

Рабочая программа учебной дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» (Лечебная физическая культура) по специальности «Педиатрия», код 31.05.02, составлена на основании ФГОС ВО по направлению подготовки (специальности) 31.05.02 «Педиатрия» (уровень специалитета), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «17» «августа» 2015 г., № 853 и учебного плана ФГБОУ ВО СПбГПМУ Минздрава России.

<i>Разработчики рабочей программы:</i>		
Зав.кафедрой, доцент, к.п.н.		К.М. Комиссарчик
(должность, ученое звание, степень)	(подпись)	(расшифровка)
Завуч		А.В. Шигабуудинов
(должность, ученое звание, степень)	(подпись)	(расшифровка)

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры
физической культуры

	название кафедры	
« 31 » августа	20 21 г.,	протокол заседания № 1
Заведующий кафедрой	физической культуры	
	название кафедры	
доцент, к.п.н.		К.М. Комиссарчик
(должность, ученое звание, степень)	(подпись)	(расшифровка)

Кафедра физической культуры

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

По дисциплине	«Элективные курсы по физической культуре и спорту» (Лечебная физическая культура) (наименование дисциплины)
Для специальности	«Педиатрия» 31.05.02 (наименование и код специальности)

ОГЛАВЛЕНИЕ:

1. Раздел «РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ДИСЦИПЛИНЕ»	
1.1. Титульный лист с обратной стороной	
1.2. Рабочая программа	
1.3. Листы дополнений и изменений в рабочей программе	
2. Раздел «КАРТА ОБЕСПЕЧЕННОСТИ ДИСЦИПЛИНЫ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРОЙ»	
2.1. Карта обеспеченности на 2021/2022 уч. год	
3. Раздел «БАНК КОНТРОЛЬНЫХ ЗАДАНИЙ И ВОПРОСОВ»	
3.1. Титульный лист	
3.2. Распечатка БЗТ	
4. Раздел «ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ, ВЫНОСИМЫХ НА ЗАЧЕТ»	
4.1. Перечень вопросов к зачету.....	
5. Раздел «ПЕРЕЧЕНЬ МЕТОДИЧЕСКИХ УКАЗАНИЙ ПРЕПОДАВАТЕЛЯМ ДЛЯ РАЗЛИЧНЫХ ФОРМ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ»	
6. Раздел «ПЕРЕЧЕНЬ МЕТОДИЧЕСКИХ УКАЗАНИЙ ОБУЧАЕМЫМ ПО ИЗУЧЕНИЮ (ОСВОЕНИЮ) ДИСЦИПЛИНЫ».....	
7. Раздел «МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ».....	
8. Раздел «ИННОВАЦИИ В ПРЕПОДАВАНИИ»	
9. Раздел «ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНИКОВ И УЧЕБНЫХ ПОСОБИЙ, ИЗДАННЫХ СОТРУДНИКАМИ КАФЕДРЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ».....	
10. Раздел «ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА».....	
11. Раздел «ДИСТАНЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ОБУЧЕНИЯ В УСЛОВИЯХ РАСПРО- СТРАНЕНИЯ НОВОЙ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ COVID- 19.....	

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 «Педиатрия» 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 «Педиатрия», код 31.05.03, должен обладать следующими компетенциями:

ПК-22. Готовностью к участию во внедрении новых методов и методик, направленных на охрану здоровья граждан.

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 профессиональных (ПК) компетенций:

№ п/п	Но-мер/ин-декс компетен-ции	Содержание компетенции (или ее части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны:			
			Знать	Уметь	Владеть	Оценочные средства
1	ПК-22	Готовность к участию во внедрении новых методов и методик, направленных на охрану здоровья граждан	основные положения здорового образа жизни.	составлять комплексы физических упражнений различной направленности с учётом пола, возраста и уровня подготовленности занимающихся	современными технологиями, обеспечивающие реализацию возможности личности в сфере физической культуры.	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 «Педиатрия».

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)	-	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет
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:

а) профессиональные (ПК):

ПК-22. Готовность к участию во внедрении новых методов и методик, направленных на охрану здоровья граждан.

№ п/п	№ компетенции	Наименование раздела учебной дисциплины	Содержание раздела (темы разделов)
1.	ПК-22	Методико-практический	1-5

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	405	405	405	405	405	435
2.	Составление комплексов корригирующей гимнастики	405	405	405	405	405	435
3.	Общеразвивающие упражнения	810	810	810	810	810	870
4.	Лечебная физическая культура	405	405	405	405	405	435
5.	Выполнение контрольных нормативов. Зачет	405	405	405	405	405	435
-	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

Зачет

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» (Лечебная физическая культура)
	(наименование дисциплины)
Для специальности	«Педиатрия» 31.05.02
	(наименование и код специальности)

Код направления подготовки	Курс	Семестр	Число студентов	Список литературы	Кол-во экземпляров	Кол-во экз. на одного обучающегося
31.05.02	1-3	1-6	400	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		400	Всего экземпляров		
				Дополнительная литература: 1. Гимнастика для женщин /И.А. Котешева. - М. : Гуманитарный изд. центр ВЛАДОС, 2015. - 175 с.	ЭБС Конс. студ.	

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 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 07.07.2019 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» (Лечебная физическая культура)
	(наименование дисциплины)
Для специальности	«Педиатрия» 31.05.02
	(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

ПК-22

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» (Лечебная физическая культура) (наименование дисциплины)
Для специальности	«Педиатрия» 31.05.02 (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» (Лечебная физическая культура)
	(наименование дисциплины)
Для специальности	«Педиатрия» 31.05.02
	(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» (Лечебная физическая культура)
	(наименование дисциплины)
Для специальности	«Педиатрия» 31.05.02
	(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 (Лечебная физическая культура)
3. Специальность:	«Педиатрия» 31.05.02
4. Продолжительность занятий (в академических часах)	2460 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):	60 минут
Объем новой информации (в минутах):	2400 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:	Составление комплексов корригирующей гимнастики
2. Дисциплина:	Элективные курсы по физической культуре (Лечебная физическая культура)

	ская культура)	
3. Специальность:	«Педиатрия» 31.05.02	
4. Продолжительность занятий (в академических часах), в т.ч. интерактивные формы обучения КСР		2460 минут
5. Учебная цель: Деятельность студентов на этих занятиях направлена на овладение методами, обеспечивающими достижение практических результатов		
6. Объем повторной информации (в минутах):		60 минут
Объем новой информации (в минутах):		2400 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 освобождёнными студентами от практических занятий. НИР. Составление комплексов корригирующей гимнастики.		
9. Методы Контроля полученных знаний и навыков: Учебная игра. Соревновательные игры в быстроте выполнения упражнений, в скорости реакции.		
10. Литература для проработки:		
1. Вайнбаум, Я.С. Гигиена физического воспитания и спорта: учебное пособие/ Я.С. Вайнбаум.- М.: Академия, 2002.- 240 с.		
2. Назаренко, Л.Д. Оздоровительные основы физических упражнений/ Л.Д. Назаренко.- М.: ВЛАДОС, 2002.- 431 с.		
1. Тема №3:	Общеразвивающие упражнения	
2. Дисциплина:	Элективные курсы по физической культуре и спорту (Лечебная физическая культура)	
3. Специальность:	«Педиатрия» 31.05.02	
4. Продолжительность занятий (в академических часах)		4920 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):		120 минут
Объем новой информации (в минутах):		4800 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 заданий.		
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.: ВЛАДОС, 2000.- 192 с.		
1. Тема №4:	Лечебная физическая культура	
2. Дисциплина:	Элективные курсы по физической культуре и спорту (Лечебная физическая культура)	
3. Специальность:	«Педиатрия» 31.05.02	
4. Продолжительность занятий (в академических часах)		2460 минут
5. Учебная цель: Деятельность студентов на этих занятиях направлена на овладение методикой составления и выполнения комплексов лечебной физической культуры		

6. Объем повторной информации (в минутах):	60 минут
Объем новой информации (в минутах):	4800 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 заданий.	
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-ДОС, 2000.- 192 с.	

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» (Лечебная физическая культура)
	(наименование дисциплины)
Для специальности	«Педиатрия» 31.05.02
	(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» (Лечебная физическая культура) (наименование дисциплины)
Для специальности	«Педиатрия» 31.05.02 (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»
(Лечебная физическая культура)

(наименование дисциплины)

Для «Педиатрия» 31.05.02

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 направлен- ность занятий студен- тов по физической культуре с учетом их последующей про- фессиональной дея- тельности, 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» (Лечебная физическая культура) (наименование дисциплины)
Для специальности	Педиатрия, 31.05.02 (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» (Лечебная физическая культура) (наименование дисциплины)
Для специальности	Педиатрия, 31.05.02 (наименование и код специальности)

В целях предотвращения распространения новой коронавирусной инфекции, вызванной SARS-COV2, Университет по рекомендации и в соответствии с указаниями Министерства здравоохранения Российской Федерации временно реализует образовательную программу с применением дистанционных методик обучения.

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. Время преподавания на кафедре с применением дистанционных методик регламентируется приказами ректора Университета, решениями Ученого совета и Учебным планом.

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 основ-

ным 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 заключаются 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) и другие.

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 кафедры.