

УТВЕРЖДЕНО
учебно-методическим советом
« 31 » августа 2021 г.,
протокол № 10

Проректор по учебной работе,
председатель учебно-методического совета
профессор В.И. Орел



АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

По дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту»

(наименование дисциплины)

Для
специальности

«Медико-профилактическое дело» 32.05.01

(наименование и код специальности)

Факультет

Лечебное дело

(наименование факультета)

Кафедра

Физической культуры

(наименование кафедры)

Объем дисциплины и виды учебной работы

№№ п./п.	Вид учебной работы	Всего часов	Семестр					
			1 с.	2 с.	3 с.	4 с.	5 с.	6 с.
1	Общая трудоемкость дисциплины в часах	328	54	54	54	54	54	58
1.1	Общая трудоемкость дисциплины в зачетных единицах	-	-	-	-	-	-	-
2	Контактная работа, в том числе:	328	54	54	54	54	54	58
2.1	Лекции	-	-	-	-	-	-	-
2.2	Лабораторные занятия	-	-	-	-	-	-	-
2.3	Практические занятия	328	54	54	54	54	54	58
2.4	Семинары	-	-	-	-	-	-	-
3	Самостоятельная работа	-	-	-	-	-	-	-
4	Контроль	-	-	-	-	-	-	-
5	Вид итогового контроля:	выполнение	+	+	+	+	+	+

Кафедра физической культуры

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

По дисциплине	«Элективные курсы по физической культуре и спорту» (Общая физическая подготовка)
	(наименование дисциплины)
Для специальности	«Медико-профилактическое дело» 32.05.01
	(наименование и код специальности)

ОГЛАВЛЕНИЕ:

1. Раздел «РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ДИСЦИПЛИНЕ»	
1.1. Титульный лист с обратной стороной	(лист.)
1.2. Рабочая программа	(стр.)
1.3. Листы дополнений и изменений в рабочей программе	(стр.)
2. Раздел «КАРТА ОБЕСПЕЧЕННОСТИ ДИСЦИПЛИНЫ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРОЙ»	
2.1. Карта обеспеченности на 2019/2020 уч. год	(стр.)
3. Раздел «БАНК КОНТРОЛЬНЫХ ЗАДАНИЙ И ВОПРОСОВ»	
3.1. Титульный лист	(стр.)
3.2. Распечатка БЗТ	(стр.)
4. Раздел «ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ, ВЫНОСИМЫХ НА ЗАЧЕТ»	
4.1. Перечень вопросов к зачету.....	(стр.)
5. Раздел «ПЕРЕЧЕНЬ МЕТОДИЧЕСКИХ УКАЗАНИЙ ПРЕПОДАВАТЕЛЯМ ДЛЯ РАЗЛИЧНЫХ ФОРМ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ»	(стр.)
6. Раздел «ПЕРЕЧЕНЬ МЕТОДИЧЕСКИХ УКАЗАНИЙ ОБУЧАЕМЫМ ПО ИЗУЧЕНИЮ (ОСВОЕНИЮ) ДИСЦИПЛИНЫ»	(стр.)
7. Раздел «МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ»	(стр.)
8. Раздел «ИННОВАЦИИ В ПРЕПОДАВАНИИ»	(стр.)
9. Раздел «ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНИКОВ И УЧЕБНЫХ ПОСОБИЙ, ИЗДАННЫХ СОТРУДНИКАМИ КАФЕДРЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ»	(стр.)

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.

ЦЕЛЬ дисциплины - формирование у студентов-медиков мотиваций и стимулов к занятиям физической культурой и спортом как необходимому звену общекультурной ценности и обще-оздоровительной тактики в профессиональной деятельности.

ЗАДАЧИ дисциплины:

- Укреплять здоровье студентов, повышать и поддерживать на оптимальном уровне физическую и умственную работоспособность, психомоторные навыки.
- Развивать и совершенствовать физические качества, поддерживая их на протяжении всех лет обучения в вузе.
- Выбатывать у студентов ценностные установки на качественное применение средств и методов физической культуры как неотъемлемого компонента здорового образа жизни, фактора общекультурного развития и овладения медицинской профессией.
- Прививать знания и обучать практическим навыкам использования нетрадиционных средств физической культуры для укрепления и восстановления здоровья.
- Обучать различным двигательным навыкам, сочетая с профессионально-прикладной физической подготовкой, методам оценки физического, функционального, психоэмоционального и энергетического состояния организма и методам коррекции средствами физической культуры.
- Обучить само- и взаимоконтролю на групповых и индивидуальных занятиях средствами физической культуры, ведению дневника самоконтроля, составлению и проведению комплексов утренней гимнастической и производственной гимнастики.
- Формировать навыки соблюдения требований личной и общественной гигиены, мотивационно - ценностное отношение к ежедневному выполнению двигательного режима, прививать интерес к занятиям спортом и желание к отказу от вредных привычек.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Дисциплина относится к разделу «Физическая культура» Федерального государственного образовательного стандарта по специальности «Медико-профилактическое дело» высшего профессионального медицинского образования.

Свои образовательные и развивающие функции дисциплина наиболее полно реализует в целенаправленном педагогическом процессе, направленном не только на развитие и совершенствование функциональных систем организма, овладение умением и навыками, но и на формирование средствами физической культуры жизненно необходимых психических качеств, свойств и черт личности.

Являясь компонентом общей культуры человека, обеспечивает его становление к последующей профессиональной деятельности.

Элективные курсы по физической культуре и спорту относятся к элективным дисциплинам. Указанные академические часы являются обязательными для освоения и в зачетные единицы не переводятся. Реализуются в порядке, установленном организацией. Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья установлен особый порядок освоения элективного курса с учетом состояния их здоровья

3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ:

3.1. Выпускник специалитета «Медико-профилактическое дело», код 32.05.01, должен обладать следующими компетенциями:

- а

В результате изучения дисциплины обучающийся должен знать:

- определения телосложения и физической подготовленности, методы, обеспечивающие достижение практических результатов, воспитание морально-волевых и нравственных черт личности (решительности, целеустремленности, настойчивости);
- методику составления и выполнения комплексов общеразвивающих упражнений для проведения подготовительной части занятия;

обучающийся должен уметь:

- оценить физическое состояние человека, развивать силы, силовую выносливость с использованием различных видов отягощений, ловкость, гибкость, скорость;
- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

Обучающийся должен владеть:

- основными правилами техники безопасности при выполнении физических упражнений;
- техниками развития силы, скорости, выносливости, ловкости, гибкости; правилами подвижных игр, общеразвивающих упражнений.

3.2. Изучение дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих универсальных (УК) и общепрофессиональных (ОПК) компетенций:

- Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7);
- Способен распространять знания о здоровом образе жизни, направленные на повышение санитарной культуры и профилактику заболеваний населения (ОПК-2).

№ п/п	Номер/индекс компетенции	Содержание компетенции (или ее части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны:			
			Знать	Уметь	Владеть	Оценочные средства
1	УК-7	способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	понятие профессионально - прикладной физической подготовки (ППФП), ее цели, задачи и средства; методику подбора средств ППФП; формы и содержание самостоятельных занятий; границы интенсивности нагруз-	использовать средства профессионально-прикладной физической подготовки для развития профессионально важных двигательных умений и навыков; осуществлять самоконтроль за состоянием своего организма во время самостоятельных	основами профессионально-прикладной физической подготовки; методикой проведения самостоятельных занятий	тесты промежуточного контроля для оценки физической подготовленности студентов, собеседование

			зок в условиях самостоятельных занятий у лиц разного возраста	занятий		
2	ОПК-2	способен распространять знания о здоровом образе жизни, направленные на повышение санитарной культуры и профилактику заболеваний населения	особенности выбора форм, методов и средств физической культуры и спорта в рабочее и свободное время специалистов; влияние индивидуальных особенностей, географо-климатических условий и других факторов на содержание физической культуры специалистов, работающих на производстве	использовать методы и средства физической культуры и спорта в рабочее и свободное время специалистов;	оценкой уровня физической подготовленности, необходимой для освоения профессиональных умений и навыков;	тесты промежуточного контроля для оценки физической подготовленности студентов, собеседование

4. ОБЪЕМ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Объем дисциплины и виды учебной работы для специальности «Медико-профилактическое дело».

Общая трудоемкость дисциплины – 328 академических часа

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр					
		1	2	3	4	5	6
Элективные дисциплины	328	54	54	54	54	54	58
Аудиторные занятия (всего)	328	54	54	54	54	54	58
<i>В том числе:</i>							
Элективные дисциплины							
Практические занятия (ПЗ)	328	54	54	54	54	54	58
Самостоятельная работа (всего)							
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	-	выполнение	выполнение	выполнение	выполнение	выполнение	выполнение
Общая трудоемкость (часы)	328	54	54	54	54	54	58

5. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Разделы учебной дисциплины (модуля) и компетенции, которые должны быть освоены при их изучении:

№	№ компетенции	Наименование раздела	Содержание раздела (темы)
---	---------------	----------------------	---------------------------

п/п		учебной дисциплины	разделов)
1.	УК-7	Методико-практический	1-8
2.	ОПК-2	Методико-практический	1-8

5.2. Разделы учебной дисциплины (модуля), виды учебной деятельности и формы контроля

№ пп	№ семестра	Наименование раздела учебной дисциплины (модуля)	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу студентов (СРС), (час)					Формы текущего контроля успеваемости (неделя семестра)
			Л	ЛР	ПЗ	СРС	Всего	
1	1 – 6	Методико-практический	–	–	328	–	328	Выполнение контрольных нормативов
2	1 – 6	Самостоятельная работа студентов (СРС)	–	–	–	–	–	Защита НИР и выполнение других заданий (в течение года)
Итого:			–	–	–	–	328	

5.3. Название тем лекций и количество часов изучения учебной дисциплины

Лекции учебным планом не предусмотрены

5.4. Название тем методико-практических занятий и количество часов изучения учебной дисциплины

№ п/п	Название тем методико-практических занятий	Количество минут по семестрам					
		I	II	III	IV	V	VI
1	2	3	4	5	6	7	8
1.	Оценка физического состояния	270	270	270	270	270	290
2.	Выносливость. Средства, методы развития и контроля	270	270	270	270	270	290
3.	Быстрота. Средства, методы развития и контроля	270	270	270	270	270	290
4.	Сила. Средства, методы развития и контроля	270	270	270	270	270	290
5.	Гибкость. Средства, методы развития и контроля	270	270	270	270	270	290
6.	Ловкость. Средства, методы развития и контроля	270	270	270	270	270	290
7.	Общеразвивающие упражнения и элементы видов спорта	540	540	540	540	540	580
8.	Выполнение контрольных нормативов. Зачет	270	270	270	270	270	290
-	Итого часов	54	54	54	54	54	58

6. ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Методико-практические занятия, соревнования, групповые и индивидуально-групповые, самостоятельные и под контролем преподавателя. Написание и защита НИРС.

7. ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ ИНФОРМАЦИОННЫЕ, ИНСТРУМЕНТАЛЬНЫЕ И ПРОГРАММНЫЕ СРЕДСТВА

Использование мультимедийного комплекса, аудиосистемы.

8. ФОРМЫ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ СТУДЕНТОВ

Выполнение контрольных нормативов, НИР и других заданий.

9. ФОРМА ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Выполнение

10. РАЗДЕЛЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И МЕЖ-ДИСЦИПЛИНАРНЫЕ СВЯЗИ С ПОСЛЕДУЮЩИМИ ДИСЦИПЛИНАМИ

№ п/п	Название последующих дисциплин	Разделы данной дисциплины, необходимые для изучения последующих дисциплин
		Раздел 1
1	Фармакология	+
2	Лечебная физкультура, физиотерапия и врачебный контроль	+
3	Клиническая психология	+

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

Кафедра физической культуры

КАРТА ОБЕСПЕЧЕННОСТИ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРОЙ
на 2021-2022 учебный год

По дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту»
(Общая физическая подготовка)
(наименование дисциплины)

по специальности Медико-профилактическое дело, 32.05.01
(наименование направления подготовки, код)

Код направ- ления подго- товки	Курс	Семестр	Число студентов	Список литературы	Кол-во экземпляров	Кол-во экз. на одного обу- чаю- щегося
32.05.01	1,2,3	1-6	100	Основная литература: - Инструктор здорового образа жизни и Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне": учеб. пособие / Е. Е. Ачкасов, Е. В. Машковский, С. П. Левушкин. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2016. - 256 с. - Физическая культура и физическая подготовка: Учебник / Под ред. Кикотия В.Я., Барчукова И.С. - М.: Юнити, 2017. - 288 с. - Бароненко, В.А. Здоровье и физическая культура студента: Учебное пособие / В.А. Бароненко, Л. А. Рапопорт. - М.: Альфа-М, 2017. - 352 с. - Барчуков, И.С. Физическая культура / И.С. Барчуков. - М.: Academia, 2017. - 304 с.	ЭБС Конс. студ. ЭБС Конс. студ. ЭБС Конс. студ. ЭБС Конс. студ.	
	Всего студентов		100	Всего экземпляров		
				Дополнительная литература: - Лечебная физическая культура: учебное пособие / Епифанов В.А. и др. 2-е изд., перераб. и доп. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2014. - 568 с. - Гришина, Ю.И. Физическая культура студента: учебное пособие / Ю.И. Гришина. - РнД: Феникс, 2019. - 283 с. - Основы формирования здоровья детей: учебник / Р. Р. Кильдиярова, В. И. Макарова, Ю. Ф. Лобанов. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2016. - 328 с.	ЭБС Конс. студ. ЭБС Конс. студ. ЭБС Конс. студ.	

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

Кафедра физической культуры

КАРТА ОБЕСПЕЧЕННОСТИ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРОЙ
на 2020-2021 учебный год

По дисциплине Элективные курсы по физической культуре и спорту
(наименование дисциплины)

по специальности Медико-профилактическое дело, 32.05.01
(наименование направления подготовки, код)

Код направ прав- ления подго- товки	Курс	Семестр	Число студентов	Список литературы	Кол-во экземпляров	Кол-во экз. на одного обу- чаю- щегося
32.05.01	1-3	1-6	126	Основная литература: 1. Инструктор здорового образа жизни и Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" : учеб. пособие / Е. Е. Ачкасов, Е. В. Машковский, С. П. Левушкин. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. - 256 с. 2. Основы формирования здоровья детей : учебник / Р. Р. Кильдиярова, В. И. Макарова, Ю. Ф. Лобанов. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. - 328 с.	ЭБС Конс. студ. ЭБС Конс. студ.	
	Всего студентов		126	Всего экземпляров		
				Дополнительная литература: 1. Введение в детскую спортивную медицину: руководство. Авдеева Т.Г., Виноградова Л.В. 2009. - 176 с. 2. Сборник нормативно-правовых документов по реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" / сост. : Е. Е. Ачкасов, Е. В. Машковский, О. Б. Добровольский. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. - 208 с. 3. Медико-биологические термины в спорте (словарь-справочник) / И. И. Ахметов, Ю. Д. Винничук, Н. Л. Высочина и др.; под ред. Л. М. Гуниной, А. В. Дмитриева.- М.: Спорт, 2019.- 336 с	ЭБС Конс. студ. ЭБС Конс. студ. ЭБС Конс. студ.	

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

Кафедра физической культуры

КАРТА ОБЕСПЕЧЕННОСТИ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРОЙ
на 2019-2020 учебный год

По дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту»
(Общая физическая подготовка)

(наименование дисциплины)

Для специальности «Медико-профилактическое дело» 32.05.01
(наименование и код специальности)

Код направления подготовки	Курс	Семестр	Число студентов	Список литературы	Кол-во экземпляров	Кол-во экз. на одного обучающегося
32.05.01	1-3	1-6	15	Основная литература: 1. Инструктор здорового образа жизни и Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" : учеб. пособие / Е. Е. Ачкасов, Е. В. Машковский, С. П. Левушкин. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. - 256 с. 2. Основы формирования здоровья детей : учебник / Р. Р. Кильдиярова, В. И. Макарова, Ю. Ф. Лобанов. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. - 328 с.	ЭБС Конс. студ.	
	Всего студентов		15	Всего экземпляров		
				Дополнительная литература: 1. Гимнастика для женщин /И.А. Котешева. - М. : Гуманитарный изд. центр ВЛАДОС, 2015. - 175 с.	ЭБС Конс. студ.	

ЛИСТ ДОПОЛНЕНИЙ И ИЗМЕНЕНИЙ В РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

Перечень лицензионного программного обеспечения

2021 – 2022 учебный год

1. Windows Sarver Standard 2012 Russian OLP NL Academic Edition 2 Proc;
2. Windows Remote Desktop Services CAL 2012 Russian OLP NL Academic Edition Device CAL (10 шт.);
3. Desktop School ALNG Lic SAPk MVL A Faculty (300 шт.);
4. Dream Spark Premium Electronic Software Delivery (1 year) Renewal (1 шт.);
5. Dr. Web Desktop Security Suite Комплексная защита с централизованным управлением – 450 лицензий;
6. Dr. Web Desktop Security Suite Антивирус с централизованным управлением – 15 серверных лицензий;
7. Lync Server 2013 Russian OLP NL Academic Edition. Срок действия лицензии: бессрочно;
8. Lync Server Enterprise CAL 2013 Single OLP NL Academic Edition Device Cal (20 шт.). Срок действия лицензии: бессрочно;
9. ABBYY Fine Reader 11 Professional Edition Full Academic (10 шт.). Срок действия лицензии: бессрочно;
10. ABBYY Fine Reader 11 Professional Edition Full Academic (20 шт.). Срок действия лицензии: бессрочно;
11. ABBYY Fine Reader 12 Professional Edition Full Academic (10 шт.). Срок действия лицензии: бессрочно;
12. Chem Office Professional Academic Edition. Срок действия лицензии: бессрочно;
13. Chem Craft Windows Academic license (10 шт.). Срок действия лицензии: бессрочно;
14. Chem Bio Office Ultra Academic Edition. Срок действия лицензии: бессрочно;
15. Statistica Base for Windows v.12 English / v. 10 Russian Academic (25 шт.). Срок действия лицензии: бессрочно.
16. Программный продукт «Система автоматизации библиотек ИРБИС 64» Срок действия лицензии: бессрочно.
17. Программное обеспечение «АнтиПлагиат» с 07.07.2021 г. по 06.07.2022 г.

ЛИСТ ДОПОЛНЕНИЙ И ИЗМЕНЕНИЙ В РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

Перечень лицензионного программного обеспечения

2020 – 2021 учебный год

1. Windows Server Standard 2012 Russian OLP NL Academic Edition 2 Proc;
2. Windows Remote Desktop Services CAL 2012 Russian OLP NL Academic Edition Device CAL (10 шт.);
3. Desktop School ALNG Lic SAPk MVL A Faculty (300 шт.);
4. Dream Spark Premium Electronic Software Delivery (1 year) Renewal (1 шт.);
5. Dr. Web Desktop Security Suite Комплексная защита с централизованным управлением – 450 лицензий;
6. Dr. Web Desktop Security Suite Антивирус с централизованным управлением – 15 серверных лицензий;
7. Lync Server 2013 Russian OLP NL Academic Edition. Срок действия лицензии: бессрочно;
8. Lync Server Enterprise CAL 2013 Single OLP NL Academic Edition Device Cal (20 шт.). Срок действия лицензии: бессрочно;
9. ABBYY Fine Reader 11 Professional Edition Full Academic (10 шт.). Срок действия лицензии: бессрочно;
10. ABBYY Fine Reader 11 Professional Edition Full Academic (20 шт.). Срок действия лицензии: бессрочно;
11. ABBYY Fine Reader 12 Professional Edition Full Academic (10 шт.). Срок действия лицензии: бессрочно;
12. Chem Office Professional Academic Edition. Срок действия лицензии: бессрочно;
13. Chem Craft Windows Academic license (10 шт.). Срок действия лицензии: бессрочно;
14. Chem Bio Office Ultra Academic Edition. Срок действия лицензии: бессрочно;
15. Statistica Base for Windows v.12 English / v. 10 Russian Academic (25 шт.). Срок действия лицензии: бессрочно.
16. Программный продукт «Система автоматизации библиотек ИРБИС 64» Срок действия лицензии: бессрочно.
17. Программное обеспечение «АнтиПлагат» с 07.07.2020 г. по 06.07.2021 г..

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

Перечень лицензионного программного обеспечения

2019 – 2020 учебный год

1. Windows Sarver Standard 2012 Russian OLP NL Academic Edition 2 Proc;
2. Windows Remote Desktop Services CAL 2012 Russian OLP NL Academic Edition Device CAL (10 шт.);
3. Desktop School ALNG Lic SAPk MVL A Faculty (300 шт.);
4. Dream Spark Premium Electronic Software Delivery (1 year) Renewal (1 шт.);
5. Dr. Web Desktop Security Suite Комплексная защита с централизованным управлением – 450 лицензий;
6. Dr. Web Desktop Security Suite Антивирус с централизованным управлением – 15 серверных лицензий;
7. Lync Server 2013 Russian OLP NL Academic Edition. Срок действия лицензии: бессрочно;
8. Lync Server Enterprise CAL 2013 Single OLP NL Academic Edition Device Cal (20 шт.). Срок действия лицензии: бессрочно;
9. ABBYY Fine Reader 11 Professional Edition Full Academic (10 шт.). Срок действия лицензии: бессрочно;
10. ABBYY Fine Reader 11 Professional Edition Full Academic (20 шт.). Срок действия лицензии: бессрочно;
11. ABBYY Fine Reader 12 Professional Edition Full Academic (10 шт.). Срок действия лицензии: бессрочно;
12. Chem Office Professional Academic Edition. Срок действия лицензии: бессрочно;
13. Chem Craft Windows Academic license (10 шт.). Срок действия лицензии: бессрочно;
14. Chem Bio Office Ultra Academic Edition. Срок действия лицензии: бессрочно;
15. Statistica Base for Windows v.12 English / v. 10 Russian Academic (25 шт.). Срок действия лицензии: бессрочно.
16. Программный продукт «Система автоматизации библиотек ИРБИС 64» Срок действия лицензии: бессрочно.
17. Программное обеспечение «АнтиПлагиат» с 07.07.2019 г. по 06.07.2020 г..

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

Кафедра физической культуры

БАНК КОНТРОЛЬНЫХ ЗАДАНИЙ И ВОПРОСОВ (ТЕСТОВ) ПО ОТДЕЛЬНЫМ ТЕМАМ
И В ЦЕЛОМ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

По дисциплине	«Элективные курсы по физической культуре и спорту» (Общая физическая подготовка) (наименование дисциплины)
Для специальности	«Медико-профилактическое дело» 32.05.01 (наименование и код специальности)

Тесты промежуточного контроля для оценки физической
подготовленности студентов
(для мужчин)

Тесты (мужчины)	Оценка в баллах				
	5	4	3	2	1
Бег 100м (сек)	13,2	13,8	14,0	14,5	15,0
Бег 1000м (мин,сек)	3,30	3,40	4,00	4,10	4,20
Наклон туловища вперед (см)	15 и >	12-14	9-11	10	8
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (кол-во раз)	35 и >	30	25	20	15
Подтягивание из виса на перекладине, (кол-во раз)	15	12	9	7	5
Подъем туловища из положения лежа (кол-во раз)	80 и >	60	40	30	20
Прыжок в длину с места (см)	250	240	230	225	210
Кистевая динамометрия, (кг)	> 105	97 - 105	83-96	75-84	<75
Становая динамометрия, (кг)	> 14	121-140	101-120	85-100	<85

Тесты промежуточного контроля для оценки физической
подготовленности студентов
(для женщин)

Тесты (женщины)	Оценка в баллах				
	5	4	3	2	1
Бег 100м (сек)	15,7	16,0	17,0	18,0	19,0
Бег 500м (мин,сек)	1,45	2,00	2,15	2,30	2,45
Прыжок в длину с места (см)	190	180	170	160	150
Наклон туловища вперед, (см)	18 и >	15-17	12-14	11	10 и <
Кистевая динамометрия, (кг)	>68	60-68	48-59	38-47	<38
Становая динамометрия, (кг)	>85	66-85	46 - 65	30-45	<30

БАНК КОНТРОЛЬНЫХ ВОПРОСОВ И ЗАДАНИЙ

УК-7; ОПК-2

1. Перечислите разделы и раскройте содержание учебной программы по физическому воспитанию для студентов медицинских вузов.
2. Формы физического воспитания в вузе.
3. Основные требования техники безопасности и охраны труда на занятиях по физическому воспитанию.
4. Особенности процесса обучения в медицинских вузах.
5. Характеристика понятий: «умственная усталость»; «умственное утомление» (внимание, поза, движение). Энергозатраты при различных видах умственного труда.
6. Степени переутомления по К.К. Платонову.
7. Понятие «биологические часы». Динамика умственной работоспособности в учебном дне, неделе, году (по выбору).
8. Перечислите и раскройте содержание факторов, от которых зависит социальное здоровье студентов.
9. Раскройте биохимические изменения в костно-мышечной системе тренированного организма человека.
10. Физиологические показатели тренированности при выполнении стандартной нагрузки.
11. Факторы, влияющие на развитие перетренированности. Объективные и субъективные показатели перетренированности.
12. Цели и задачи современной спортивной тренировки. Особенности современной спортивной тренировки.
13. Классификация спортивных упражнений и их характеристика.
14. История появления допинга. Определение допинга и классификация допинговых препаратов.
15. Физиологическое воздействие допинга на организм человека.
16. Определение понятия профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП). Основные факторы, определяющие общую направленность ППФП будущих специалистов и конкретное содержание ППФП: формы труда; условия и характер, режим труда и отдыха; особенности динамики работоспособности специалистов.
17. Формы ППФП в медицинских вузах и их характеристика.
18. Особенности профессиональной деятельности и условий труда врачей различных специальностей (по выбору). Методика подбора средств ППФП.
19. Виды тренажеров (по направленности воздействия). Типы тренажеров, выпускаемые в России и за рубежом.
20. Относительные и абсолютные противопоказания к занятиям на тренажерах.

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

Кафедра физической культуры
ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ, ВЫНОСИМЫХ НА ЗАЧЕТ

По дисциплине	«Элективные курсы по физической культуре и спорту» (Общая физическая подготовка)
	(наименование дисциплины)
Для специальности	«Медико-профилактическое дело» 32.05.01
	(наименование и код специальности)

Экзамен учебным планом не предусмотрен. В зачетные требования входит выполнение контрольных нормативов.

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

Кафедра физической культуры

ПЕРЕЧЕНЬ МЕТОДИЧЕСКИХ УКАЗАНИЙ ПРЕПОДАВАТЕЛЯМ ДЛЯ
РАЗЛИЧНЫХ ФОРМ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ

По дисциплине	«Элективные курсы по физической культуре и спорту» (Общая физическая подготовка)
	(наименование дисциплины)
Для специальности	«Медико-профилактическое дело» 32.05.01
	(наименование и код специальности)

5.1. Методические рекомендации по организации методического модуля

Методико-практические занятия предусматривают освоение, самостоятельное расширенное и творческое воспроизведение студентами основных методов и способов формирования учебных, профессиональных, жизненных умений и навыков средствами физической культуры и спорта.

Деятельность студентов на этих занятиях направлена на овладение методами, обеспечивающими достижение практических результатов. В качестве форм методико-практической подготовки могут использоваться ролевые, имитационные, психотехнические игры, социально-психологический тренинг, проблемные ситуации, тематические задания для самостоятельного выполнения, в процессе которых выявляется степень готовности студентов к практическому овладению определенной методикой. Каждое методико-практическое занятие согласуется с соответствующей теоретической темой.

При проведении методико-практических занятий рекомендуется придерживаться следующей примерной схемы:

- в соответствии с планируемой темой занятия преподаватель заблаговременно выдает студентам задание по ознакомлению с рекомендуемой литературой и необходимые указания к ее освоению;
- преподаватель кратко объясняет методы обучения, при необходимости показывает соответствующие приемы, способы выполнения физических упражнений, двигательных действий для достижения необходимых результатов по изучаемой методике;
- студенты практически при взаимоконтроле воспроизводят тематические задания под наблюдением преподавателя;
- под руководством преподавателя обсуждаются и анализируются итоги выполнения задания, студентам выдаются индивидуальные рекомендации по практическому самосовершенствованию тематических действий, приемов, способов.

Дальнейшее закрепление и совершенствование методических приемов происходит в процессе их многократного воспроизведения в изменяющихся условиях учебных занятий, во вне-

учебной физкультурно-спортивной деятельности, в быту, на отдыхе

5.2.. Методические рекомендации по организации практического модуля

В соответствии с приказом Минздрава РФ «Об утверждении порядка оказания медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий» с целью допуска к занятиям физической культурой и участию в массовых спортивных соревнованиях все студенты проходят медицинское обследование в сертифицированных медицинских учреждениях по установленному объему и видам врачебных исследований.

На основании медицинского заключения студенты распределяются на 3 медицинские группы:

- основная – возможны занятия физической культурой без ограничений и участие в соревнованиях;
- подготовительная - возможны занятия физической культурой с незначительными ограничениями без участия в соревнованиях;
- специальная - возможны занятия физической культурой по специальной программе.

Студенты, временно освобожденные от практических занятий по состоянию здоровья, выполняют программу дисциплины в объеме эквивалентном количеству учебных часов в виде: подготовки рефератов, выполнении учебно-исследовательской работы, посещении электива, участия в судействе соревнований и т.д., в соответствии с коллегиальным решением преподавателей профильной кафедры.

Для тренировочно-оздоровительных и контрольных занятий студенты распределяются в основное, спортивное и специальное учебное отделения.

В основное учебное отделение зачисляются студенты основной и подготовительной медицинских групп.

В специальное учебное отделение зачисляются студенты специальной медицинской группы.

В спортивное учебное отделение зачисляются студенты второго и старших курсов основной медицинской групп, показавших хорошую общую физическую и спортивную подготовленность и желание углубленно заниматься одним из видов спорта, занятия по которым организованы в вузе.

Внеучебные занятия организуются в форме:

- выполнения физических упражнений в режиме учебного дня;
- занятий в спортивных клубах, секциях, группах по интересам;
- самостоятельных занятий физическими упражнениями, спортом, туризмом;
- массовых оздоровительных, физкультурных и спортивных мероприятий.

Взаимосвязь разнообразных форм учебных и внеаудиторных занятий создает условия, обеспечивающие студентам выполнять оптимальный, научно-обоснованный объем двигательной активности (6-8 часов в неделю), необходимый для поддержания хорошего состояния здоровья.

5.2.1. Методические рекомендации по организации практического модуля для студентов специального медицинского отделения (СМО).

Комплектование специальных медицинских групп

В специальные медицинские группы зачисляются студенты, отнесенные по данным медицинского обследования в специальное учебное отделение. При наличии условий для занятий учебные группы комплектуются с учетом пола, заболеваний или уровня физической и функциональной (на основании показателей реакции сердечно-сосудистой системы на нагрузку) подготовленности студентов.

Численность группы студентов специального учебного отделения не должна превышать 8-12 человек на одного преподавателя.

Перевод из групп специального учебного отделения в группы подготовительного и основного отделений возможен на основании медицинского заключения в начале или конце семестра. Перевод студентов из основного и подготовительного отделений в специальную медицинскую группу осуществляется в любое время учебного года по заключению врача. Студенты специальных медицинских групп обязаны не менее двух раз в год проходить медицинский осмотр и предоставлять соответствующие документы о состоянии здоровья преподавателю.

Освобождение студентов от занятий физической культурой может быть временным и только по заключению врача.

Студенты, отнесенные по данным медицинского осмотра к группе ЛФК, направляются в кабинеты ЛФК при студенческой поликлинике или в поликлиники города по месту проживания. Посещаемость студентами лечебного учреждения контролируется преподавателями специального учебного отделения и врачом кафедры физической культуры конце каждого семестра.

В отдельных случаях с согласия преподавателя (имеющего опыт работы и высокую квалификацию) студенты ЛФК желающие заниматься в специальной медицинской группе могут посещать занятия, но при обязательном систематическом медико-педагогическом контроле.

Общими противопоказаниями к занятиям физкультурой являются:

- температура тела 37,1°С и выше;
- обострение хронического заболевания;
- сосудистый криз (гипертонический, гипотонический);
- нарушение ритма сердечных сокращений: синусовая тахикардия (110 уд/мин и выше),
- брадикардия (менее 50 уд/мин), аритмия (экстрасистолы с частотой более 1 в минуту).

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

Кафедра физической культуры

ПЕРЕЧЕНЬ МЕТОДИЧЕСКИХ УКАЗАНИЙ ОБУЧАЕМЫМ ДЛЯ РАЗЛИЧНЫХ ФОРМ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ

По дисциплине	«Элективные курсы по физической культуре и спорту» (Общая физическая подготовка)
	(наименование дисциплины)
Для специальности	«Медико-профилактическое дело» 32.05.01
	(наименование и код специальности)

6.1. Методические указания к теоретическим занятиям
см. методические разработки к теоретическим занятиям

6.2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РАЗРАБОТКИ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

1. Тема №1:	Оценка физического состояния
2. Дисциплина:	Элективные курсы по физической культуре и спорту (Общая физическая подготовка)
3. Специальность:	«Медико-профилактическое дело» 32.05.01
4. Продолжительность занятий (в академических часах)	1640 минут
5. Учебная цель:	Овладение знаниями определения телосложения и физической подготовленности. Возможно последующее использование для самоконтроля физического развития и физической подготовленности. Деятельность студентов направлена на овладение методикой измерения различных морфологических и функциональных признаков и ... оценки физической подготовленности.
6. Объем повторной информации (в минутах):	40 минут
Объем новой информации (в минутах):	1600 минут
7. Условия для проведения занятия:	Спортивный зал
8. Самостоятельная работа студента:	Использование приобретенных знаний и навыков в практической деятельности. Написание НИР студентами, освобожденным студентам от посещения практических занятий. НИР Оценка физического состояния
9. Методы контроля полученных знаний и навыков:	Ответы на вопросы, практическое определение физического развития и подготовленности.
10. Литература для проработки:	1. Евсеев, Ю.И. Физическая культура студента: учеб. пособие/Ю.И. Евсеев.- Ростов-на-Д.: Феникс, 2012.- 444 с. 2. Физическая культура и здоровье: Учебник / Под ред. Пономаревой, В.В., М: ГОУ ВУНМЦ, 2001 3. Методический курс по физическому воспитанию студентов Методическое пособие.- СПб: издание ГПМА, 2005 – 20с.
1. Тема №2:	Выносливость: средства, методы развития и контроля
2. Дисциплина:	Элективные курсы по физической культуре и спорту (Общая физическая подготовка)

	физическая подготовка)
3. Специальность:	«Медико-профилактическое дело» 32.05.01
4. Продолжительность занятий (в академических часах)	1640 минут
5. Учебная цель:	Деятельность студентов на этих занятиях направлена на овладение методами, обеспечивающими достижение практических результатов.
6. Объем повторной информации (в минутах):	40 минут
Объем новой информации (в минутах):	1600 минут
7. Условия для проведения занятия:	Легкоатлетический стадион
8. Самостоятельная работа студента:	Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни. Написание НИР студентами, освобожденным от практических занятий. НИР Выносливость: средства, методы развития и контроля
9. Методы Контроля полученных знаний и навыков:	Выполнение контрольных нормативов при помощи тестов промежуточного контроля для оценки физической подготовленности студентов.
10. Литература для проработки:	
1. Бойко, В. В. Целенаправленное развитие двигательных способностей человека. -М: Физкультура и спорт, 1987.-144 с. ил.- (Наука – спорт; основы тренировки).- Библиогр.:с. 142-143.	
2. Бароненко, В.А. Здоровье и физическая культура студента: учеб. Пособие/ В.А. Бароненко, Л.А. Рапопорт.- 2-е изд., перераб.- М.: Альфа.-М.: ИНФРА-М, 2012.- 336 с.	
3. Гуревич, И.А. 1500 Упражнений для моделирования круговой тренировки.-2-е изд. перераб. и доп.- Минск: Вышш. школа, 1980.- 255с.	
4. Легкая атлетика: Учебник для институтов физической культуры/ Под ред. Озолина, Н.Г. и Маркова, Д.П. 2 изд., М., 2002.-176 с.	
5. Фруктов, А. Л. Спортивная ходьба, М., 2000. – 92с.	
1. Тема №3:	Быстрота: средства, методы развития и контроля
2. Дисциплина:	Элективные курсы по физической культуре и спорту (Общая физическая подготовка)
3. Специальность:	«Медико-профилактическое дело» 32.05.01
4. Продолжительность занятий (в академических часах)	1640 минут
5. Учебная цель:	Формирование специальных знаний в данной области; воспитание морально-волевых и нравственных черт личности (решительности, целеустремленности, настойчивости и др.).
6. Объем повторной информации (в минутах):	40 минут
Объем новой информации (в минутах):	1600 минут
7. Условия для проведения занятия:	Спортивный зал
8. Самостоятельная работа студента:	Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни. Написание НИР студентами, освобожденным от практических занятий. НИР. Быстрота: средства, методы развития и контроля.
9. Методы Контроля полученных знаний и навыков:	Выполнение контрольных нормативов при помощи тестов промежуточного контроля для оценки физической подготовленности студентов.
10. Литература для проработки:	
1. Гилев, Г.А. Физическое воспитание в вузе. – М: МГИУ, 2007, 375	
2. Мандриков, В.Б. Технологии оптимизации здоровья, физического воспитания и образования студентов медицинских вузов: монография/ В.Б. Мандриков.- Волгоград: ВГТУ, 2001.- 332 с.	
3. Физическая культура студента: Учебник / Под ред. Ильинича, В.И., Гардарики.-М: 2005. – 448 с.	
1. Тема №4:	Сила: средства, методы развития и контроля

2. Дисциплина:	Элективные курсы по физической культуре и спорту (Общая физическая подготовка)	
3. Специальность:	«Медико-профилактическое дело» 32.05.01	
4. Продолжительность занятий (в академических часах)	1640 минут	
5. Учебная цель:	Деятельность студентов на этих занятиях направлена на овладение методами, обеспечивающими достижение практических результатов.	
6. Объем повторной информации (в минутах):	40 минут	
Объем новой информации (в минутах):	1600 минут	
7. Условия для проведения занятия:	Спортивный зал	
8. Самостоятельная работа студента:	Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни. Написание НИР освобождённым студентам от практических занятий. НИР Сила: средства, методы развития и контроля.	
9. Методы Контроля полученных знаний и навыков:	Выполнение контрольных нормативов при помощи тестов промежуточного контроля для оценки физической подготовленности студентов.	
10. Литература для проработки:	1. Агаджанян, Н.А. Пути повышения социальной значимости физической культуры и спорта/ Н.А. Агаджанян//Материала Всерос. научн.-практич. конф.- Казань: РЦИМ, 2003. – С. 30. 2. Добротворская, С.Г. Проектирование и реализация системы педагогической ориентации студентов на здоровый образ жизни. Автореф. дис. ... док. пед. наук. – Казань, 2002. - С. 16. 3. Солодков, А.С. Учебник. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная/ А.С. Солодков, Е.Б. Сологуб. – М.: Терра-Спорт, Олимпия Пресс, 2001. – С. 520. 4. Рабочая программа по физическому воспитанию студентов ./ Доц. В.И., Скобликов и др. – СПб., СПбГПМА. 1999. – 28 с. 5. Kobayashi K., Kitemura K., Miura M. Awrobic powwer as related to body growwth and training in Japanese boys. A longitudinal study // J. Appl.Physiol. - 1978. - V.44. - P. 666-672.	
1. Тема №5:	Гибкость: средства, методы развития и контроля	
2. Дисциплина:	Элективные курсы по физической культуре и спорту (Общая физическая подготовка)	
3. Специальность:	«Медико-профилактическое дело» 32.05.01	
4. Продолжительность занятий (в академических часах)	1640 минут	
5. Учебная цель:	Деятельность студентов на этих занятиях направлена на овладение методами, обеспечивающими достижение практических результатов.	
6. Объем повторной информации (в минутах):	40 минут	
Объем новой информации (в минутах):	1600 минут	
7. Условия для проведения занятия:	Спортивный зал	
8. Самостоятельная работа студента:	Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни. Написание НИР студентам освобождённым от практических занятий. НИР Гибкость: средства, методы развития и контроля.	
9. Методы Контроля полученных знаний и навыков:	Выполнение контрольных нормативов при помощи тестов промежуточного контроля для оценки физической подготовленности студентов.	
10. Литература для проработки:	1. Гимнастика и методика её преподавания: учебник/ Под ред. Н.К. Меншикова.- СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 1998.- С. 92-103. 2. Ильинич, В.И. Физическая культура студента: учебник/ В.И. Ильинич.- М.: Гардарика, 2005.- 448 с. 3. Назаренко, Л.Д. Оздоровительные основы физических упражнений/ Л.Д. Назаренко.- М.: ВЛАДОС, 2002.- 431 с. 4. Рабочая программа по физическому воспитанию студентов ./ Доц. Скобликов, В.И.	

и др. – СПб., СПбГПМА .1999. – 28 с. 5. Гимнастика и методика её преподавания: учебник/ Под ред. Н.К. Меньшикова.- СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 1998.- С. 92-103.		
1. Тема №6:	Ловкость: средства, методы развития и контроля	
2. Дисциплина:	Элективные курсы по физической культуре и спорту (Общая физическая подготовка)	
3. Специальность:	«Медико-профилактическое дело» 32.05.01	
4. Продолжительность занятий (в академических часах)	1640 минут	
5. Учебная цель:	Деятельность студентов на этих занятиях направлена на овладение методами, обеспечивающими достижение практических результатов.	
6. Объем повторной информации (в минутах):	40 минут	
Объем новой информации (в минутах):	1600 минут	
7. Условия для проведения занятия:	Спортивный зал	
8. Самостоятельная работа студента:	Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни. Написание НИР студентам освобожденным от практических занятий. НИР Ловкость: средства, методы развития и контроля.	
9. Методы Контроля полученных знаний и навыков:	Учебная игра. Соревновательные игры в быстроте выполнения упражнений, в скорости реакции.	
10. Литература для проработки:	1. Ильинич, В.И. Физическая культура студента: учебник/ В.И. Ильинич.- М.: Гардрика, 2005.- 448 с. 2. Иващенко, В.П. Содержание и направленность занятий студентов физической культурой с учетом их последующей профессиональной деятельности. учеб.- метод. пособие (сост.: Иващенко, В.П. и др.) - СПбГПМА, 2009.-23,(1)с. 3. Массовая физическая культура в вузе: (Учебное пособие для вузов / Берденников, И.Г. и др.); Под ред. Маслякова, Б.А., Матяжова, В.С., - М.: Высш. шк., 1991.-239,9(1)с.:ил. Библиогр.:с. 237. 4. Физическая культура и здоровье: учебник/ под ред. В.В. Пономарёвой.- М.: ГОУ ВУНМЦ, 2006.- 352 с.	
1. Тема №7:	Общеразвивающие упражнения	
2. Дисциплина:	Элективные курсы по физической культуре и спорту (Общая физическая подготовка)	
3. Специальность:	«Медико-профилактическое дело» 32.05.01	
4. Продолжительность занятий (в академических часах)	3280 минут	
5. Учебная цель:	Деятельность студентов на этих занятиях направлена на овладение методикой составления и выполнения комплексов общеразвивающих упражнений для проведения подготовительной части занятия.	
6. Объем повторной информации (в минутах):	80 минут	
Объем новой информации (в минутах):	3200 минут	
7. Условия для проведения занятия:	Спортивный зал	
8. Самостоятельная работа студента:	Использование приобретенных знаний и умения в практической деятельности и повседневной жизни, при выполнении знаний по теме № 7.	
9. Методы Контроля полученных знаний и навыков:	Практическое проведение ОРУ в подготовительной части занятия.	
10. Литература для проработки:	1. Бароненко В.А. Здоровье и физическая культура студента: учеб. Пособие/ В.А. Бароненко, Л.А. Рапопорт.- 2-е изд., перераб.- М.: Альфа.- М.: ИНФРА-М, 2012.- 336с. 2. Гриневич, В.А. Биологические ритмы здоровья/ В.А. Гриневич// Наука и жизнь.- 2005.- № 1. 3. Казин, Э.М. Основы индивидуального здоровья человека: введение в общую и прикладную валеологию: учебное пособие/ Э.М. Казин, Н.Г. Блинова, Н.А. Литвинова.- М.: ВЛА-	

6.3. Формы и методика базисного (входящего) - ВК, текущего (промежуточного) – ПК и итогового –ИК контроля

Контрольный раздел рабочей программы позволяет осуществлять дифференцированную и объективную оценку учебного процесса и результатов учебной деятельности студентов за весь период обучения. При этом учитываются результаты изучения теоретического модуля, выполнения контрольных нормативов по оценке физической и технической подготовленности, выполнение и защита научно-исследовательских работ (НИР) и других заданий.

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

Кафедра физической культуры

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

По дисциплине	«Элективные курсы по физической культуре и спорту» (Общая физическая подготовка)
	(наименование дисциплины)
Для специальности	«Медико-профилактическое дело» 32.05.01
	(наименование и код специальности)

Кафедра физической культуры располагает спортивным комплексом, в том числе:

- двумя залами для занятий спортивными играми (баскетбол, волейбол, алтимат-фрисби, теннис, настольный теннис);
- двумя залами для занятия различными вариантами фитнеса;
- тремя залами для занятия атлетической гимнастикой, армспортом.

В лесопарке «Сосновка» проводятся практические занятия по легкой атлетике.

На кафедре, в достаточной мере, имеется спортивное оборудование и инвентарь: различные мячи, гимнастическая стенка, скамейки, тренажерные устройства и приспособления, гантели, гири и штанги и т.п.

Преподавание теоретического курса сопровождается мультимедиапроектором, а занятия фитнесом – музыкальным центром.

Для полноценной реализации задач образовательного процесса кафедре необходимо дополнительно иметь:

- легкоатлетический стадион открытого типа и инвентарь;
- плавательный бассейн;
- лыжную базу и инвентарь;
- стрелковый тир;
- специализированный зал для занятий видами единоборств;
- современные тренажеры, устройства и т.п.

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

Кафедра физической культуры

ИННОВАЦИИ В ПРЕПОДАВАНИИ

По дисциплине	«Элективные курсы по физической культуре и спорту» (Общая физическая подготовка)
	(наименование дисциплины)
Для специальности	«Медико-профилактическое дело» 32.05.01
	(наименование и код специальности)

С целью повышения качества преподавания дисциплины, в первую очередь - реализации теоретического модуля на всех курсах, используется мультимедийный комплекс. Занятия по фитнес-аэробике осуществляются с музыкальным сопровождением, что позволяет осваивать движения в сочетании с заданным ритмом.

Кроме этого к инновациям в преподавании дисциплины можно отнести использование интернет-ресурса для обучения студентов. В качестве примера – выполнение и защита научно-исследовательских работ и других заданий в режиме –студент-преподаватель.

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

Кафедра физической культуры

ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНИКОВ И УЧЕБНЫХ ПОСОБИЙ, ИЗДАННЫХ
СОТРУДНИКАМИ КАФЕДРЫ

По дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту»
(Общая физическая подготовка)

(наименование дисциплины)

Для «Медико-профилактическое дело» 32.05.01

специальности

(наименование и код специальности)

№ п/п	Название, кол-во страниц или печ. лис- тов	Автор(ы)	Год изда- ния	Издательст- во	Гриф	При- меча- ния
1.	Методические реко- мендации: Организа- ция и проведение за- нятий по атлетиче- ской гимнастике, 32 стр.	В.П. Иващенко в соавторстве	2007	СПбГПМА		
2.	Методические реко- мендации: Содержа- ние и направленность занятий студентов по физической культуре с учетом их после- дующей профессио- нальной деятельно- сти, 23 стр.	В.П. Иващенко, К.М. Комиссачик, О.А. Комиссарова, В.А. Мирниченко	2009	СПбГПМА		
3.	Методические реко- мендации: Утренняя гигиеническая гимна- стика – обязательный компонент здорового образа жизни, 29 стр.	В.П. Иващенко, Ю.Н. Гайдукова, О.А. Комиссарова и др.	2011	СПбГПМА		
4.	Учебно-методическое пособие: Методика проведения самостоя- тельных занятий по физической культуре студентами специаль- ного медицинского отделения, 32 стр.	В.П. Иващенко, Л.И. Халилова, Н.Н. Венгерова, А.В. Шигабуудинов	2015	СПбГПМУ		

федеральное бюджетное государственное образовательное учреждение высшего образования
«Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

Кафедра физической культуры

ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА

По дисциплине

«Элективные курсы по физической культуре и спорту»
(Общая физическая подготовка)

(наименование дисциплины)

Для

специальности

«Медико-профилактическое дело», 32.05.01

(наименование и код специальности)

Воспитательный процесс на кафедре организован на основе рабочей программы «Воспитательная работа» ФГБОУ ВО СПбГПМУ Минздрава России и направлен на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

Воспитательная работа осуществляется в соответствии с отечественными традициями высшей школы и является неотъемлемой частью процесса подготовки специалистов.

Воспитание в широком смысле представляется как «совокупность формирующего воздействия всех общественных институтов, обеспечивающих передачу из поколения в поколение накопленного социально-культурного опыта, нравственных норм и ценностей».

Целью воспитания обучающихся ФГБОУ ВО «Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет» Минздрава России является разностороннее развитие личности с высшим профессиональным образованием, обладающей высокой культурой, интеллигентностью, социальной активностью, качествами гражданина-патриота.

Основная задача в воспитательной работе с обучающимися - создание условий для раскрытия и развития творческих способностей, гражданского самоопределения и самореализации, гармонизации потребностей в интеллектуальном, нравственном, культурном и физическом развитии.

Наиболее актуальными являются следующие задачи воспитания:

1. Формирование высокой нравственной культуры.
2. Формирование активной гражданской позиции и патриотического сознания, правовой и политической культуры.
3. Формирование личностных качеств, необходимых для эффективной профессиональной деятельности.
4. Привитие умений и навыков управления коллективом в различных формах студенческого самоуправления.

5. Сохранение и приумножение историко-культурных традиций университета, преемственность в воспитании студенческой молодежи.
6. Укрепление и совершенствование физического состояния, стремление к здоровому образу жизни, воспитание нетерпимого отношения к курению, наркотикам, алкоголизму, антиобщественному поведению.

Решить эти задачи возможно, руководствуясь в работе принципами:

- гуманизма к субъектам воспитания;
- демократизма, предполагающего реализацию системы воспитания, основанной на взаимодействии, на педагогике сотрудничества преподавателя и студента;
- уважения к общечеловеческим отечественным ценностям, правам и свободам граждан, корректности, толерантности, соблюдения этических норм;
- преемственности поколений, сохранения, распространения и развития национальной культуры, воспитания уважительного отношения, любви к России, родной природе, чувства сопричастности и ответственности за дела в родном университете.

На кафедре созданы оптимальные условия для развития личности обучающегося, где студентам оказывается помощь в самовоспитании, самоопределении, нравственном самосовершенствовании, освоении широкого круга социального опыта.

федеральное бюджетное государственное образовательное учреждение высшего образования
«Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

Кафедра физической культуры

ДИСТАНЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ОБУЧЕНИЯ В УСЛОВИЯХ РАСПРОСТРАНЕНИЯ НОВОЙ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ COVID-19

По дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту»
(Общая физическая подготовка)

(наименование дисциплины)

Для специальности «Медико-профилактическое дело», 32.05.01

(наименование и код специальности)

В целях предотвращения распространения коронавирусной инфекции Университет по рекомендации Министерства здравоохранения Российской Федерации временно вынужден был перейти на дистанционную форму обучения.

При реализации образовательных программ с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий в организации, осуществляющей образовательную деятельность, в Университете созданы условия для функционирования электронной информационно-образовательной среды, включающей в себя электронные информационные ресурсы, электронные образовательные ресурсы, совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств и обеспечивающей освоение обучающимися образовательных программ в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся. (Федеральный закон от 29 декабря 2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»).

Дистанционные образовательные технологии - образовательные технологии, реализуемые в основном с применением информационных и телекоммуникационных технологий при опосредованном (на расстоянии) или частично опосредованном взаимодействии обучающегося и педагогического работника (ГОСТ 52653-2006).

Под дистанционным обучением понимают взаимодействие обучающегося и преподавателя между собой на расстоянии, отражающее все присущие учебному процессу компоненты (цели, содержание, методы, организационные формы, средства обучения) и реализуемое специфичными средствами интернет-технологий или другими средствами, предусматривающими интерактивность. В настоящее время существуют и другие варианты этого термина: дистантное образование, дистанционное образование. При дистанционном обучении основным является принцип интерактивности во взаимодействии между обучающимися и преподавателем.

Структура дистанционного обучения представлена на рисунке 1:



Рис. 1 Структура дистанционного обучения

Преподаватель (субъект) должен выбрать средства обучения, которые соответствуют потребностям объекта, что полностью отражает структуру дистанционного взаимодействия.

Основные отличительные черты дистанционного образования от традиционного заключается в следующем:

1. Важной отличительной чертой дистанционного обучения является «дальнодействие», т.е. обучающийся и преподаватель могут находиться на любом расстоянии.
2. Экономическая эффективность, т.е. отсутствие транспортных затрат и затрат на проживание и т.п.

Введение дистанционного обучения в Университете позволило определить средства, с помощью которых оно реализуется: Zoom, Discord, Whereby, Skype, Moodle (модульная объектно-ориентированная динамическая учебная среда).

Электронная образовательная среда Moodle (ЭОС Moodle) – бесплатная система электронного обучения, с простым и понятным интерфейсом, надежная, адаптированная под различные устройства с различными операционными системами, которая дает возможность проектировать и структурировать образовательные курсы на усмотрение Университета и каждой кафедры.

В условиях, когда невозможно осуществлять образовательный процесс в традиционной форме и традиционными средствами, существуют альтернативы. Альтернативные формы, методы и средства обучения не могут заменить традиционные, и они требуют оптимизации и доработки, но в условиях форс-мажорных обстоятельств могут быть реализованы.