Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Ковтун Ольга Петровна
Должность: ректор
Дата подписания: 04.08.2023 08:15:21
Уникальный программный ключ:
f590ada38fac7f9d3be3160b34c218b72d19739e

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Уральский государственный медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

Кафедра Физической культуры

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по образовательной деятельности
и молодежной политике Т.В. Бородулина
_____
16 июня 2023 г.
(печать УМУ)

Рабочая программа дисциплины

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

Специальности: 31.05.02 Педиатрия,
Уровень высшего образования: специалитет

г. Екатеринбург

2023 год

Рабочая программа дисциплины «Физическая культура и спорт» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС ВО 3++) по всем специальностям, реализуемым в УГМУ (уровень специалитета). 31.05.02 - Педиатрия, утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации №965 от 12.08.2020.

Разработчики программы:

Хайрулин А. Р., канд. пед. наук, зав. кафедрой физической культуры
Малозёмов О.Ю., канд. пед. наук, доцент кафедры физической культуры
Рямова К.А., канд. пед. наук, доцент кафедры физической культуры
Браславец О.Н. старший преподаватель кафедры физической культуры

Рецензент: доктор биологических наук, профессор кафедры физвоспитания ФГБОУ ВО «Уральский государственный университет путей сообщения» г. Екатеринбург, Розенфельд Александром Семёновичем

Рабочая программа дисциплины «Физическая культура и спорт» обсуждена и одобрена на заседании кафедры физической культуры (протокол № 7 от «22» февраля 2023г.)

Программа обсуждена и одобрена методическими комиссиями по специальностям
.
31.05.02 Педиатрия Протокол № 8 от 09 июня 2023 г.

1. **Цель дисциплины**:

Цель освоения учебной дисциплины «Физическая культура и спорт» - формирование у студентов физической культуры, развитие личности, воспитание сознательного и творческого отношения к физической культуре как к необходимой общеоздоровительной составляющей качества жизни. С помощью электронных информационно-образовательных ресурсов студенты овладеют знаниями, умениями и навыками, освоят компетенции использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

2. Задачи дисциплины:

- понимание студентами социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- знание биологических, психолого-педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- овладение студентами системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте;
- приобретение студентами личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

3. Место дисциплины в структуре ООП:

Дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к обязательной части Блока 1 «Дисциплины (модули)» ООП Педиатрия

4. Требования к результатам освоения дисциплины:

Процесс освоения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

Категория (группа) универсальных компетенций	Код и наименование универсальной компетенции	Код и наименование индикаторов достижения универсальной компетенции, которые формирует дисциплина
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	УК-7.1 Имеет представление о здоровьесберегающих технологиях, необходимых для поддержания здорового образа жизни с учётом физических особенностей организма. УК-7.2 Умеет применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности. УК-7.3. Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и профессиональной деятельности.

В результате освоения дисциплины физическая культура студент должен:

Знать:

- влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;
- способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;
- правила и способы планирования индивидуальных занятий физической культурой различной целевой направленности.

Уметь:

- выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнения атлетической гимнастики;
- выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации;
- преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения;
- выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки;
- осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой.

Владеть:

- методами повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья;
- навыками подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооруженных Силах Российской Федерации;

- навыками организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях;

- навыками формирования здорового образа жизни в процессе активной творческой деятельности.

5. Объем и вид учебной работы:

Виды учебной работы	Трудоемкость		Специальность, семестр					
	ЗЕТ	часы	ЛД	МПД	П	С	Ф	КП
Аудиторные занятия (всего)		72	2	1,2,3,4	3,4	1	3,4,5,6	1,2
В том числе:								
Лекции								
Практические занятия		72						
Семинары								
Лабораторные работы								
Самостоятельная работа (всего)								
В том числе:								
Курсовая работа (курсовой проект)								
Другие виды самостоятельной работы (УИРС)								
Формы аттестации по дисциплине			зачёт					
Общая трудоемкость дисциплины	2	72	72					

6. Содержание дисциплины

6. 1. Содержание раздела и дидактические единицы

Содержание дисциплины (дидактическая единица) и код компетенции, для формирования которой данная ДЕ необходима.	Основное содержание раздела, дидактической единицы (тема, основные закономерности, понятия, термины и т.п.)
ДЕ 1 – Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов (УК-7)	Основные понятия физической культуры. Характеристика направлений физической культуры. Основные компоненты системы, составляющие область физической культуры. Содержание и функции физической культуры студентов в структуре профессионального образования. Основные нормативно-правовые положения организации физического воспитания в вузе.
ДЕ 2 – Социально-биологические основы физической культуры (УК-7)	Организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся система. Внешне средовые природные и социально-экологические факторы, влияющие на

	организм и жизнедеятельность. Биоритмическая сущность жизни. Адаптивный характер биоритмической системы. Суточные ритмы кардиореспираторной системы. Суточная периодика показателей жидкостного гомеостаза. Сезонные ритмы физиологических функций. Рассогласование во времени биологических ритмов. Биологические ритмы и работоспособность.
ДЕ 3 – Двигательная деятельность как способ существования и развития человека (УК-7)	Условия жизни современного человека. Влияние гипокинезии и гиподинамии на организм и личность. Средства физической культуры в социально-психологической адаптации человека. Средства физической культуры, обеспечивающие устойчивость организма к физической и умственной нагрузке. Влияние различных видов спорта на функциональную подготовленность и психофизические качества личности.
ДЕ 4 – Основы здорового образа жизни студента (часть 1, часть 2) (УК-7)	Понятие о физическом и психическом здоровье. Социальные аспекты здоровья и здорового образа жизни. Здоровый образ жизни и его составляющие. Организация режима питания. Биологические ритмы и работоспособность. Режим труда и отдыха. Гигиена сна. Гипокинезия, гиподинамия и оптимальный двигательный режим. Профилактика вредных привычек. Здоровье и окружающая среда. Личная гигиена. Закаливание. Психофизическая регуляция организма. Культура межличностного общения. Культура сексуального поведения. Личностное отношение к здоровью как условие формирования здорового образа жизни. Основные требование к организации здорового образа жизни. Физическое самовоспитание и самосовершенствование – условие здорового образа жизни.
ДЕ 5 – Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности (УК-7)	Объективные и субъективные факторы обучения и реакция на них организма студентов. Изменение состояния организма студента под влиянием различных режимов и условий обучения. Работоспособность и влияние на нее различных факторов. Средства физической культуры в регулировании психоэмоционального и функционального состояния студентов в экзаменационный период. Использование «малых форм» физической культуры в режиме учебного труда студентов. Особенности проведения учебных занятий по физическому воспитанию для повышения работоспособности студентов.

ДЕ 6 – Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания (УК-7)	Общая физическая подготовка. Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания. Интенсивность физических нагрузок. Энергозатраты при физических нагрузках разной интенсивности. Значение мышечной релаксации (расслабления). Коррекция физического развития телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами физической культуры и спорта. Формы занятий физическими упражнениями. Построение и структура учебно-тренировочного занятия. Общая и моторная плотность занятия.
ДЕ 7 – Теория и методика физического воспитания как учебная дисциплина и её основные понятия (УК-7)	Методические принципы и методы физического воспитания. Основы обучения движениям. Развитие физических качеств. Формирование психических качеств, черт, свойств личности в процессе физического воспитания.
ДЕ 8 – Основы методики самостоятельных занятий физическими Упражнениями (УК-7)	Самостоятельные занятия физическими упражнениями как составляющая часть физической культуры студента – медика. Мотивация и само мотивация студентов – медиков к самостоятельным занятиям физическими упражнениями. Рекомендуемые виды двигательной активности и наполняемость самостоятельных занятий. Планирование, организация и самоконтроль самостоятельных занятий. Возрастные и гендерные особенности самостоятельных занятий физическими упражнениями. Гигиенические аспекты самостоятельных занятий. Рекомендуемые системы оздоровления для студентов – медиков. Особенности самостоятельных занятий лиц с ограниченными возможностями здоровья. Список рекомендуемой литературы.
ДЕ 9 – Врачебный контроль и самоконтроль в процессе занятий физической культурой и спортом (УК-7)	Основные термины. Врачебный контроль, его цель и задачи. Субъективные и объективные показатели самоконтроля. Оценка субъективных показателей самоконтроля. Оценка объективных показателей самоконтроля. Самоконтроль за физической подготовленностью. Негативные явления, возможные при занятиях физической культурой и спортом.
ДЕ 10 – Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студентов (УК-7)	ППФП в системе физического воспитания студентов. Специфика ППФП студентов-медиков и профессиональные качества врача. Факторы, определяющие ППФП студентов. Организация, формы и средства ППФП в вузе. Задачи ППФП по специальностям и факультетам. Профессиональные заболевания и их профилактика средствами физической культуры и спорта.

ДЕ 11 – Основы оздоровительной физической культуры (УК-7)	Характеристика оздоровительной физической культуры. Содержательные основы оздоровительной физической культуры. Гигиеническое обеспечение занятий оздоровительной физической культурой. Характеристика физкультурно-оздоровительных методик и систем. Использование дополнительного оборудования в самостоятельных занятиях оздоровительной физической культурой.
ДЕ 12 – Допинг в спорте (УК-7)	Характеристика оздоровительной физической культуры. Содержательные основы оздоровительной физической культуры. Гигиеническое обеспечение занятий оздоровительной физической культурой. Характеристика физкультурно-оздоровительных методик и систем. Использование дополнительного оборудования в самостоятельных занятиях оздоровительной физической культурой.
ДЕ 13 – Массаж и физическая культура (УК-7)	Историческая справка. Общие сведения о спортивном массаже. Техника массажных приёмов. Последовательность применения массажных приёмов. Методика. Действие массажа на организм. Виды спортивного массажа.
ДЕ 14 – Спортивный травматизм, его особенности, виды, методы профилактики спортивного травматизма (УК-7)	Сущность спортивного травматизма. Виды травм. Профилактика спортивного травматизма. Врачебный контроль лиц, занимающихся физической культурой, спортом, туризмом. Медицинское обслуживание соревнований. Использование лекарственных средств в профилактике спортивного травматизма. Травмирование в силовом троеборье: механизмы и профилактика.
ДЕ 15 – Адаптивная физическая культура (УК-7)	Основные компоненты адаптивной физической культуры. Средства адаптивной физической культуры. Методы адаптивной физической культуры.

6. 2. Контролируемые учебные элементы

Дидактическая единица		Контролируемые ЗУН, направленные на формирование общекультурных и профессиональных компетенций			Этап освоения компетенции
		Знать ИУК-7.1	Уметь ИУК-7.3	Владеть ИУК-7.2	
ДЕ – 1	Физическая культура в общекультурной и профессиональн	- единство нормативно-правовой базы в области физической культуры и спорта	- использовать Федеральные законы, нормативно-правовые документы по	- законодательными основами РФ в области физической культуры и	Основной

	ой подготовке студентов	на всей территории РФ; - Федеральные законы и иные нормативные правовые акты РФ, законы и иные нормативные правовые акты субъектов РФ, содержащие нормы, регулирующие отношения в области физической культуры и спорта.	физической культуре и спорту в своей деятельности.	спорта, умеет использовать нормативно-правовые документы в своей деятельности.	
ДЕ – 2	Социально-биологические основы физической культуры	- влияние вредных привычек на организм человека; - применение современных технологий в т .ч. и биоуправления как способа отказа от вредных привычек	- обеспечить рациональные условия, качество, уровень и стиль жизни применять методы отказа от вредных привычек; - использовать различные системы физических упражнений в формировании здорового образа жизни	- средствами и методами закаливания, рационального питания, соблюдения режима труда и отдыха, приёмами релаксации - современными технологиями отказа от вредных привычек	Основной
ДЕ – 3	Двигательная деятельность как способ существования и развития человека	- условия жизни современного человека; - влияние гипокинезии и гиподинамии на организм и личность; - влияние различных видов спорта на функциональную подготовленность и психофизические	- использовать средства физической культуры в социально-психологической адаптации; -противостоять гипокинезии на психофизиологическом уровне	- средствами физической культуры, обеспечивающими устойчивость организма к физической и умственной нагрузке; - способами регуляции стресса средствами двигательной деятельности	Основной

		качества личности.			
ДЕ – 4	Основы здорового образа жизни студента (часть 1, часть 2)	- понятие и навыки здорового образа жизни, способы сохранения и укрепления здоровья	- сформировать посредством физической культуры понимание о необходимости соблюдения здорового образа жизни, направленного на укрепление здоровья; - интегрировать полученные знания в формирование профессионально значимых умений и навыков	- методами и способами организации здорового образа жизни; - способами сохранения и укрепления здоровья	Основной
ДЕ – 5	Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности	- методические принципы физического воспитания; - методы и средства физического воспитания; - основы формирования двигательных действий в физической куль туре	-применять принципы, средства и методы физического воспитания, - формировать двигательные умения и навыки; -формировать физические качества; - формировать психические качества посредством физической культуры	- дидактическими основами построения учебно-тренировочного занятия по физической куль туре; - методами физического воспитания; - средствами физического воспитания; -принципами построения учебно-тренировочных занятий	Основной
ДЕ – 6	Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания	- цели и задачи общей физической подготовки и специальной подготовки в системефизического воспитания и спортивной тренировки;	- использовать средства физической культуры для общей физической и специальной подготовки в системе физического	- средствами общей физической и специальной подготовки в системе физического воспитания и спортивной тренировки;	Основной

		- структуру подготовленности спортсмена: техническая, физическая, тактическая, психическая подготовка; физических нагрузок; - структуру и направленность учебно-тренировочного занятия. - современные популярные системы физических упражнений	воспитания и спортивной тренировки; - самостоятельно выбирать виды спорта или систему физических упражнений для укрепления здоровья	- методами самостоятельного выбора вида спорта или системы физических упражнений для укрепления здоровья	
ДЕ – 7	Теория и методика физического воспитания как учебная дисциплина и её основные понятия	- методические принципы физического воспитания; - методы и средства физического воспитания; - основы формирования двигательных действий в физической культуре	- применять принципы, средства и методы физического воспитания, - формировать двигательные умения и навыки; - формировать физические качества; - формировать психические качества посредством физической культуры	- дидактическими основами построения учебно-тренировочного занятия по физической культуре; - методами физического воспитания; - средствами физического воспитания; -принципами построения учебно-тренировочных занятий	Основной
ДЕ – 8	Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	- методические принципы физического воспитания; - методы физического воспитания; - основы обучения движениям;	- подбирать и применять средства физической культуры для освоения основных двигательных действий; - оценивать уровень развития	- методами оценки уровня развития основных физических качеств; - средствами освоения основных двигательных действий;	Основной

		- основы совершенствования физических качеств; - особенности формирования психических качеств в процессе физического воспитания	основных физических качеств с помощью двигательных тестов и шкал оценок; - использовать средства физической культуры и спорта для формирования психических качеств личности	-средствами совершенствования основных физических качеств; - методикой формирования психических качеств в процессе физического воспитания	
ДЕ – 9	Врачебный контроль и самоконтроль в процессе занятий физической культурой и спортом	- влияние вредных привычек на организм человека; - применение современных технологий в т.ч. и биоуправления как способа отказа от вредных привычек	- применять методы отказа от вредных привычек; - использовать различные системы физических упражнений в формировании здорового образа жизни	- современными технологиями отказа от вредных привычек	Основной
ДЕ – 10	Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студентов	- цели и задачи общей физической подготовки и специальной подготовки в системе физического воспитания и спортивной тренировки; - структуру подготовленности спортсмена: техническая, физическая, тактическая, психическая подготовка - зоны и интенсивность физических нагрузок;	- использовать средства физической культуры для общей физической и специальной подготовки в системе физическогоовоспитания и спортивной тренировки; - самостоятельно выбирать виды спорта или систему физических упражнений для укрепления здоровья	- средствами общей физической и специальной подготовки в системе физического воспитания и спортивной тренировки; - методами самостоятельного выбора вида спорта или системы физических упражнений для укрепления здоровья	Основной

		- структуру и направленность учебно-тренировочного занятия. - современные популярные системы физических упражнений			
ДЕ – 11	Основы оздоровительной физической культуры	- характеристику оздоровительной физической культуры. - содержательные основы оздоровительной физической культуры; - характеристики физкультурно-оздоровительных методик и систем.	- осуществлять гигиеническое обеспечение занятий оздоровительной физической культурой; - использовать дополнительное оборудование в самостоятельных занятиях.	- средствами немедикаментозного лечения и профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата; - восстанавливать психофизический баланс средствами двигательной деятельности	Основной
ДЕ – 12	Допинг в спорте	- общие сведения о фармакологии в спортивной деятельности - понятие допинга, виды допинга	- различать внешние признаки использования допинга	- методами тренировок без использования допинга	Основной
ДЕ – 13	Массаж и физическая культура	- историю массажа, виды массажа, - показания и противопоказания к применению массажа в различных зонах человеческого тела	- использовать приёмы массажа для профилактики травматизма, восстановления работоспособности	- техникой основных массажных движений	Основной
ДЕ – 14	Спортивный травматизм, его особенности, виды, методы профилактики спортивного травматизма	- сущность спортивного травматизма; - виды травм; - основы профилактики спортивного травматизма;	- различать спортивные травмы - уметь оказать первую неотложную помощь при	- техникой безопасных локомоций	Основной

		- сущность врачебного контроля лиц, занимающихся физической культурой, спортом, туризмом; - основы медицинского обслуживания соревнований	спортивном травмировании - использовать лекарственные средства при различных видах спортивных травм		
ДЕ – 15	Адаптивная физическая культура	- основные компоненты адаптивной физической культуры; - средства адаптивной физической культуры; - методы адаптивной физической культуры	- использовать средства АФК для психофизической и социальной адаптации - адекватно выбирать виды индивидуальной двигательной деятельности	- методами и методиками восстановления психофизического равновесия	Основной

6.3. Разделы дисциплины (ДЕ) и виды занятий

Раздел дисциплины, ДЕ	Практические занятия, час.	Всего часов
ДЕ 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов	4,5	4,5
ДЕ 2. Социально-биологические основы физической культуры	4,5	4,5
ДЕ 3. Двигательная деятельность как способ существования и развития человека	4,5	4,5
ДЕ 4. Основы здорового образа жизни студента (часть 1, часть 2)	7	7
ДЕ 5. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности	4,5	4,5
ДЕ 6. Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания	4,5	4,5
ДЕ 7. Теория и методика физического воспитания как учебная дисциплина и её основные понятия	4,5	4,5
ДЕ 8. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	4,5	4,5

Раздел дисциплины, ДЕ	Практические занятия, час.	Всего часов
ДЕ 9. Врачебный контроль и самоконтроль в процессе занятий физической культурой и спортом	4,5	4,5
ДЕ 10. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студентов	4,5	4,5
ДЕ 11. Основы оздоровительной физической культуры	4,5	4,5
ДЕ 12. Допинг в спорте	4,5	4,5
ДЕ 13. Массаж и физическая культура	4,5	4,5
ДЕ 14. Спортивный травматизм, его особенности, виды, методы профилактики спортивного травматизма	4,5	4,5
ДЕ 15. Адаптивная физическая культура	4,5	4,5
Контроль: тестовое задание	8	8
Формы промежуточной аттестации:		зачёт
Итого	72	72

7. Ресурсное обеспечение

Кафедра располагает кадровыми ресурсами, гарантирующими качество подготовки специалиста в соответствии с требованиями Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования специальностей 31.05.01 Лечебное дело, 31.05.02 Педиатрия, 31.05.03 Стоматология, 32.05.01 Медико-профилактическое дело, 33.05.01 Фармация, 37.05.01 Клиническая психология (уровень специалитета). К реализации дисциплины привлечены высококвалифицированные преподаватели вуза, среди которых:

• 6 кандидатов педагогических наук;

• 5 со званием доцента;

• 3 мастера спорта международного класса по пауэрлифтингу;

• Мастер спорта России;

• 2 судьи Международной категории;

• Председатель судейской коллегии Свердловской области и Уральского федерального округа;

• Чемпионка СССР по волейболу в составе команды «Уралочка»;

• Мастер спорта СССР по спортивной гимнастике и судья всероссийской категории по спортивной гимнастике;

• Чемпион России, Европы и мира по боксу;

• Неоднократный победитель чемпионатов Мира, Европы и России по пауэрлифтингу, рекордсмен Мира по становой тяге.

7.1. Образовательные технологии

Удельный вес занятий, проводимых в интерактивной форме, составляет 95%. Дисциплина реализуется с применением электронных образовательных ресурсов - электронный учебный курс «Теоретические основы физической культуры» размещён на образовательной платформе **MedSpace**

7.2. Материально-техническое оснащение

№ п\п	Наименование дисциплины (модуля), практик в соответстви	Наименование аудиторий и помещений для практических занятий и лабораторных работ	Оснащенность аудиторий и помещений для практических занятий и лабораторных работ

	и с учебным планом		
1.	Физическая культура и спорт	Спортивные залы для проведения занятий: 1. Спортивный зал № 3 учебного корпуса Ключевская, 17 (2 раздевалки 42 кв. м с соответствующим оборудованием для раздевалок) 36х18м. 2. Спортивный зал № 5 учебного корпуса Онуфриева, 20А 30х18м. 3. Зал единоборств Ключевская, 15 (70 кв. м) 4. Лыжная база Московский тракт, 8 километр (1120 кв. м.)	 Гимнастические стенки (2 шт.), гимнастические скамейки (11шт.), мячи (5 шт.), обручи (30 шт.), скакалки (40 шт.), гимнастические палки (30 шт.), оборудование для волейбола (сетка (7 шт.) и баскетбола (щиты (6 шт.), кольца, информационные стенды (4 шт.), маты (17 шт.) Гимнастические скамейки (4шт), татами (144шт), беговая дорожка -1, велотренажеры – 2. Мячи для фитнеса - 10 шт. Лыжи (206 шт.), ботинки (250 шт.), палки (104 шт.), коньки (185 шт.)
		Учебные аудитории для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации: 1. Кабинет зав. кафедры кабинет № 107 (20кв. м) 2. Преподавательская кабинет № 108 (24кв. м) 3. Преподавательская кабинет № 109 (36кв. м)	Учебные аудитории оснащены специализированной мебелью: • Стулья (9 шт.), • столы (4 шт.), • шкафы (6 шт.) • компьютерный стол • МФУ Куосера 2235 PN • Моноблок • моноблок DK One2 • сканер EPSON-1270 • принтер HP LJ1005 • стулья (6 шт.), • столы (4 шт.), • шкафы (1 шт.) • моноблок IRU 308 21.5 HDP (4 шт.) • принтер HP LJ1018 • МФУ A4Canon i-Sensys MF4780 • копировальный аппарат Canon FC-129

			• стулья (13 шт.), • столы (11 шт.), • шкафы (4 шт.)
		Помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования: Подсобные помещения в зале 3-го учебного корпуса Подсобные помещения в зале № 5-го уч. корпуса	Раздевалка в зале 3-го учебного корпуса: • вешалка- скамья- 12 шт. Раздевалка в зале 5-го уч. корпуса: • раздевалка – скамья –10 шт. Подсобные помещения в раздевалке 5-го учебного корпуса: • Велотренажёр (2шт.)

7. 3. Перечень лицензионного программного обеспечения

7. 3. 1. Системное программное обеспечение

7. 3. 1. 1. Серверное программное обеспечение:

- VMwarevCenterServer 5 Standard, срок действия лицензии: бессрочно; VMwarevSphere 5 EnterprisePlus, срок действия лицензии: бессрочно, дог. № 31502097527 от 30.03.2015 ООО «Крона-КС»;

- WindowsServer 2003 Standard № 41964863 от 26.03.2007, № 43143029 от 05.12.2007, срок действия лицензий: бессрочно;

- WindowsServer 2019 Standard (32 ядра), лицензионное соглашение № V9657951 от 25.08.2020, срок действия лицензий: 31.08.2023 г., корпорация Microsoft;

- ExchangeServer 2007 Standard (лицензия № 42348959 от 26.06.2007, срок действия лицензии: бессрочно);

- SQL ServerStandard 2005 (лицензия № 42348959 от 26.06.2007, срок действия лицензии: бессрочно);

- CiscoCallManager v10.5 (договор № 31401301256 от 22.07.2014, срок действия лицензии: бессрочно), ООО «Микротест»;

- Шлюз безопасности Ideco UTM Enterprise Edition (лицензия № 109907 от 24.11.2020 г., срок действия лицензии: бессрочно), ООО «АЙДЕКО».

7. 3. 1. 2. Операционные системы персональных компьютеров:

- Windows 7 Pro (OpenLicense № 45853269 от 02.09.2009, № 46759882 от 09.04.2010, № 46962403 от 28.05.2010, № 47369625 от 03.09.2010, № 47849166 от 21.12.2010, № 47849165 от 21.12.2010, № 48457468 от 04.05.2011, № 49117440 от 25 03.10.2011, № 49155878 от 12.10.2011, № 49472004 от 20.12.2011), срок действия лицензии: бессрочно);

- Windows7 Starter (OpenLicense № 46759882 от 09.04.2010, № 49155878 от 12.10.2011, № 49472004 от 20.12.2011, срок действия лицензий: бессрочно);

- Windows 8 (OpenLicense № 61834837 от 09.04.2010, срок действия лицензий: бессрочно);

- Windows 8 Pro (OpenLicense № 61834837 от 24.04.2013, № 61293953 от 17.12.2012, срок действия лицензии: бессрочно);

7. 3. 2. Прикладное программное обеспечение:

7. 3. 2. 1. Офисные программы:

- OfficeStandard 2007 (OpenLicense № 43219400 от 18.12.2007, № 46299303 от 21.12.2009, срок действия лицензии: бессрочно);
- OfficeProfessionalPlus 2007 (OpenLicense № 42348959 от 26.06.2007, № 46299303 от 21.12.2009, срок действия лицензии: бессрочно);
- OfficeStandard 2013 (OpenLicense№ 61293953 от 17.12.2012, № 49472004 от 20.12.2011, № 61822987 от 22.04.2013,№ 64496996 от 12.12.2014, № 64914420 от 16.03.2015, срок действия лицензии: бессрочно);

7. 3. 2. 2. Программы обработки данных, информационные системы

- Программное обеспечение «ТАНДЕМ.Университет» (включая образовательный портал educa.usma.ru) (лицензионное свидетельство № УГМУ/18 от 01.01.2018, срок действия лицензии: бессрочно), ООО «Тандем ИС»;

7. 3. 2. 3. Внешние электронные информационно-образовательные ресурсы:

Библиотеки, в том числе цифровые (электронные) библиотеки, обеспечивающие доступ к профессиональным базам данных, информационным справочным и поисковым системам, а также иным информационным ресурсам	**Реквизиты документа, подтверждающего право доступа**
Электронно-библиотечная система «Консультант студента»	ООО «Консультант студента», Контракт № 200/14 от 20.08.2021 действует до 31.08.2022 г.
Образовательная платформа «ЮРАЙТ»	ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ» Лицензионный договор № 201/14 от 20.08.2021 действует до 31.08.2022 г.
Институциональный репозитарий на платформе DSpace «Электронная библиотека УГМУ»	ФГАОУ ВО УрФУ им. первого Президента России Б.Н. Ельцина, Договор установки и настройки № 670 от 01.03.18. бессрочный
Национальная электронная библиотека	ФГБУ «Российская государственная библиотека», Договор № 101/НЭБ/5182 от 26.10.2018 действует до 2023 г.
Универсальная база данных East View Information Services (периодические издания — Российские журналы)	ООО «ИВИС» Лицензионный договор № 286-П от 24.12.2021 действует до 30.06.2022 г.
Электронно-образовательный ресурс для иностранных студентов «Русский как иностранный»	ООО Компания «Ай Пи Ар Медиа» Лицензионный договор № 8514/21 от 19.10.2021 действует до 24.10.2022

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

8. 1. Основная литература

Учебники:

- Мюллер А. Б., Дядичкина Н. С., Богащенко Ю. А., Физическая культура: учебник и практикум для вузов. - Москва: Юрайт, 2022 г. https://urait.ru/bcode/488898

Организационно-методическое обеспечение и реализация всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в системе физического воспитания: учебник для вузов / А. К. Пономарев, С. Н. Амелин. - Москва: Юрайт, 2022 г. https://urait.ru/bcode/507854

Учебные пособия:

- Эммерт М.С., Фадина О.О., Шевелева И.Н., Мельникова О.А., Общая физическая подготовка в рамках самостоятельных занятий студентов: учебное пособие для - 2-е изд. - Москва: Юрайт, 2022 г. https://urait.ru/bcode/495814

Епифанов В.А., Епифанов А.В., Лечебная физическая культура [Электронный ресурс]: учебное пособие - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2020 г. https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970455760.html

8.2 Дополнительная литература:

- Алхасов Д. С., Теория и история физической культуры: учебник и практикум для вузов, Москва: Юрайт, 2022 г. https://urait.ru/bcode/492988

- Рипа М.Д., Кулькова И. В., Лечебно-оздоровительные технологии в адаптивном физическом воспитании: учебное пособие для вузов. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва: Юрайт, 2022 г. https://urait.ru/bcode/492763

- Ловягина А.Е. [и др.] Психология физической культуры и спорта: учебник и практикум для вузов / под редакцией А. Е. Ловягиной. - Москва: Юрайт, 2022 г. https://urait.ru/bcode/489183

- Бегидова Т. П., Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья: учебное пособие для вузов /. - 2-е изд. - Москва: Юрайт, 2022 г. https://urait.ru/bcode/497197

- Зайцев А.А., Зайцева В.Ф., Луценко С.Я., Мануйленко Э.В. Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка: учебное пособие для спо / - 2-е изд., пер. и доп. - Москва: Юрайт, 2022 г. https://urait.ru/bcode/496336

- Мандриков В. Б. Организация охраны труда и профилактика травматизма на занятиях по физической культуре: учебно-методическое пособие - Волгоград: ВолгГМУ,2020г.

http://e-cat.usma.ru/cgi-bin/irbis64r_plus/cgiirbis_64_ft.exe?LNG=&Z21ID=1429U0S091T3E8G911&I21DBN=USMA_FULLTEXT&P21DBN=USMA&S21STN=1&S21REF=&S21FMT=fullw_print&C21COM=S&S21CNR=&S21P01=0&S21P02=0&S21LOG=1&S21P03=K=&USES21ALL=1&S21STR=%D0%AD%D0%91%D0%A1%20BookUp

- Организация медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом / Н. В. Короткова [и др.]. - Чита: Издательство ЧГМА, 2019 г. https://www.books-up.ru/ru/book/organizaciya-medicinskoj-pomocshi-licam-zanimayucshimsya-fizicheskoj-kulturoj-i-sportom-10169692/

- Прядченко В.Ф., Кудрявцев М.Д. [и др.]., Лечебная физическая культура при различных заболеваниях позвоночника у студентов специальной медицинской группы: учебное пособие / - Красноярск: СФУ, 2018г. https://e.lanbook.com/book/157594

9. Аттестация по дисциплине

Промежуточная аттестация обучающихся по дисциплине проводится в соответствии с разработанной балльно-рейтинговой системой оценивания учебных достижений студентов в форме зачёта. До зачёта допускаются студенты, полностью освоившие программу электронного учебного курса «Теоретические основы физической культуры».

10. Фонд оценочных средств

В соответствие с требованиями ФГОС ВО для аттестации обучающихся на соответствие их персональных достижений поэтапным требованиям ООП созданы фонды

оценочных средств для проведения промежуточной аттестации. Эти фонды включают: контрольные вопросы и типовые задания для лекционных и методико-практических занятий, зачетов; компьютерные тесты, позволяющие оценить степень сформированности компетенций обучающихся.