика группы обучающихся	Программа занятий	Контрольно-измерительные материалы
Основная	- без отклонений в состоянии здоровья и физическом развитии, имеющих хорошее функциональное состояние и соответствующую возрасту физическую подготовленность - с незначительными (чаще функциональными) отклонениями здоровья, но не отстающие от сверстников в физическом развитии и физической подготовленности	- занятия в полном объеме по утвержденной в ГБОУ ВПО ИвГМА учебной программе физической культуры - занятия спортом с подготовкой и участием в спортивных соревнованиях	- тестовый контроль знаний, - оценка освоения практических умений, решение ситуационных задач; - сдача обязательных и промежуточных контрольных нормативов по физической подготовленности для студентов основной группы
Подготовительная	- с незначительными (функциональными) отклонениями в состоянии здоровья - с нарушениями в физическом развитии и низкой физической подготовленностью - входящие в группу риска по возникновению заболеваний - с хроническими заболеваниями в стадии стойкой клинико-лабораторной ремиссии не менее 3 – 5 лет	- занятия в полном объеме по утвержденной в ГБОУ ВПО ИвГМА учебной программе физической культуры при условии более постепенного освоения комплекса двигательных умений и навыков - участие в спортивно-массовых мероприятиях после дополнительного медицинского осмотра	- тестовый контроль знаний - оценка освоения практических умений, решение ситуационных задач; - сдача обязательных и промежуточных контрольных нормативов по физической подготовленности после дополнительного медицинского осмотра для студентов подготовительной группы
Специальная «А»	- с отчетливыми отклонениями состоянии здоровья постоянного (хронические заболевания, врожденные пороки развития в стадии компенсации) или временного характера, которые не мешают выполнению учебной работы, но требуют ограничения физической нагрузки	- занятия по утвержденной в ГБОУ ВПО ИвГМА учебной программе физической культуры при условии более постепенного освоения комплекса двигательных умений и навыков, со сниженной физической нагрузкой (малой и средней), с преимущественным выполнением общеразвивающих и корригирующих упражнений, без участия в соревновательных моментах занятия) или - занятия по специально разработанным и утвержденным в ГБОУ ВПО ИвГМА программам (психофизическая тренировка)	- тестовый контроль знаний - оценка освоения практических умений, решение ситуационных задач; - сдача обязательных и контрольных нормативов по физической подготовленности для студентов специальной медицинской группы
Специальная «Б»	- обучающиеся со значительными отклонениями в состоянии здоровья постоянного характера (хронические заболевания в стадии субкомпенсации, лица с ОВЗ и инвалиды) или временного характера, но без выраженного нарушения самочувствия, допущенные к обучению в образовательной организации	- посещение лекционного курса учебной программы по физической культуре - занятия лечебной физической культурой - занятия физической культурой в рамках программ реабилитации	- тестовый контроль знаний - оценка освоения практических умений, решение ситуационных задач; - реферат - улучшение функций организма, констатируемое в медицинских организациях

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

Наименование разделов дисциплины и тем	Часы контактной работы		Всего часов контактной работы	Самостоятельная работа студента	Итого часов	Формируемые компетенции		Используемые образовательные технологии	Инновационные технологии	Формы текущего и контроля успеваемости и итоговых занятий
	Лекции	Практические занятия				*ОК-6*	*ПК-13*			
Раздел 1. Профессионально-прикладная физическая культура	-	**310**	**310**	-	**310**					
1. Профессионально-прикладная физическая культура на основе развития выносливости	-	90	90	-	90	+	+	*СМФВ, К, КЗ*	РИ	*Пр,Т, С*
2. Профессионально-прикладная физическая культура на основе развития гибкости	-	80	80	-	80	+	+	*СМФВ, К, КЗ*	-	*Пр, Т, С*
3. Профессионально-прикладная физическая культура на основе развития координационных способностей и точности движений	-	90	90	-	90	+	+	*СМФВ, К, КЗ*	РИ	*Пр, Т, С*
4. Профессионально-прикладная физическая культура на основе развития силовых способностей	-	50	50	-	50	+	+	*СМФВ, К, КЗ*	-	*Пр, Т, С*
Раздел 2. Врачебный контроль в физической культуре	-	**18**	**18**	-	**18**	+	+	*КЗ, К*	РИ	*Пр, Т, С*
ИТОГО:	-	**328**	**328**	**-**	**328**			**% использования инновационных – 5 %**		

Список сокращений: ЛВ - лекция-визуализация, совокупность стандартных методов физического воспитания (круговой, игровой, соревновательный и др.) (СМФВ), ролевая учебная игра (РИ), К – контроль знаний, КЗ – консультирование преподавателем, Т – тестирование, Пр – оценка освоения практических навыков (контрольные нормативы), С – собеседование по вопросам.

6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Самостоятельная работа по программе в учебном плане не предусмотрена. Студенты, пропустившие более 50% занятий по болезни, выполняют самостоятельную работу в виде написания рефератов по пропущенным темам занятий.

7. Характеристика оценочных средств для текущего контроля и промежуточной аттестации.

1. Формы текущего контроля.

Текущий контроль успеваемости осуществляется при проведении всех видов учебных занятий и включает несколько контрольных мероприятий:

Входной контроль – проверка знаний и умений студентов, необходимых для успешного разбора темы занятий. 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 – выполнение контрольных практических заданий.

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

Вопросы для собеседования, тестовые задания, список практических умений представлены в УМКД кафедры

2. Формы промежуточного контроля по дисциплине (зачет).

Зачет является формой заключительной проверки усвоения обучающимися теоретического материала и практических умений по дисциплине. Условием допуска обучающегося к зачету является полное выполнение учебного плана данной дисциплины.

Зачет включает в себя два этапа.

I. Тестовый контроль знаний.

Количество вариантов – 10, по 20 вопросов в каждом.

Данный этап зачета считается выполненным при наличии не менее 56 % правильных ответов на тестовые задания. Результаты тестирования оценивается как «сдано», «не сдано».

II. Проверка практических умений.

На этом этапе оценивается освоение обучающимися практических умений, включенных в Книгу учета практической подготовки. Обучающемуся необходимо показать владение не менее чем двумя практическими умениями из указанной Книги в соответствии с уровнем его освоения. Результаты оценивается как «выполнено», «не выполнено».

Зачет считается сданным при условии успешного выполнения обоих этапов.

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

Система оценок обучающихся (для устного опроса)

Характеристика ответа	Баллы ИвГМА	Оценка
Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном ориентировании понятиями, умении выделить 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, развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний об объекте, доказательно раскрыты основные положения темы; в ответе прослеживается четкая 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 недочеты в определении понятий, исправленные студентом самостоятельно в процессе ответа.	95-91	5
Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, доказательно раскрыты основные положения темы; в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Ответ изложен литературным языком в терминах науки. В ответе допущены недочеты, исправленные студентом с помощью преподавателя.	90-86	5-
Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Ответ четко структурирован, логичен, изложен литературным языком в терминах науки. Могут быть допущены недочеты или незначительные ошибки, исправленные студентом с помощью преподавателя.	85-81	4+
Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Ответ четко структурирован, логичен, изложен в терминах науки. Однако допущены незначительные ошибки или недочеты, исправленные студентом с помощью "наводящих" вопросов преподавателя.	80-76	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 ошибки в определении основных понятий, которые студент затрудняется исправить самостоятельно.	75-71	4-
Дан недостаточно полный и недостаточно развернутый ответ. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Допущены ошибки к раскрытии понятой, употреблении терминов. Студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи. Студент может конкретизировать обобщенные 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 обобщенных 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. Присутствуют 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 журнал не ставится

Сводная таблица нормативных показателей тестов для оценки уровня физической подготовленности для студентов специальной медицинской группы «А» (мужчины)

Направленность и наименование теста	Диапазон баллов				
	100 - 86	85 - 76	75 - 56	55 - 36	35 - 0
Тест для оценки гибкости - наклон вперед из положения седа (см) **если нет противопоказаний**	+20 -+14	+13 - + 9	+8- +6	+5 -+2	+2 - 0
Тест для оценки скоростно-силовых способностей - прыжок в длину с места (см) **если нет противопоказаний**	250- 235	234 - 225	224 - 205	204 - 190	189 - 175
Тест для оценки силовых способностей - сгибание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту (кол-во раз) или - сгибание рук в упоре лежа (кол-во раз) **если нет противопоказаний**	60 – 51 60 – 45	50 – 41 44 – 35	40 – 31 34 – 25	30 – 21 24 – 15	20 – 11 14 – 0
Тест для оценки статической выносливости - вис на согнутых руках (мин/сек) **если нет противопоказаний**	1,30 – 1,15	1,14 – 1,00	59 – 45	44 – 30	30 – 0

Сводная таблица нормативных показателей тестов для оценки уровня физической подготовленности для студентов специальной медицинской группы «А» (женщины)

Направленность и наименование теста	Диапазон баллов				
	100 - 86	85 - 76	75 - 56	55 - 36	35 - 0
Тест для оценки гибкости - наклон вперед из положения седа (см) **если нет противопоказаний**	+23 - +16	+15 - +12	+11 - + 8	+7 - +4	+ 4 - 0

Тест для оценки скоростно-силовых способностей - прыжок в длину с места (см) **если нет противопоказаний**	210 -190	189 - 175	174 - 155	154 - 145	144 -135
Тест для оценки силовых способностей - сгибание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту (кол-во раз) или - сгибание рук в упоре лежа (кол-во раз) **если нет противопоказаний**	55 – 47 25 – 20	46 – 37 19 – 14	36 – 27 13 – 8	26 – 17 7 – 4	16 – 0 3 – 0
Тест для оценки статической выносливости - вис на согнутых руках (сек) **если нет противопоказаний**	50 – 40	39 – 28	27 – 18	17 – 10	9 – 0

* *Тесты проводятся в начале (как исходные) и* ***в конце*** *(как контрольные) каждого учебного года для определения динамики развития физической подготовленности за прошедший учебный год.*

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

а). Основная литература:

1. Физическая культура и здоровье [Текст] : учебник для медицинских и фармацевтических вузов : [гриф] МО РФ / В. В. Пономарева [и др.] ; под ред. В. В. Пономарёвой. - М. : ФГОУ "ВУНМЦ Росздрава", 2006.

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

3. 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.

б). Дополнительная литература:

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

2. Психофизическая тренировка [Текст] : учебно-методическое пособие для студентов специальной медицинской группы в учреждениях высшего профессионального образования / Н. Н. Нежкина [и др.] ; рец. И. Е. Бобошко. - Иваново : [б. и.], 2015.

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

4. 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.

ЭБС:

1. Епифанов В.А. Лечебная физкультура и спортивная медицина: учебник для вузов. – М., 2007.

2. Легкая атлетика [Электронный ресурс] : методические разработки (для студентов 1-3 курсов специальности 060101 "Лечебное дело") / сост. С. В. Бурова [и др.] ; науч. ред. О. В. Кулигин. - М. : [б. и.], 2014.

3. Общеразвивающие упражнения с системе занятий физической культуры [Электронный ресурс] : методические разработки (для студентов 1-3 курсов специальности 060101 "Лечебное дело") / сост. И. С. Миронов [и др.] ; ред. О. В. Кулигин. - Иваново : [б. и.], 2014.

4. Оздоровительная аэробика [Электронный ресурс] : 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.], 2014.

5. Основы единоборств (на примере борьбы самбо) [Электронный ресурс] : методические разработки (для студентов 1-3 курсов специальности 060101 "Лечебное дело") / сост. А. О. Жалилов [и др.] ; науч. ред. О. В. Кулигин. - Иваново : [б. и.], 2014.

6. Развитие точности движений в профессионально-прикладной физической подготовке студентов-стоматологов [Электронный ресурс] : методические рекомендации для студентов 1-3 курса специальности 060201 «Стоматология» / М-во здравоохранения России, ГБОУ ВПО Иван. гос. мед. акад., Каф. физ. культуры ; сост. И. С. Миронов ; науч. ред. О. В. Кулигин ; рец. Н. Н. Нежкина. - Иваново : [б. и.], 2015.

9. Перечень ресурсов.

I. Лицензионное программное обеспечение

1. Операционная система Windows,
2. Операционная система “Альт Образование” 8
3. MicrosoftOffice,
4. LibreOffice в составе ОС “Альт Образование” 8
5. STATISTICA 6 Ru,
6. 1С: Университет ПРОФ,,
7. Многофункциональная система «Информио»,
8. Антиплагиат.Эксперт

II. Профессиональные базы данных, информационные справочные системы.

	Название ресурса	Адрес ресурса
	Электронные ресурсы в локальной сети библиотеки	
1	Электронная библиотека ИвГМА Электронный каталог	Акт ввода в эксплуатацию 26.11.2012. http://libisma.ru на платформе АБИС ИРБИС Договор № су-6/10-06-08/265 от 10.06.2008.
2	БД «MedArt»	Проблемно-ориентированная реферативная база данных, содержащая аналитическую роспись медицинских журналов центральной и региональной печати
3	СПС Консультант Плюс	Справочно-правовая система, содержащая информационные ресурсы в области законодательства
	Зарубежные ресурсы	
4	БД «WebofScience»	http://apps.webofknowledge.com Ведущая международная реферативная база данных научных публикаций.
5	БД научного цитирования Scopus	www.scopus.com Крупнейшая единая база аннотаций и цитируемости рецензируемой научной литературы со встроенными инструментами мониторинга, анализа и визуализации научно-исследовательских данных.
	Ресурсы открытого доступа	
6	Федеральная электронная медицинская библиотека (ФЭМБ)	www.feml.scsml.rssi.ru Входит в состав единой государственной информационной системы в сфере здравоохранения в качестве справочной системы.
7	Центральная Научная Медицинская Библиотека (ЦНМБ)	http://www.scsml.rssi.ru Является головной отраслевой медицинской библиотекой, предназначенная для обслуживания научных и практических работников здравоохранения.
8	Polpred.com	http://polpred.com

	Med.polpred.com	Самый крупный в рунете сайт новостей и аналитики СМИ по медицине.
9	Научная электронная библиотека elibrary.ru	http://elibrary.ru Крупнейший российский информационный портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 18 млн научных статей и публикаций.
10	Научная электронная библиотека «КИБЕРЛЕНИНКА»	http://cyberleninka.ru Научные статьи, публикуемые в журналах России и ближнего зарубежья.
11	Национальная электронная библиотека НЭБ	http://нэб.рф Объединяет фонды публичных библиотек России федерального, регионального, муниципального уровней, библиотек научных и образовательных учреждений, а также правообладателей.
12	Российская Государственная Библиотека (РГБ)	http://www.rsl.ru Главная федеральная библиотека страны. Открыт полнотекстовый доступ (чтение и скачивание) к части документов, в частности, книгам и авторефератам диссертаций по медицине.
13	ConsiliumMedicum	http://con-med.ru Электронные версии ряда ведущих медицинских периодических изданий России, видеозаписи лекций и докладов конференций, информацию о фармацевтических фирмах и лекарственных препаратах.
	Зарубежные ресурсы открытого доступа	
14	MEDLINE	www.pubmed.gov База медицинской информации, включающая рефераты статей из медицинских периодических изданий со всего мира начиная с 1949 года
15	BioMedCentral (BMC)	www.biomedcentral.com Свободный доступ к полным текстам статей более чем из 190 журналов по медицине, генетике, биологии и смежным отраслям
	Информационные порталы	
16	Министерство здравоохранения Российской Федерации	https://www.rosminzdrav.ru
17	Министерство образования Российской Федерации	http://минобрнауки.рф
18	Федеральный портал «Российское образование»	http://www.edu.ru Ежедневно публикуются самые актуальные новости, анонсы событий, информационные материалы для широкого круга читателей: учащихся и их родителей, абитуриентов, студентов и преподавателей. Размещаются эксклюзивные материалы, интервью с ведущими специалистами – педагогами, психологами, учеными, репортажи и аналитические статьи.
19	Единое окно доступа	http://window.edu.ru
20	Федеральный центр информационно-	http://fcior.edu.ru Распространение электронных образовательных ресурсов и

	образовательных ресурсов	сервисов для всех уровней и ступеней образования. Обеспечивает каталогизацию электронных образовательных ресурсов различного типа за счет использования единой информационной модели метаданных, основанной на стандарте LOM.
	Зарубежные информационные порталы	
21	Всемирная организация здравоохранения	http://www.who.int/en Информация о современной картине здравоохранения в мире, актуальных международных проектах, данные Глобальной обсерватории здравоохранения, клинические руководства. Сайт адресован в первую очередь практическим врачам. Прямая ссылка на страницу с публикациями: http://www.who.int/publications/ru

10. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Занятия по дисциплине «Прикладная физическая культура на основе общей физической подготовки для студентов специальной «А» медицинской группы» проходят на базе ОБУЗ "Ивановский областной клинический центр медицинской реабилитации", который расположен по адресу ул. 3-я Сосневская, д.137 и 14-й Проезд, 12.

Для обеспечения учебного процесса имеется зал (54,4 м^2), гимнастический зал (129,2м^2), учебная аудитория (34,5м^2). Учебные помещения укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации. В учебном процессе используется компьютерные классы ИвГМА.

Для обеспечения учебного процесса имеются:

№ п/п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1	Лекционные аудитории академии:	
	№109	Кресла, экран, компьютер Acer Aspire 5552, проектор ViewSonic PJD5483s
	№114	Парты, стулья, доска, экран, компьютер Acer Extensa 4130, проектор ViewSonic PJD6352LS
2	Учебные аудитории (1)	Столы, стулья, доска. Учебное оборудование: переносная техника (ноутбук Ben Qgoybook, рекордер-DVD LG HDR-878), весы медицинские электронные ВЭМ-150 "Масса-К".
	Зал	Мягкое покрытие, зеркальная стенка, музыкальный центр LG, эллиптические тренажеры, беговые дорожки электрические, велотренажеры, вибромассажер с вибрирующей платформой – малый, велоэргометры, силовой тренажер total-trainer.
	Гимнастический зал	Теннисный стол
3.	Помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного	Столы, стулья, шкафы для хранения.

	оборудования	
4.	Помещения для самостоятельной работы:	Столы, стулья. Компьютерная техника с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду академии.
	- кабинет №44 (СНО)	Компьютеры DEPO в комплекте
	- читальный зал библиотеки ИвГМА	Компьютеры P4-3.06 в комплекте, принтер Samsung ML-1520P
	- компьютерный класс центра информатизации	Ноутбуки lenovo в комплекте

*Специальные помещения - учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа (лекционные аудитории), занятий семинарского типа (практические занятия, лабораторные занятия) (учебные аудитории), групповых и индивидуальных консультаций (учебные аудитории), текущего контроля и промежуточной аттестации (учебные аудитории).

11. Протоколы согласования рабочей программы дисциплины с другими кафедрами.

Разделы дисциплины и междисциплинарные связи с предшествующими дисциплинами.

В процессе изучения дисциплины 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	2
1.	Нормальная физиология	+	+
2.	Медицина чрезвычайных ситуаций	+	+
3.	Безопасность жизнедеятельности	+	+
4.	Медицинская реабилитация	+	+

Рабочая программа разработана: доктор медицинских наук, профессор Кулигин О.В., доктор медицинских наук, доцент Нежкина Н.Н., кандидат педагогических наук, доцент Антонов А.А., преподаватель Миронов И.С.

Рабочая программа утверждена протоколом заседания кафедры.

Рабочая программа утверждена протоколом центрального координационно-методического совета от 5.06.2020 г. (протокол № 4)

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

Кафедра физической культуры

Приложение 1
к рабочей программе дисциплины

Фонд оценочных средств
для проведения промежуточной аттестации по дисциплине

Прикладная физическая культура
на основе общей физической подготовки
для студентов специальной «А» медицинской группы

Уровень высшего образования:	специалитет
Квалификация выпускника:	врач-стоматолог
Направление подготовки:	31.05.03 «Стоматология»
Тип образовательной программы:	Программа специалитета
Форма обучения:	*очная*
Срок освоения образовательной программы:	*5 лет*

2020 г.

Паспорт ФОС по дисциплине

1.1. Компетенции, формированию которых способствует дисциплина

Код	Наименование компетенции	Этапы формирования
ОК-6	способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	1-6 семестр
ПК-13	готовность к просветительской деятельности по устранению факторов риска и формированию навыков здорового образа жизни.	1-6 семестр

1.2. Программа оценивания результатов обучения по дисциплине

№ п.	Коды компетенций	Контролируемые результаты обучения	Виды контрольных заданий (оценочных средств)	Контрольное мероприятие (аттестационное испытание), время и способы его проведения
1.	ОК-6	**Знать** **-** социальную значимость физической культуры и ее роль 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. **Уметь** - разбираться в вопросах физической культуры, применяемой в целях профилактики и самооздоровления организма. - составлять и подбирать индивидуальные комплексы для развития двигательных качеств **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;	Комплекты: 1) тестовых заданий 2) практико-ориентированных заданий	Зачет, 6 семестр

		- методами самооздоровления и саморазвития организма средствами физического воспитания.		
	ПК-13	**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		

2. Оценочные средства
2.1. Оценочное средство: тестовые задания.
2.1.1. Содержание

Тестовый контроль состоит из 200 заданий, из которых: 100 на компетенцию ОК-6, 100 на компетенцию ПК-16. Все задания с выбором одного или нескольких правильных ответов

Инструкция: выберите один или несколько правильных ответов
Примеры:

1. СКОРОСТНЫЕ СПОСОБНОСТИ – ЭТО КОМПЛЕКС ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ СВОЙСТВ ЧЕЛОВЕКА, ОБЕСПЕЧИВАЮЩИХ ВЫПОЛНЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ:
А) В максимальный для данных условий отрезок времени
Б) С максимальной амплитудой в данный отрезок времени
В) В минимальный для данных условий отрезок времени
Г) С максимальной частотой
Правильный ответ: В.

2. ВЫНОСЛИВОСТЬ ПО ОТНОШЕНИЮ К ОПРЕДЕЛЕННОЙ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ИМЕЕТ НАЗВАНИЕ:
А) Общая выносливость
Б) Аэробная выносливость
В) Анаэробная выносливость
Г) Специальная выносливость
Правильный ответ: Г.
3. ФИЗИЧЕСКОЕ КАЧЕСТВО, ОПРЕДЕЛЯЮЩЕЕ СПОСОБНОСТЬ ВЫПОЛНЯТЬ ДВИЖЕНИЯ С БОЛЬШОЙ АМПЛИТУДОЙ, НАЗЫВАЕТСЯ:
А) Ловкость
Б) Гибкость
В) Размашистость
Г) Координация
Правильный ответ: Б.

2.1.2. Критерии и шкала оценки

0-55% правильных ответов	менее 56 баллов	«неудовлетворительно»
56-70% правильных ответов	56-70 баллов	«удовлетворительно»
71-85 % правильных ответов	71-55 баллов	«хорошо»
86-100% правильных ответов	86-100 баллов	«отлично»

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

2.1.3. Методические указания по организации и процедуре оценивания:
Тестирование проводится на заключительном занятии. Имеется 10 вариантов тестов по 20 вопросов. Общее количество вопросов – 200. Продолжительность тестирования – 30 минут. На каждый вопрос необходимо дать один или несколько правильных ответов.

Результаты тестирования оцениваются как «сдано», «не сдано». «Сдано» выставляется студенту при наличии не менее 56 % правильных ответов на тестовые задания.
В случае получения неудовлетворительной оценки студент должен пересдать тест на положительную оценку.

2.2. Оценочное средство: практико-ориентированные задания.
2.2.1 Содержание

Студенты **специальной медицинской группы «А»** выполняют практико-ориентированные задания для оценки уровня физической подготовленности:

- тест для оценки гибкости - наклон вперед из положения седа (см);
- тест для оценки скоростно-силовых способностей - прыжок в длину с места (см)
- тест для оценки силовых способностей - сгибание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту (кол-во раз) или - сгибание рук в упоре лежа (кол-во раз)
- тест для оценки статической выносливости - вис на согнутых руках (мин/сек)

2.2.2. Критерии и шкала оценки

Компе-тенция	**Высокий уровень (100-86 баллов)**	**Средний уровень (71-85 баллов)**	**Низкий уровень (56-70)**	**менее 56 баллов**

ОК-6	**Умеет** Самостоятельно и без ошибок разбираться в вопросах физической культуры, применяемой в целях профилактики и самооздоровления организма; составлять и подбирать индивидуальные комплексы оздоровительной и лечебной физической культуры. **Владеет** Уверено, правильно и самостоятельно 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.	**Умеет** Самостоятельно разбираться в вопросах физической культуры, применяемой в целях профилактики и самооздоровления организма; составлять и подбирать индивидуальные комплексы оздоровительной и лечебной физической культуры, но совершает отдельные ошибки **Владеет** Правильно и самостоятельно 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.	**Умеет** Под руководством преподавателя разбираться в вопросах физической культуры, применяемой в целях профилактики и самооздоровления организма; составлять и подбирать индивидуальные комплексы оздоровительной и лечебной физической культуры. **Владеет** Самостоятельно 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, но совершает отдельные ошибки	**Умеет** Не может разбираться в вопросах физической культуры, применяемой в целях профилактики и самооздоровления организма; составлять и подбирать индивидуальные комплексы оздоровительной и лечебной физической культуры. **Владеет** Не способен к умениям и навыкам, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, повышения двигательных и функциональных возможностей организма для обеспечения последующей полноценной социальной и профессиональной деятельности; не способен к применению методов самооздоровления и саморазвития организма средствами физической культуры.
ПК-13	**Умеет**	**Умеет**	**Умеет**	**Умеет**

	Самостоятельно и без ошибок 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. **Владеет** Уверено, правильно и самостоятельно 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.	Самостоятельно 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, но совершает отдель-ные ошибки. **Владеет** Правильно и самостоятельно 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.	Под руководством преподавателя 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. **Владеет** Самостоятельно 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, но совершает отдельные ошибки.	Не может 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. **Владеет** Не способен использовать методику обучения различным двигательным навыкам в сочетании с профессионально-прикладной физической подготовкой; методы оценки физического, функционального, состояния; технологию проведения оздоровительных мероприятий у пациентов различных возрастных групп, направленных на формирование элементов здорового образа жизни.

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

2.2.3. Методические указания по организации и процедуре оценивания.

С помощью практико-ориентированных заданий оценивается освоение обучающимися практических умений и опыта (владений), включенных в Книгу учета практической подготовки. Обучающемуся необходимо продемонстрировать практические умениями (не менее двух) из указанной Книги в соответствии с уровнем его освоения, а также опыта (владения).

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

Выполнение практико-ориентированных заданий осуществляется в спортивном зале: наклон вперед из положения седа, прыжок в длину с места, сгибание туловища из положения лежа на спине, сгибание рук в упоре лежа, вис на согнутых руках осуществляются в спортивном зале. Перед выполнением заданий проводится разминка, что предупреждает возможный травматизм. Применяются контрольно-измерительные приборы: электронные секундомеры и при этом результаты тестирования оцениваются не менее чем двумя секундомерами, а также сантиметровая лента и линейка – 50 см. Используется следующее оборудование: гимнастические маты (тест сгибание туловища), перекладина (тест вис на согнутых руках). Результаты выполнения заданий заносятся в протокол в соответствующих единицах измерения и оцениваются исходя из сопоставления результатов с показателями сводной таблицы нормативных оценок.

Сводная таблица нормативных показателей тестов для оценки уровня физической подготовленности для студентов специальной медицинской группы «А» (мужчины)

Направленность и наименование теста	Диапазон баллов				
	100 - 86	85 - 76	75 - 56	55 - 36	35 - 0
Тест для оценки гибкости - наклон вперед из положения седа (см) **если нет противопоказаний**	+20 -+14	+13 - + 9	+8- +6	+5 -+2	+2 - 0
Тест для оценки скоростно-силовых способностей - прыжок в длину с места (см) **если нет противопоказаний**	250-235	234-225	224-205	204-190	189 - 175
Тест для оценки силовых способностей - сгибание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту (кол-во раз) или - сгибание рук в упоре лежа (кол-во раз) **если нет противопоказаний**	60 – 51 60 – 45	50 – 41 44 – 35	40 – 31 34 – 25	30 – 21 24 – 15	20 – 11 14 – 0
Тест для оценки статической выносливости - вис на согнутых руках (мин/сек) **если нет противопоказаний**	1,30–1,15	1,14–1,00	59 – 45	44 – 30	30 – 0

Сводная таблица нормативных показателей тестов для оценки уровня физической подготовленности для студентов специальной медицинской группы «А» (женщины)

Направленность и наименование теста	Диапазон баллов				
	100 - 86	85 - 76	75 - 56	55 - 36	35 - 0
Тест для оценки гибкости - наклон вперед из положения седа (см) **если нет противопоказаний**	+23 - +16	+15-+12	+11- + 8	+7 - +4	+ 4 - 0
Тест для оценки скоростно-силовых способностей	210 -190	189 - 175	174 - 155	154 - 145	144 -135

- прыжок в длину с места (см) **если нет противопоказаний**					
Тест для оценки силовых способностей - сгибание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту (кол-во раз) или - сгибание рук в упоре лежа (кол-во раз) **если нет противопоказаний**	55 – 47 25 – 20	46 – 37 19 – 14	36 – 27 13 – 8	26 – 17 7 – 4	16 – 0 3 – 0
Тест для оценки статической выносливости - вис на согнутых руках (сек) **если нет противопоказаний**	50 – 40	39 – 28	27 – 18	17 – 10	9 – 0

3. Критерии получения студентом зачета по дисциплине

Зачет является формой заключительной проверки усвоения обучающимися теоретического материала и практических умений, опыта (владений) по дисциплине. Условием допуска обучающегося к зачету является полное выполнение учебного плана данного модуля дисциплины.

Зачет осуществляется в два этапа:

I. Тестовый контроль знаний.

Результаты тестирования оценивается как «сдано», «не сдано».

II. Проверка практических умений, опыта (владений).

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

Зачет считается сданным при условии успешного выполнения обоих этапов.

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

Авторы-составители ФОС: д.м.н., проф. О.В. Кулигин, д.м.н., доц. Н.Н. Нежкина, к.п.н., доц. А.А.Антонов, И.С.Миронов

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

Факультет стоматологический

Кафедра физической культуры

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебной работе д. м. н, проф.
_____ И.Е. Мишина
5 июня 2020 г.

Рабочая программа элективного курса «Физическая культура и спорт»

Уровень высшего образования: специалитет
Направление подготовки (специальность) 31.05.03 Стоматология
Квалификация выпускника – врач-стоматолог
Направленность (специализация): стоматология
форма обучения очная
Тип образовательной программы: программа специалитета
Срок освоения образовательной программы: 5 лет

Иваново, 2020

Федеральное государственное образовательное учреждение
высшего образования
«Ивановская государственная медицинская академия»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

Факультет стоматологический

Кафедра физической культуры

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебной работе д. м. н, проф.
_____ И.Е. Мишина
5 июня 2020 г.

Рабочая программа дисциплины
Прикладная физическая культура и спорт на основе развития двигательных качеств (основная и подготовительная медицинские группы)

Уровень высшего образования: специалитет
Направление подготовки (специальность) 31.05.03 Стоматология
Квалификация выпускника – врач-стоматолог
Направленность (специализация): стоматология
форма обучения очная
Тип образовательной программы: программа специалитета
Срок освоения образовательной программы: 5 лет

Иваново, 2020

1. Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины является формирование у студентов – медиков мотивации к саморазвитию, самореализации, самообразованию, развитию профессионально значимых двигательных качеств посредством качественного выполнения требований вузовской программы дисциплины 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 в области охраны населения.

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 ОПОП.

Дисциплина «Прикладная физическая культура на основе развития двигательных качеств (основная и подготовительная медицинские группы) » включена в вариативную часть блока 1 (дисциплины по выбору).

Программа дисциплины на основе развития двигательных качеств разработана для студентов основной и подготовительной медицинских групп и реализуется в порядке, установленном организацией.

В процессе изучения дисциплины 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 дисциплин: нормальная физиология; медицина чрезвычайных ситуаций, безопасность жизнедеятельности; медицинская реабилитация.

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-13 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-13	**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,	5 5 15 20

	состояния; - технологией проведения оздоровительных мероприятий у пациентов различных возрастных групп, направленных на формирование элементов здорового образа жизни	10

4. Общая трудоемкость дисциплины составляет 6 зачетных единиц, 328 академических часа.

Курс	Семестр	Количество часов			Форма промежуточного контроля
		Всего в часах и ЗЕ	Часы контактной работы	Часы самостоятельной работы	
1,2,3	1-6	328	328	-	Зачет

5. Учебная программа дисциплины

5.1. Содержание дисциплины

Раздел 1. Профессионально-прикладная физическая культура

1. Профессионально-прикладная физическая культура на основе развития выносливости

2. Профессионально-прикладная физическая культура на основе развития гибкости

3. Профессионально-прикладная физическая культура на основе развития координационных способностей и точности движений

4. Профессионально-прикладная физическая культура на основе развития силовых способностей

Раздел 2. Врачебный контроль в физической культуре

5.2. Учебно-тематический план

Занятия проводятся с учетом состояния здоровья студентов, физического развития, функционального состояния организма и физической подготовленности студентов. Данная программа реализуется для студентов основной и подготовительной медицинских групп. Для студентов, отнесенных по состоянию здоровья к подготовительной медицинской группе, используются методические подходы, обеспечивающие более плавное достижение образовательных задач программы с целью последующего перехода студента в основную медицинскую группу.

Распределение студентов на медицинские группы для занятий физической культурой происходит в начале учебного года (таблица 1).

Таблица 1

Особенности освоения дисциплины «Физическая культура» студентами разных медицинских групп			
Медицинская группа по физической культуре	Характеристика группы обучающихся	Программа занятий	Контрольно-измерительные материалы
Основная	- без отклонений в состоянии здоровья и физическом развитии, имеющих хорошее функциональное состояние и соответствующую возрасту физическую подготовленность - с незначительными (чаще функциональными) отклонениями здоровья, но не отстающие от сверстников в физическом развитии и физической подготовленности	- занятия в полном объеме по утвержденной в ГБОУ ВПО ИвГМА учебной программе физической культуры - занятия спортом с подготовкой и участием в спортивных соревнованиях	- тестовый контроль знаний, - оценка освоения практических умений, решение ситуационных задач; - сдача обязательных и промежуточных контрольных нормативов по физической подготовленности для студентов основной группы
Подготовительная	- с незначительными (функциональными) отклонениями в состоянии здоровья - с нарушениями в физическом развитии и низкой физической подготовленностью - входящие в группу риска по возникновению заболеваний - с хроническими заболеваниями в стадии стойкой клинико-лабораторной ремиссии не менее 3 – 5 лет	- занятия в полном объеме по утвержденной в ГБОУ ВПО ИвГМА учебной программе физической культуры при условии более постепенного освоения комплекса двигательных умений и навыков - участие в спортивно-массовых мероприятиях после дополнительного медицинского осмотра	- тестовый контроль знаний - оценка освоения практических умений, решение ситуационных задач; - сдача обязательных и промежуточных контрольных нормативов по физической подготовленности после дополнительного медицинского осмотра для студентов подготовительной группы
Специальная «А»	- с отчетливыми отклонениями состоянии здоровья постоянного (хронические заболевания, врожденные пороки развития в стадии компенсации) или временного характера, которые не мешают выполнению учебной работы, но требуют ограничения физической нагрузки	- занятия по утвержденной в ГБОУ ВПО ИвГМА учебной программе физической культуры при условии более постепенного освоения комплекса двигательных умений и навыков, со сниженной физической нагрузкой (малой и средней), с преимущественным выполнением общеразвивающих и корригирующих упражнений, без участия в соревновательных моментах занятия) или - занятия по специально разработанным и утвержденным в ГБОУ ВПО ИвГМА программам (психофизическая тренировка)	- тестовый контроль знаний - оценка освоения практических умений, решение ситуационных задач; - сдача обязательных и контрольных нормативов по физической подготовленности для студентов специальной медицинской группы
Специальная «Б»	- обучающиеся со значительными отклонениями в состоянии здоровья постоянного характера (хронические заболевания в стадии субкомпенсации, лица с ОВЗ и инвалиды) или временного характера, но без выраженного нарушения самочувствия, допущенные к обучению в образовательной организации	- посещение лекционного курса учебной программы по физической культуре - занятия лечебной физической культурой - занятия физической культурой в рамках программ реабилитации	- тестовый контроль знаний - оценка освоения практических умений, решение ситуационных задач; - реферат - улучшение функций организма, констатируемое в медицинских организациях

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

Наименование разделов дисциплины и тем	Часы контактной работы		Всего часов контактной работы	Самостоятельная работа студента	Итого часов	Формируемые компетенции		Используемые образовательные технологии	Инновационные технологии	Формы текущего контроля успеваемости и итоговых занятий
	Лекции	Практические занятия				*ОК-6*	*ПК-13*			
Раздел 1. Профессионально-прикладная физическая культура		**310**	**310**		**310**					
1. Профессионально-прикладная физическая культура на основе развития выносливости	-	90	90	-	90	+	+	*СМФВ, К, КЗ*	РИ	*Пр, Т, С*
2. Профессионально-прикладная физическая культура на основе развития гибкости	-	80	80	-	80	+	+	*СМФВ, К, КЗ*	-	*Пр, Т, С*
3. Профессионально-прикладная физическая культура на основе развития координационных способностей и точности движений	-	90	90	-	90	+	+	*СМФВ, К, КЗ*	РИ	*Пр, Т, С*
4. Профессионально-прикладная физическая культура на основе развития силовых способностей	-	50	50	-	50	+	+	*СМФВ, К, КЗ*	-	*Пр, Т, С*
2. Врачебный контроль в физической культуре	-	**18**	**18**	-	**18**	+	+	*КЗ, К*	РИ	*Пр, Т, С*
ИТОГО:	**-**	**328**	**328**	**-**	**328**			**% использования инновационных – 5 %**		

Список сокращений: ЛВ - лекция-визуализация, совокупность стандартных методов физического воспитания (круговой, игровой, соревновательный и др.) (СМФВ), ролевая учебная игра (РИ), К – контроль знаний, КЗ – консультирование преподавателем, Т – тестирование, Пр – оценка освоения практических навыков (контрольные нормативы), Р (Д)– написание и защита реферата, доклада, С – собеседование по вопросам.

6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Самостоятельная работа по программе в учебном плане не предусмотрена. Студенты, пропустившие более 50% занятий по болезни, выполняют самостоятельную работу в виде написания рефератов по пропущенным темам занятий.

7. Характеристика оценочных средств для текущего контроля и промежуточной аттестации.

1. Формы текущего контроля.

Текущий контроль успеваемости осуществляется при проведении всех видов учебных занятий и включает несколько контрольных мероприятий:

Входной контроль – проверка знаний и умений студентов, необходимых для успешного разбора темы занятий. 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 – выполнение контрольных практических заданий.

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

Вопросы для собеседования, тестовые задания, список практических умений представлены в УМКД кафедры.

2. Формы промежуточного контроля по дисциплине (зачет).

Зачет является формой заключительной проверки усвоения обучающимися теоретического материала и практических умений по дисциплине. Условием допуска обучающегося к зачету является полное выполнение учебного плана данной дисциплины.

Зачет включает в себя два этапа.

I. Тестовый контроль знаний.

Количество вариантов – 10, по 20 вопросов в каждом.

Данный этап зачета считается выполненным при наличии не менее 56 % правильных ответов на тестовые задания. Результаты тестирования оценивается как «сдано», «не сдано».

II. Проверка практических умений.

На этом этапе оценивается освоение обучающимися практических умений, включенных в Книгу учета практической подготовки. Обучающемуся необходимо показать владение не менее чем двумя практическими умениями из указанной Книги в соответствии с уровнем его освоения. Результаты оценивается как «выполнено», «не выполнено».

Зачет считается сданным при условии успешного выполнения обоих этапов.

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

Система оценок обучающихся (для устного опроса)

Характеристика ответа	Баллы ИвГМА	Оценка
Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном ориентировании понятиями, умении выделить 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, развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний об объекте, доказательно раскрыты основные положения темы; в ответе прослеживается четкая 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 недочеты в определении понятий, исправленные студентом самостоятельно в процессе ответа.	95-91	5
Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, доказательно раскрыты основные положения темы; в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Ответ изложен литературным языком в терминах науки. В ответе допущены недочеты, исправленные студентом с помощью преподавателя.	90-86	5-
Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Ответ четко структурирован, логичен, изложен литературным языком в терминах науки. Могут быть допущены недочеты или незначительные ошибки, исправленные студентом с помощью преподавателя.	85-81	4+
Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Ответ четко структурирован, логичен, изложен в терминах науки. Однако допущены незначительные ошибки или недочеты, исправленные студентом с помощью "наводящих" вопросов преподавателя.	80-76	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 ошибки в определении основных понятий, которые студент затрудняется исправить самостоятельно.	75-71	4-
Дан недостаточно полный и недостаточно развернутый ответ. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Допущены ошибки к раскрытии понятой, употреблении терминов. Студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи. Студент может конкретизировать обобщенные 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 обобщенных 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. Присутствуют 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 журнал не ставится

Сводная таблица нормативных показателей тестов для оценки уровня физической подготовленности студентов основной и подготовительной медицинских групп.

Характеристика направленности тестов	женщины					мужчины				
	оценка в баллах									
	100-86	**85-71**	**70-56**	**55-46**	**45-0**	**100-86**	**85-71**	**70-56**	**55-46**	**45-0**
тест на скоростную подготовленность бег – 100 м (сек)	15.7	16.0	17.0	17.9	18,7	13.2	13.8	14.0	14.3	14.8
тест на общую выносливость: - бег 2000 м (мин. сек) - бег 3000 м (мин. сек)	10.15	10.50	11.15	11.50	12.15	12.00	12.35	13.10	13.50	14.30
тест на силовую подготовленность: - поднимание и опускание туловища из положения лежа (количество раз)	60	50	40	30	20					
-подтягивание на перекладине (количество раз)						15	12	9	7	5
- тест на скоростно-силовую подготовленность (прыжок в длину с места в см)	1.90	1.80	1.68	1.60	1.50	2.50	2.40	2.30	2.20	2.10
- тест на гибкость (наклон вперед из	+16	+13	+10	+8	+6	+13	+10	+8	+6	+5

положения стоя с прямыми ногами на скамье (см)										

* *Тесты проводятся в начале (как исходные) и* ***в конце*** *(как контрольные) каждого учебного года для определения динамики развития физической подготовленности за прошедший учебный год.*

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

а). Основная литература:

1. Физическая культура и здоровье [Текст] : учебник для медицинских и фармацевтических вузов : [гриф] МО РФ / В. В. Пономарева [и др.] ; под ред. В. В. Пономарёвой. - М. : ФГОУ "ВУНМЦ Росздрава", 2006.

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

3. 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.

б). Дополнительная литература:

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

2. Психофизическая тренировка [Текст] : учебно-методическое пособие для студентов специальной медицинской группы в учреждениях высшего профессионального образования / Н. Н. Нежкина [и др.] ; рец. И. Е. Бобошко. - Иваново : [б. и.], 2015.

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

4. 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.

ЭБС:

1. Епифанов В.А. Лечебная физкультура и спортивная медицина: учебник для вузов. – М., 2007.

2. Легкая атлетика [Электронный ресурс] : методические разработки (для студентов 1-3 курсов специальности 060101 "Лечебное дело") / сост. С. В. Бурова [и др.] ; науч. ред. О. В. Кулигин. - М. : [б. и.], 2014.

3. Общеразвивающие упражнения с системе занятий физической культуры [Электронный ресурс] : методические разработки (для студентов 1-3 курсов специальности 060101 "Лечебное дело") / сост. И. С. Миронов [и др.] ; ред. О. В. Кулигин. - Иваново : [б. и.], 2014.

4. Оздоровительная аэробика [Электронный ресурс] : 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.], 2014.

5. Основы единоборств (на примере борьбы самбо) [Электронный ресурс] : методические разработки (для студентов 1-3 курсов специальности 060101 "Лечебное дело") / сост. А. О. Жалилов [и др.] ; науч. ред. О. В. Кулигин. - Иваново : [б. и.], 2014.

6. Развитие точности движений в профессионально-прикладной физической подготовке студентов-стоматологов [Электронный ресурс] : методические рекомендации для студентов 1-3 курса специальности 060201 «Стоматология» / М-во здравоохранения России, ГБОУ ВПО Иван. гос. мед. акад., Каф. физ. культуры ; сост. И. С. Миронов ; науч. ред. О. В. Кулигин ; рец. Н. Н. Нежкина. - Иваново : [б. и.], 2015.

9. Перечень ресурсов.

I. Лицензионное программное обеспечение

1. Операционная система Windows,
2. Операционная система “Альт Образование” 8

3. MicrosoftOffice,
4. LibreOffice в составе ОС “Альт Образование” 8
5. STATISTICA 6 Ru,
6. 1С: Университет ПРОФ,,
7. Многофункциональная система «Информио»,
8. Антиплагиат.Эксперт

II. Профессиональные базы данных, информационные справочные системы.

	Название ресурса	Адрес ресурса
	Электронные ресурсы в локальной сети библиотеки	
1	Электронная библиотека ИвГМА Электронный каталог	Акт ввода в эксплуатацию 26.11.2012. http://libisma.ru на платформе АБИС ИРБИС Договор № су-6/10-06-08/265 от 10.06.2008.
2	БД «MedArt»	Проблемно-ориентированная реферативная база данных, содержащая аналитическую роспись медицинских журналов центральной и региональной печати
3	СПС Консультант Плюс	Справочно-правовая система, содержащая информационные ресурсы в области законодательства
	Зарубежные ресурсы	
4	БД «WebofScience»	http://apps.webofknowledge.com Ведущая международная реферативная база данных научных публикаций.
5	БД научного цитирования Scopus	www.scopus.com Крупнейшая единая база аннотаций и цитируемости рецензируемой научной литературы со встроенными инструментами мониторинга, анализа и визуализации научно-исследовательских данных.
	Ресурсы открытого доступа	
6	Федеральная электронная медицинская библиотека (ФЭМБ)	www.feml.scsml.rssi.ru Входит в состав единой государственной информационной системы в сфере здравоохранения в качестве справочной системы.
7	Центральная Научная Медицинская Библиотека (ЦНМБ)	http://www.scsml.rssi.ru Является головной отраслевой медицинской библиотекой, предназначенная для обслуживания научных и практических работников здравоохранения.
8	Polpred.com Med.polpred.com	http://polpred.com Самый крупный в рунете сайт новостей и аналитики СМИ по медицине.
9	Научная электронная библиотека elibrary.ru	http://elibrary.ru Крупнейший российский информационный портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 18 млн научных статей и публикаций.
10	Научная электронная библиотека «КИБЕРЛЕНИНКА»	http://cyberleninka.ru Научные статьи, публикуемые в журналах России и ближнего зарубежья.
11	Национальная электронная библиотека НЭБ	http://нэб.рф Объединяет фонды публичных библиотек России федерального, регионального, муниципального уровней, библиотек научных и

		образовательных учреждений, а также правообладателей.
12	Российская Государственная Библиотека (РГБ)	http://www.rsl.ru Главная федеральная библиотека страны. Открыт полнотекстовый доступ (чтение и скачивание) к части документов, в частности, книгам и авторефератам диссертаций по медицине.
13	ConsiliumMedicum	http://con-med.ru Электронные версии ряда ведущих медицинских периодических изданий России, видеозаписи лекций и докладов конференций, информацию о фармацевтических фирмах и лекарственных препаратах.
	Зарубежные ресурсы открытого доступа	
14	MEDLINE	www.pubmed.gov База медицинской информации, включающая рефераты статей из медицинских периодических изданий со всего мира начиная с 1949 года
15	BioMedCentral (BMC)	www.biomedcentral.com Свободный доступ к полным текстам статей более чем из 190 журналов по медицине, генетике, биологии и смежным отраслям
	Информационные порталы	
16	Министерство здравоохранения Российской Федерации	https://www.rosminzdrav.ru
17	Министерство образования Российской Федерации	http://минобрнауки.рф
18	Федеральный портал «Российское образование»	http://www.edu.ru Ежедневно публикуются самые актуальные новости, анонсы событий, информационные материалы для широкого круга читателей: учащихся и их родителей, абитуриентов, студентов и преподавателей. Размещаются эксклюзивные материалы, интервью с ведущими специалистами – педагогами, психологами, учеными, репортажи и аналитические статьи.
19	Единое окно доступа	http://window.edu.ru
20	Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов	http://fcior.edu.ru Распространение электронных образовательных ресурсов и сервисов для всех уровней и ступеней образования. Обеспечивает каталогизацию электронных образовательных ресурсов различного типа за счет использования единой информационной модели метаданных, основанной на стандарте LOM.
	Зарубежные информационные порталы	
21	Всемирная организация здравоохранения	http://www.who.int/en Информация о современной картине здравоохранения в мире, актуальных международных проектах, данные Глобальной обсерватории здравоохранения, клинические руководства. Сайт адресован в первую очередь практическим врачам. Прямая ссылка на страницу с публикациями: http://www.who.int/publications/ru

10. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Занятия по дисциплине «Прикладная физическая культура на основе развития двигательных качеств (основная и подготовительная медицинские группы)» проходят на базе ОБУЗ "Ивановский областной клинический центр медицинской реабилитации", который расположен по адресу ул. 3-я Сосневская, д.137 и 14-й Проезд, 12.

Для обеспечения учебного процесса имеется зал (54,4 м^2), гимнастический зал (129,2м^2), учебная аудитория (34,5м^2). Учебные помещения укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации. В учебном процессе используется компьютерные классы ИвГМА.

Для обеспечения учебного процесса имеются:

№ п/п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1	Лекционные аудитории академии:	
	№109	Кресла, экран, компьютер Acer Aspire 5552, проектор ViewSonic PJD5483s
	№114	Парты, стулья, доска, экран, компьютер Acer Extensa 4130, проектор ViewSonic PJD6352LS
2	Учебные аудитории (1)	Столы, стулья, доска. Учебное оборудование: переносная техника (ноутбук Ben Qgoybook, рекордер-DVD LG HDR-878), весы медицинские электронные ВЭМ-150 "Масса-К".
	Зал	Мягкое покрытие, зеркальная стенка, музыкальный центр LG, эллиптические тренажеры, беговые дорожки электрические, велотренажеры, вибромассажер с вибрирующей платформой – малый, велоэргометры, силовой тренажер total-trainer.
	Гимнастический зал	Теннисный стол
3.	Помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования	Столы, стулья, шкафы для хранения.
4.	Помещения для самостоятельной работы:	Столы, стулья. Компьютерная техника с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду академии.
	- кабинет №44 (СНО)	Компьютеры DEPO в комплекте
	- читальный зал библиотеки ИвГМА	Компьютеры P4-3.06 в комплекте, принтер Samsung ML-1520P
	- компьютерный класс центра информатизации	Ноутбуки lenovo в комплекте

*Специальные помещения - учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа (лекционные аудитории), занятий семинарского типа (практические занятия,

лабораторные занятия) (учебные аудитории), групповых и индивидуальных консультаций (учебные аудитории), текущего контроля и промежуточной аттестации (учебные аудитории).

11. Протоколы согласования рабочей программы дисциплины с другими кафедрами.

Разделы дисциплины и междисциплинарные связи с предшествующими дисциплинами.

В процессе изучения дисциплины 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	2
1.	Нормальная физиология	+	+
2.	Медицина чрезвычайных ситуаций	+	+
3.	Безопасность жизнедеятельности	+	+
4.	Медицинская реабилитация	+	+

Рабочая программа разработана: доктор медицинских наук, профессор Кулигин О.В., доктор медицинских наук, доцент Нежкина Н.Н., кандидат педагогических наук, доцент Антонов А.А., Миронов И.С.

Рабочая программа утверждена протоколом заседания кафедры.

Рабочая программа утверждена протоколом центрального координационно-методического совета от 5.06.2020 г. (протокол № 4)

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

Кафедра физической культуры

Приложение 1
к рабочей программе дисциплины

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине

Прикладная физическая культура на основе развития двигательных качеств (основная и подготовительная медицинские группы)

Уровень высшего образования:	специалитет
Квалификация выпускника:	врач-стоматолог
Направление подготовки:	31.05.03 «Стоматология»
Тип образовательной программы:	Программа специалитета
Форма обучения:	*очная*
Срок освоения образовательной программы:	*5 лет*

2020 г.

1. Паспорт ФОС по дисциплине

1.1. Компетенции, формированию которых способствует дисциплина

Код	Наименование компетенции	Этапы формирования
ОК-6	Способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	1-6 семестр
ПК-13	Готовность к просветительской деятельности по устранению факторов риска и формированию навыков здорового образа жизни.	1-6 семестр

1.2. Программа оценивания результатов обучения по дисциплине

№ п.	Коды компетенций	Контролируемые результаты обучения	Виды контрольных заданий (оценочных средств)	Контрольное мероприятие (аттестационное испытание), время и способы его проведения
1.	ОК-6	**Знать** **-** социальную значимость физической культуры и ее роль 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. **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	Комплекты: 1) тестовых заданий 2) практико-ориентированных заданий	Зачет, 6 семестр

		последующей полноценной социальной и профессиональной деятельности; - методами самооздоровления и саморазвития организма средствами физической культуры		
	ПК-13	**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		

2. Оценочные средства

2.1. Оценочное средство: тестовые задания.

2.1.1. Содержание

Тестовый контроль состоит из 200 заданий, из которых: 100 на компетенцию ОК-6, 100 на компетенцию ПК-13. Все задания с выбором одного или нескольких правильных ответов

Инструкция: выберите один или несколько правильных ответов

Примеры:

1. СКОРОСТНЫЕ СПОСОБНОСТИ – ЭТО КОМПЛЕКС ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ СВОЙСТВ ЧЕЛОВЕКА, ОБЕСПЕЧИВАЮЩИХ ВЫПОЛНЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ:

А) В максимальный для данных условий отрезок времени

Б) С максимальной амплитудой в данный отрезок времени

В) В минимальный для данных условий отрезок времени

Г) С максимальной частотой
Правильный ответ: В.
2. ВЫНОСЛИВОСТЬ ПО ОТНОШЕНИЮ К ОПРЕДЕЛЕННОЙ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ИМЕЕТ НАЗВАНИЕ:
А) Общая выносливость
Б) Аэробная выносливость
В) Анаэробная выносливость
Г) Специальная выносливость
Правильный ответ: Г.
3. ФИЗИЧЕСКОЕ КАЧЕСТВО, ОПРЕДЕЛЯЮЩЕЕ СПОСОБНОСТЬ ВЫПОЛНЯТЬ ДВИЖЕНИЯ С БОЛЬШОЙ АМПЛИТУДОЙ, НАЗЫВАЕТСЯ:
А) Ловкость
Б) Гибкость
В) Размашистость
Г) Координация
Правильный ответ: Б.

2.1.2. Критерии и шкала оценки

0-55% правильных ответов	менее 56 баллов	«неудовлетворительно»
56-70% правильных ответов	56-70 баллов	«удовлетворительно»
71-85 % правильных ответов	71-55 баллов	«хорошо»
86-100% правильных ответов	86-100 баллов	«отлично»

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

2.1.3. Методические указания по организации и процедуре оценивания:
Тестирование проводится на заключительном занятии. Имеется 10 вариантов тестов по 20 вопросов. Общее количество вопросов – 200. Продолжительность тестирования – 30 минут. На каждый вопрос необходимо дать один или несколько правильных ответов.

Результаты тестирования оцениваются как «сдано», «не сдано». «Сдано» выставляется студенту при наличии не менее 56 % правильных ответов на тестовые задания.
В случае получения неудовлетворительной оценки студент должен пересдать тест на положительную оценку.

2.2. Оценочное средство: практико-ориентированные задания

2.2.1. Содержание

Студенты основной и подготовительной медицинских групп выполняют практико-ориентированные задания для оценки уровня физической подготовленности:

- тест на скоростную подготовленность – бег 100 м (сек);
- тест на общую выносливость – бег 2000 м (женщины); бег 3000м (мужчины) (сек);
- тест на силовую подготовленность – поднимание и опускание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту (женщины) (кол-во раз); подтягивание в висе на перекладине (мужчины) (кол-во раз);
- тест на скоростно-силовую подготовленность – прыжок в длину с места (см);

- тест на гибкость – наклон вперед из положения стоя (см).

2.2.2. Критерии и шкала оценки

Компе-тенция	Высокий уровень (100-86 баллов)	Средний уровень (71-85 баллов)	Низкий уровень (56-70)	менее 56 баллов
ОК-6	**Умеет** Самостоятельно и без ошибок разбираться в вопросах физической культуры, применяемой в целях профилактики и самооздоровления организма; составлять и подбирать индивидуальные комплексы оздоровительной и лечебной физической культуры. **Владеет** Уверено, правильно и самостоятельно 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	**Умеет** Самостоятельно разбираться в вопросах физической культуры, применяемой в целях профилактики и самооздоровления организма; составлять и подбирать индивидуальные комплексы оздоровительной и лечебной физической культуры, но совершает отдельные ошибки **Владеет** Правильно и самостоятельно 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	**Умеет** Под руководством преподавателя разбираться в вопросах физической культуры, применяемой в целях профилактики и самооздоровления организма; составлять и подбирать индивидуальные комплексы оздоровительной и лечебной физической культуры. **Владеет** Самостоятельно 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	**Умеет** Не может разбираться в вопросах физической культуры, применяемой в целях профилактики и самооздоровления организма; составлять и подбирать индивидуальные комплексы оздоровительной и лечебной физической культуры. **Владеет** Не способен к умениям и навыкам, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, повышения двигательных и функциональных возможностей организма для обеспечения последующей полноценной социальной и профессиональной деятельности; не способен к применению методов самооздоровления и саморазвития организма средствами физической

	средствами физической культуры.	средствами физической культуры.	физической культуры, но совершает отдельные ошибки	культуры.
ПК-13	**Умеет** Самостоятельно и без ошибок 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. **Владеет** Уверено, правильно и самостоятельно 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	**Умеет** Самостоятельно 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, но совершает отдель-ные ошибки. **Владеет** Правильно и самостоятельно 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	**Умеет** Под руководством преподавателя 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. **Владеет** Самостоятельно 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	**Умеет** Не может 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. **Владеет** Не способен использовать методику обучения различным двигательным навыкам в сочетании с профессионально-прикладной физической подготовкой; методы оценки физического, функционального, состояния; технологию проведения оздоровительных мероприятий у пациентов различных возрастных групп, направленных на формирование элементов

	элементов здорового образа жизни.	элементов здорового образа жизни.	здорового образа жизни, но совершает отдельные ошибки.	здорового образа жизни.

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

2.2.3. Методические указания по организации и процедуре оценивания.

С помощью практико-ориентированных заданий оценивается освоение обучающимися практических умений и опыта (владений), включенных в Книгу учета практической подготовки. Обучающемуся необходимо продемонстрировать практические умениями (не менее двух) из указанной Книги в соответствии с уровнем его освоения, а также опыта (владения).

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

Выполнение практико-ориентированных задания осуществляется в спортивном зале (наклон вперед из положения стоя, прыжок в длину с места, сгибание туловища из положения лежа на спине, подтягивание в висе) и на улице (бег 100 м, 2000 м и 3000 м). Перед выполнением заданий проводится разминка, что предупреждает возможный травматизм. Применяются контрольно-измерительные приборы: электронные секундомеры и при этом результаты тестирования оцениваются не менее чем двумя секундомерами, а также сантиметровая лента и линейка – 50 см. Используется следующее оборудование: гимнастические маты (тест сгибание туловища), перекладина (тест подтягивание (сгибание и разгибание рук в висе)). Результаты выполнения заданий заносятся в протокол в соответствующих единицах измерения и оцениваются исходя из сопоставления результатов с показателями сводной таблицы нормативных оценок.

Сводная таблица нормативных показателей тестов для оценки уровня физической подготовленности для студентов основной и подготовительной медицинских групп.

Характеристика направленности тестов	женщины					мужчины				
	оценка в баллах									
	100-86	**85-71**	**70-56**	**55-46**	**45-0**	**100-86**	**85-71**	**70-56**	**55-46**	**45-0**
тест на скоростную подготовленность бег – 100 м (сек)	15.7	16.0	17.0	17.9	18,7	13.2	13.8	14.0	14.3	14.8
тест на общую выносливость: - бег 2000 м (мин. сек) - бег 3000 м (мин. сек)	10.15	10.50	11.15	11.50	12.15	12.00	12.35	13.10	13.50	14.30
тест на силовую подготовленность: - поднимание и опускание туловища из положения лежа (количество раз)	60	50	40	30	20					
-подтягивание на перекладине (количество раз)						15	12	9	7	5
- тест на скоростно-силовую подготов-ленность (прыжок в длину с места в см)	1.90	1.80	1.68	1.60	1.50	2.50	2.40	2.30	2.20	2.10
- тест на гибкость										

(наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на скамье (см)	+16	+13	+10	+8	+6	+13	+10	+8	+6	+5

3. Критерии получения студентом зачета по дисциплине

Зачет является формой заключительной проверки усвоения обучающимися теоретического материала и практических умений, опыта (владений) по дисциплине. Условием допуска обучающегося к зачету является полное выполнение учебного плана данного модуля дисциплины.

Зачет осуществляется в два этапа:

I. Тестовый контроль знаний.

Результаты тестирования оценивается как «сдано», «не сдано».

II. Проверка практических умений, опыта (владений).

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

Зачет считается сданным при условии успешного выполнения обоих этапов.

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

Авторы-составители ФОС: д.м.н., проф. О.В. Кулигин, д.м.н., доц. Н.Н. Нежкина, к.п.н, доц. А.А. Антонов, И.С. Миронов.