

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Ставропольский государственный медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование дисциплины	Физическая культура и спорт
Направление подготовки	44.03.03 «Специальное (дефектологическое) образование»
Направленность (специализация)	Логопедия
Форма обучения	очная
Год начала подготовки	2023
Всего ЗЕТ	-2
Всего часов	-72
Из них	
Контактная работа по видам занятий	- 18
лекции	- 4
практические занятия	- 14
Самостоятельная работа	- 54
Промежуточная аттестация	
Зачет	1 семестр

г. Ставрополь, 2023 г.

1. Цели и задачи освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины - формирование у будущих медицинских работников способности использовать разнообразные формы физической культуры и спорта в повседневной жизни для сохранения и укрепления своего здоровья и здоровья своих близких, семьи и трудового коллектива для качественной жизни, и эффективной профессиональной деятельности.

Программа разработана в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.03 Специальное (дефектологическое) образование», утвержденный приказом Минобрнауки России от 22 февраля 2018 г. N 123

2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Физическая культура и спорт» (Б.1.О.05) относится к базовой части Блока 1 «Дисциплины» ОПОП, ее изучение осуществляется в 1 семестре.

Для освоения данной дисциплины необходимы знания, умения и навыки, сформированные на предыдущем уровне образования.

Специальные требования к входным знаниям, умениям и компетенциям студента не предусматриваются.

Знания, умения и навыки, полученные при изучении данной дисциплины необходимы для успешного прохождения учебных и производственных практик.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Результаты освоения дисциплины сформулированы в соответствии с профессиональным стандартом «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18 октября 2013 г. N 544н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 6 декабря 2013 г., регистрационный N 30550), с изменениями, внесенными приказами Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 25 декабря 2014 г. N 1115н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 19 февраля 2015 г., регистрационный N 36091) и от 5 августа 2016 г. N 422н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 23 августа 2016 г., регистрационный N 43326) (ТФ- А/02.6).

Коды и содержание индикаторов компетенции	Планируемые результаты обучения (дескрипторы)		
	Знать	Уметь	Владеть навыками
УК – 7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности			
И ук 7.1 Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности .	Основы физической культуры и здорового образа жизни.	Уметь определять уровень физической подготовленности и функциональные показатели организма	Оценки показателей физического развития в дальнейшей профессиональной деятельности.
И ук 7.2	Влияние	Разбираться в вопросах	Средствами и

Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учётом физиологических особенностей организма и условий реализации	физических упражнений на функциональные, двигательные и адаптационные возможности организма	физической культуры и спорта, применяемых на основе здоровьесформирующих технологий.	методами применения физических упражнений с учетом их воздействия на формирование активного образа жизни.
---	---	--	---

4. Объем дисциплины с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Семестр	Наименование разделов дисциплины	Контактная аудиторная работа обучающихся с преподавателем в часах, в том числе					Самостоятельная работа, в том числе консультации		
		Лекции	Практические занятия	Семинарские занятия	Лабораторные занятия	Клинические практические занятия	Контроль самостоятельной работы	Групповые консультации	Самостоятельная работа, в том числе индивидуальные консультации
1	Раздел 1 (теоретический). Физическая культура и спорт как общекультурная ценность в профессиональной деятельности студента-лечебника.	4							10
	Раздел 2 (практический).		14						44
	Промежуточная аттестация: зачет								
	Итого по дисциплине:	4	14						44
	Часов_72 Зач.ед. 2	18					44		
	Объём профессиональной практической подготовки	0 час/ 0 %					0 час/ 0 %		
	Объём профессионально направленной подготовки	8 час / 44,4 %					22 час/ 50 %		

5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

5.1. Содержание разделов дисциплины

Код индикатора компетенции	Наименование разделов	Краткое содержание разделов и тем
И _{УК} 7.1 И _{УК} 7.2	Раздел 1 (теоретический). Физическая культура и спорт как общекультурная ценность в профессиональной деятельности обучающихся.	Введение в предмет «Физическая культура и спорт» Основные понятия физической культуры и спорта Характеристика физических качеств Средства физической культуры Оздоровительные методики Средства оценки уровня физической подготовленности Профессионально-прикладная подготовка
И _{УК} 7.1 И _{УК} 7.2	Раздел 2. Практический	Оценка уровня физической подготовленности. Обучение технике старта и бега на средние дистанции. Обучение технике низкого старта и бега на короткие дистанции. Обучение технике спортивной ходьбы. Обучение технике стойкам и перемещениям в баскетболе. Обучение технике ведения мяча и бросков в кольцо в баскетболе. Обучить ловле и передаче мяча в баскетболе. Совершенствование техники игры в баскетбол. Обучение технике аэробных (девушки) и атлетических (юноши) упражнений.

5.2. Лекции

№ Раздела	Наименование лекций	Кол-во часов	Перечень учебных вопросов	Форма проведения	Практическая подготовка (ПП/ПНП)
Раздел 1	1. Введение в предмет «Физическая культура и спорт»	2	1. Введение. Предмет и задачи дисциплины. 2. Физическая культура и спорт как социальные феномены общества. 3. История и современное состояние физической культуры и спорта. 4. Спортсмены-медики. 5. Характеристика основных понятий в физической культуре 6. Классификация спорта. 7. Функции и принципы физического воспитания.		

	3. Характеристика физических качеств	2	1. Характеристика гибкости. 2. Характеристика координационных способностей. 3. Характеристика выносливости. 4. Характеристика скоростных способностей. 5. Характеристика силовых способностей. 6. Физические упражнения как основные средства физической культуры. 7. Оздоровительные средства физической культуры.		
	Всего часов	4		0	0

5.3. Семинарские занятия

Данный вид работы не предусмотрен учебным планом.

5.4. Лабораторные занятия

Данный вид работы не предусмотрен учебным планом.

5.5. Практические занятия

№ Раздела	Наименование занятий	Кол-во часов	Перечень учебных вопросов	Форма проведения	Практическая подготовка (ПП/ПНП)
2	1. Оценка уровня физической подготовленности	2	1. Определить исходный уровень физической подготовленности с помощью тестирования. 2. Подвижные игры, направленные на развитие физических качеств.		ПНП
	2. Обучение технике старта и бега на средние дистанции	2	1. Обучить высокому старту 2. Обучить технике специально-беговых упражнений 3. Развить выносливость с помощью бега средней интенсивности 4. Обучить технике низкого старта. 5. Обучить технике бега на короткие дистанции.		
	3. Обучение технике стойкам и перемещениям в баскетболе	2	1. Обучить стойкам и перемещениям в баскетболе. 2. Развивать координацию движений с помощью спортивных игр.		ПНП

			3. Обучить ведению мяча и броскам в кольцо в баскетболе. 4. Развивать координацию движений в баскетбольных эстафетах.		
	4. Обучить ловле и передаче мяча в баскетболе	2	1: Обучить ловле и передаче мяча в баскетболе. 2. Развивать скоростно-силовые качества в баскетбольных эстафетах.		
	5. Обучение технике передач в волейболе	2	1. Обучить технике верхней и нижней передачи мяча в волейболе. 2. Развитие физических качеств		ПНП
	6. Обучение технике аэробных (девушки) и атлетических (юноши) упражнений	2	1. Разучить комплекс аэробики (девушки), атлетической гимнастики (юноши). 2. Формировать правильную осанку.		ПНП
	Сдача контрольных нормативов	2	Контрольные упражнения, нормативы для оценки ФП.		
	Всего часов	14		-	8

5.6. Клинические практические занятия

Данный вид работы не предусмотрен учебным планом.

5.7. Самостоятельная работа обучающихся

Наименование темы дисциплины или раздела	Вид самостоятельной внеаудиторной работы обучающихся и КСР	Оценочное средство	Кол-во часов/ кол-во час на ПНП+ПП	Код индикатора компетенции
Раздел 1 (теоретический). Физическая культура и спорт как общекультурная ценность в профессиональной деятельности студента-лечебника.	Самостоятельное изучение литературы (ПНП)	Вопросы для собеседования	10/0	И ук 7.1 И ук 7.2
Раздел 2 (практический)	Самостоятельное изучение литературы (ПНП)	Демонстрация практических навыков	22/12	И ук 7.1 И ук 7.2
	Заполнение рабочей тетради (ПНП)	Рабочая тетрадь дисциплины	22/10	И ук 7.1 И ук 7.2
Всего часов			44/22	

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

1. Лекционный материал по дисциплине «Физическая культура и спорт».
2. Методические рекомендации к практическим занятиям по дисциплине «Физическая культура и спорт».
3. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы по дисциплине «Физическая культура и спорт».

7. Оценочные материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

7.1 Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код компетенции	Индикаторы	Семестр	Этап формирования
УК-7	Иук 7.1, Иук 7.2;	1	начальный

7.2. Описание показателей и критериев и шкал оценивания компетенций

Компетенция УК – 7

Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Индикатор И ук 7.1 Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности .

Оцениваемый результат (дескрипторы)		Критерии оценивания	Процедура оценивания	
			Текущий контроль	Промежуточная аттестация
Знает	Основы физической культуры и здорового образа жизни.	Называет основы физической культуры и здорового образа жизни, принципы здорового образа жизни. Перечисляет отрицательные последствия вредных привычек.	Индивидуальное задание	Индивидуальное задание
Умеет	Уметь определять уровень физической подготовленности и функциональные показатели организма	Выполняет требования физической подготовленности Определяет индивидуальный прирост результатов. Оценки показателей здоровья	демонстрация практических навыков	демонстрация практических навыков
Владеет навыком	Оценки показателей физического развития в дальнейшей профессиональной деятельности.	Проводит оценку собственных показателей физического развития	демонстрация практических навыков	демонстрация практических навыков

Индикатор И ук 7.2 Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учётом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности

Оцениваемый результат (дескрипторы)		Критерии оценивания	Процедура оценивания	
			Текущий контроль	Промежуточная аттестация
Знает	Влияние физических упражнений на функциональные, двигательные и адаптационные возможности организма	Характеризует качественные изменения в системах организма под действием физической культуры	собеседование	собеседование
Умеет	Разбираться в вопросах физической культуры и спорта, применяемых на основе здоровьесформирующих технологий	Составляет комплекс упражнений с инвентарем и без, на основе здоровьесформирующих технологий	демонстрация практических навыков	демонстрация практических навыков
Владеет навыком	Средствами и методами применения физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья	Использует самовнушение и самоконтроль, направленные на самосовершенствование и самовоспитание посредством занятий физической культурой.	демонстрация практических навыков	демонстрация практических навыков

Описание шкал оценивания

В рамках балльно-рейтинговой системы успеваемость студентов по каждой дисциплине оценивается в ходе текущего контроля и промежуточной аттестации. Максимально возможный балл за текущий контроль устанавливается равным 5 баллов. Рейтинговый балл за работу в семестре формируется как среднее арифметическое за все виды работ обучающихся, предусмотренных рабочей программой дисциплины. Рейтинговый балл, выставаемый студенту, фиксируется в специальной ведомости и доводится до сведения студентов.

Критерии оценивания результатов изучения дисциплины:

Отметка «зачтено» - выставляется, если теоретическое содержание темы освоено полностью, обучающийся строит ответ на уровне самостоятельного мышления, грамотно и логично излагает изученный материал, не затрудняется с ответом, делает обоснованные выводы и заключения, свободно применяет теоретические знания при решении практических задач;

Отметка «незачтено» ставится обучающемуся, который не способен продемонстрировать знания теоретического материала, допускает существенные ошибки при изложении учебного материала, при ответе подменяет теоретическую аргументацию рассуждениями обыденно-бытового характера. В ответе допускает грубые ошибки, которые не может исправить даже с помощью преподавателя.

7.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Зачет выставляется по результатам работы в семестре, при сдаче всех оценочных мероприятий, предусмотренных текущим контролем успеваемости. Процедура зачета как отдельное контрольное мероприятие не проводится, оценивание знаний обучающегося происходит по результатам текущего контроля.

7.3.1. Задания для форм текущего контроля, предусмотренного учебным планом

Данный вид работы не предусмотрен учебным планом.

7.3.2. Вопросы для проверки уровня теоретической подготовки обучающегося (собеседование), вопросы для повторной промежуточной аттестации:

1. Современное состояние физической культуры и спорта в России и за рубежом.
2. Положительное влияние физических упражнений на организм человека.
3. Методы контроля и самоконтроля за функциональным состоянием организма.
4. Определение понятиям: «физическая культура», «спорт», «здоровый образ жизни».
5. Основы физической культуры и здорового образа жизни, принципы здорового образа жизни.
6. Вредные привычки, как фактор снижения иммунитета.
7. Допинг и допинг-контроль в спорте.
8. Мероприятия, направленных на повышение устойчивости организма к различным воздействиям окружающей среды.

7.3.3. Перечень практикоориентированных заданий, направленных на проверку уровня сформированности индикаторов достижения компетенций:

1. бег 100м, 500м (девушки), 1000м (юноши)
2. челночный бег 3х10м. (с.)
3. прыжок в длину с места (см),
4. поднимание туловища из положения, лежа на спине за 1мин (кол-во раз)
5. сгибание и разгибание рук в упоре лежа (кол-во раз)
6. наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (см)

7.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

Порядок организации мероприятий текущего контроля, ликвидации текущей задолженности, проведения промежуточной аттестации на кафедре физического воспитания и адвптивной физической культуры соответствует требованиям Положения о текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по образовательным программам бакалавриата, специалитета и магистратуры, принятого решением ученого совета от 31.08.2022, протокол №1, утвержденного приказом от 31.08.2022 №588-ОД.

Оценивание знаний, умений и навыков практической деятельности по дисциплине Физическая культура и спорт осуществляется в рамках оперативного и рубежного текущего контроля успеваемости и посещаемости всех видов учебных занятий, самостоятельной работы обучающихся и промежуточной аттестации.

При проведении оперативного текущего контроля знаний, умений и навыков практической деятельности применяются следующие оценочные процедуры:

- собеседование,

- демонстрация практических навыков (контрольные нормативы),
- рабочая тетрадь дисциплины,

8. Учебно-методическое обеспечение дисциплины

8.1 Основная литература

Печатные издания	Электронные издания
1. Основы здоровья и здорового образа жизни [Тест]: учеб. пособие / Л. Е. Деньгова, А.А. Марченко, Л. Д. Батищева, М. И. Евстигнеева. - Ставрополь: Изд-во СтГМУ, 2021. – 69 с.	1. Ерёмушкин, М. А. Двигательная активность и здоровье. От лечебной гимнастики до паркура [Электронный ресурс] / М. А. Ерёмушкин. – М. : Спорт, 2016. – 184с. – Режим доступа: http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785990723979.html 2. Роуз, Л. Баскетбол чемпионов: основы [Электронный ресурс]: рук. – М.: Человек, 2014. – 272 с. – Режим доступа: http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906131225.html 3. Седоченко, С. В. Физическая рекреация : учебное пособие / С. В. Седоченко. — Воронеж : ВГИФК, 2019. — 70 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/140376 4. Севастьянов, В. В. Вопросы физического воспитания студентов : монография / В. В. Севастьянов, Е. А. Стеблецов, В. И. Воропаев. — Воронеж : ВГАУ, 2021. — 155 с. — ISBN 978-5-7267-1198-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/181811

8.2 Дополнительная литература

Печатные издания	Электронные издания
1. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения[Текст] : учеб. : для студентов высших учебных заведений, обучающихся по специальности "Физическая культура" ; под ред. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. – 7-е изд.,стер. – М. :Академия, 2012. – 520 с.	1. Миногина, Е. В. Спортивные игры: баскетбол, стритбол (баскетбол 3 на 3) : учебно-методическое пособие / Е. В. Миногина, И. С. Мисюк, В. В. Прокопьев. — Оренбург : ОГПУ, 2022. — 108 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/239612 2. Теория и методика оздоровительной физической культуры [Электронный ресурс] : учебное пособие / Н.В. Третьякова, Т.В. Андрюхина, Е.В. Кетриш; под общ. ред. Н.В. Третьяковой. - М.: Спорт, 2016. – 280с.- Режим доступа: http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906839237.html 3. Шулятьев, В. М. Коррекция фигуры студенток различными видами гимнастики в вузе [Электронный ресурс]: учеб. пособие / В. М. Шулятьев, О. В. Тимофеева. – М. : РУДН, 2012. — 315 с. — Режим доступа: http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785209036500.html 4. Фурманов, А. Г. Волейбол : учебник / А. Г. Фурманов, Л. И. Акулич. — Минск : БГУФК, 2022. — 379 с. — ISBN 978-985-569-572-2. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/338678

9. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы, ЭБС

1. <http://www.fizkult-ura.ru> ФизкультУРА – Информационный интернет-портал
- 2.: <http://www.sportmedicine.ru> Спортивная медицина / Информационный интернет-портал
3. http://www.studentlibrary.ru/catalogue/switch_kit/x2016-025/-esf2k2z11-year-dec-page-2.html – ЭБС "КОНСУЛЬТАНТ СТУДЕНТА"
4. https://e.lanbook.com/books/4775?page=11&limit=10&category_pk=4775&foundRows=479 – Электронно-библиотечная система «Лань»

10. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение

Наименование	Договор
Сервис проверки уникальности текста	Договор № 149/ЗК от 24.07.2023
Платформа видеоконференций Webinar	Договор № С-9820 от 14.12.2022
1С: Университет Проф	Договор № 27 от 30.04.2014
kaspersky endpoint security	Договор № 179/ЗК от 18.08.2023
Архиватор 7-zip	Бесплатный
Adobe Acrobat Reader DC	Бесплатный
Astra Linux Common Edition	Договор № 199/ЭТ от 12.09.2023
1С: Электронное обучение. Корпоративный университет	Договор № 78/ЭТ от 06.06.2022
1С: Электронное обучение. Веб-кабинет преподавателя и студента	Договор № 78/ЭТ от 06.06.2022
Консультант Плюс	Договор № 318/ЭТ от 09.01.2023

11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине.

11.1 Помещения для проведения учебных занятий

Помещения для проведения учебных занятий в университете, соответствующие действующим санитарно-гигиеническим, противопожарным правилам и нормам

11.2 Технические средства обучения

Для реализации дисциплины используются следующие технические средства:

- технические средства передачи учебной информации – проекционная аппаратура широкого назначения;
- технические средства контроля знаний - компьютерные программы в подсистеме MoodleLMS, применяющиеся для проведения текущего контроля знаний учащихся;
- спортивные тренажеры и инвентарь: баскетбольные, волейбольные, мячи, баскетбольные щиты, волейбольные сетки, набивные мячи, гимнастические палки, скакалки, обручи, степы, гимнастические коврики, секундомеры.

11.3 Помещения для самостоятельной работы

Помещения оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети Интернет и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Рабочая программа дисциплины «Физическая культура и спорт»:

Разработана:

Ю.А. Савченко

Ст. преп. кафедры «Физического воспитания и
адаптивной физической культуры»

Обсуждена

на заседании кафедры «Физического воспитания и
адаптивной физической культуры», зав.кафедрой

А.А. Марченко

Согласована и рекомендована к использованию в образовательном процессе для обучающихся по направлению подготовки 44.03.03 «Специальное (дефектологическое) образование» 2023 года набора очной формы обучения 31.05.2023

Руководитель ОПОП ВО

Шульга Н.В.

Декан факультета гуманитарного и медико-
биологического образования

Н.А. Федько