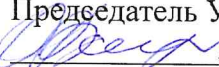


МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное учреждение  
«Национальный медицинский исследовательский центр имени В.А. Алмазова»  
Министерства здравоохранения Российской Федерации  
(ФГБУ «НМИЦ им. В.А. Алмазова» Минздрава России)

ИНСТИТУТ МЕДИЦИНСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ

ОДОБРЕНО  
Учебно-методическим советом  
ФГБУ «НМИЦ им. В.А. Алмазова»  
Минздрава России  
Председатель Учебно-методического совета  
 О.В. Сироткина  
Протокол № 19/19  
«28» мая 2019 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор Института медицинского  
образования  
ФГБУ «НМИЦ им. В.А. Алмазова»  
Минздрава России  
 Е.В. Пармон  
«28» мая 2019 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

По дисциплине

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ:  
АДАптиРОВАННАЯ ПРОГРАММА**

(наименование дисциплины)

Направление  
подготовки

**31.05.01 Лечебное дело (уровень специалитета)**

(код специальности и наименование)

Форма обучения	очная
Курс	1, 2, 3, 4, 5
Семестр	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10
Практические занятия	328 час.
Всего аудиторной работы	328 час.
Форма промежуточной аттестации	зачет – 10 семестр
Общая трудоемкость дисциплины	328 часов

## СОСТАВ ГРУППЫ АВТОРОВ-СОСТАВИТЕЛЕЙ

по разработке рабочей программы

№ п/п	Фамилия, имя, отчество	Ученая степень, звание	Занимаемая должность	Место работы
1.	Щенникова Марина Юрьевна	К.п.н., доцент	Профессор кафедры теории и методики легкой атлетики	НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург
2.	Соколова Фанида Менихановна	К.п.н., доцент	Врач по ЛФК отделения реабилитации и ЛФК	ФГБУ «НМИЦ им. В.А. Алмазова» Минздрава России
<b>По методическим вопросам</b>				
3.	Сироткина Ольга Васильевна	д.б.н.	Зам.директора ИМО	ФГБУ «НМИЦ им. В.А. Алмазова» Минздрава России

Рабочая программа дисциплины «Физическая культура и спорт: адаптированная программа» составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки **31.05.01 Лечебное дело (уровень специалитета)**, утвержденным приказом Минобрнауки России от 09.02.2016 № 95 и учебным планом.

**Рецензент:** Овсяк Т.М., старший преподаватель кафедры Теории и методики легкой атлетики НГУ им. П.Ф. Лесгафта

## 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ

Рабочая программа учебной дисциплины «Физическая культура и спорт: адаптированная программа» составлена в соответствии с учебным планом по направлению подготовки 31.05.01 Лечебное дело (уровень специалитета) в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования.

Целью освоения дисциплины является овладение обучающимися системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре.

Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья освоение дисциплины проводится на основании соблюдения принципов здоровьесбережения и адаптивной физической культуры. Теоретический материал ознакомительных практических занятий направлен на изучение основ теории и методики адаптивной физической культуры. Практические занятия для обучающихся с ограничениями передвижения включают в себя шашки и шахматы. Подвижные занятия адаптивной физкультурой в специально оборудованных спортивных залах или на открытом воздухе, которые проводятся специалистами, имеющими соответствующую подготовку, включают в себя средства гимнастики, легкой атлетики, атлетизма, физкультурно-оздоровительных технологий.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина относится к вариативной части учебного плана.

Вид промежуточной аттестации: *зачет*.

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1,2,3,4,5 курсах по очной форме обучения. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и компетенции обучающегося, полученные по дисциплине «Физическая культура» - курс средней школы.

Междисциплинарные и внутродисциплинарные связи:

Для изучения данной учебной дисциплины необходимы следующие знания, умения и навыки, формируемые предшествующими дисциплинами: «Анатомия человека», «Биология Клетки».

## 3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

### **Общекультурные компетенции (ОК):**

- способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-6).

### **Профессиональные компетенции (ПК):**

- способность и готовность к осуществлению комплекса мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья и включающих в себя формирование здорового образа жизни, предупреждение возникновения и (или) распространения заболеваний, их раннюю диагностику, выявление причин и условий их возникновения и развития, а также направленных на устранение вредного влияния на здоровье человека факторов среды его обитания (ПК-1).

В результате изучения дисциплины обучающийся будет:

<p>Формируемые компетенции: ОК-6 ПК-1</p>	<p>Знать:</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- основные понятия адаптивной физической культуры;</li> <li>- содержание видов АФК: адаптивного физического воспитания, адаптивного спорта, адаптивной двигательной рекреации, адаптивной двигательной реабилитации;</li> <li>- факторы, влияющие на процесс социальной адаптации инвалидов;</li> <li>- особенности АФК для лиц с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- правила техники безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту для инвалидов и лиц с ОВЗ;</li> <li>- требования к экипировке и инвентарю;</li> <li>- основные правила проведения соревнований по шашкам, шахматам;</li> <li>- структуру тренировочного занятия по шашкам, шахматам;</li> <li>- средства и методы, используемые при проведении занятий по шашкам, шахматам;</li> <li>- структуру тренировочного занятия по общей физической подготовке;</li> <li>- средства и методы, используемые при проведении занятий по общей физической подготовке;</li> <li>- современные физкультурно-оздоровительные технологии;</li> <li>- особенности реализации ВФСК ГТО для инвалидов.</li> </ul>
	<p>Уметь:</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать спортивное оборудование, инвентарь;</li> <li>- использовать средства и методы шашек, шахмат, гимнастики, легкой атлетики для решения задач оздоровительной и рекреационной направленности, направленных на сохранение и укрепление здоровья и включающих в себя формирование здорового образа жизни, предупреждение возникновения и (или) распространения заболеваний;</li> <li>- проводить самооценку физического развития и физической подготовленности.</li> </ul>
	<p>Владеть:</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- терминологией шашек, шахмат, гимнастики, легкой атлетики;</li> <li>- техникой общеразвивающих упражнений атлетизма, гимнастики, легкой атлетики;</li> <li>- базовыми элементами техникой игры в шашки, шахматы;</li> <li>- опытом участия в соревнованиях шашкам, шахматам,</li> <li>- опытом участия в физкультурно-массовых мероприятиях по приему контрольных нормативов ВФСК ГТО.</li> </ul>

#### 4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ, СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ) С УКАЗАНИЕМ ОТВЕДЕННОГО НА НИХ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ И ВИДОВ ЗАНЯТИЙ

##### 4.1. Объем дисциплины в академических часах, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем и на самостоятельную внеаудиторную работу обучающихся

Вид учебной работы		Всего часов	семестры									
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>		<b>328</b>	<b>40</b>	<b>40</b>	<b>50</b>	<b>32</b>	<b>40</b>	<b>40</b>	<b>40</b>	<b>12</b>	<b>10</b>	<b>24</b>
В том числе:												
Практические занятия (ПЗ)		328	40	40	50	32	40	40	40	12	10	24
Вид промежуточной аттестации		зачет	-	-	-	-	-	-	-	-	-	зачет
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>часы</b>	<b>328</b>	<b>40</b>	<b>40</b>	<b>50</b>	<b>32</b>	<b>40</b>	<b>40</b>	<b>40</b>	<b>12</b>	<b>10</b>	<b>24</b>

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

Вид занятий/семестр	Количество часов в семестре									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Практические занятия (ознакомительные)	10	10	10	10	-	-	-	-	-	-
По выбору:										
Шахматы	30	30	40	22	40	40	40	12	10	24
Шашки	30	30	40	22	40	40	40	12	10	24
Физкультурно-оздоровительные технологии	30	30	40	22	40	40	40	12	10	24
<b>Всего часов</b>	<b>40</b>	<b>40</b>	<b>50</b>	<b>32</b>	<b>40</b>	<b>40</b>	<b>40</b>	<b>12</b>	<b>10</b>	<b>24</b>

№ п/п	Тема	Содержание
1.	Цель, содержание, задачи функции и принципы адаптивной физической культуры (АФК)	<p>Понятие об адаптивной физической культуре. Адаптивная физическая культура как социальный феномен, как учебная дисциплина. Компоненты адаптивной физической культуры: ключевые допущения; изучаемые объекты; изучаемый аспект этих феноменов; уровень рассмотрения. Цель адаптивной физической культуры как вида физической культуры. Содержание основных видов адаптивной физической культуры и их наиболее общие задачи. Адаптивное физическое воспитание. Адаптивный спорт. Адаптивная двигательная рекреация. Адаптивная физическая реабилитация. Основные критерии общей патологии, отражающие объективные закономерности биологических процессов в организме человека: целостность организма; структура и функции; реактивность организма; причинно-следственная связь; адаптация организма; компенсация организма. Компоненты инфраструктуры системы физической культуры и спорта для лиц с ограниченными возможностями. Программа работы системы физической культуры и спорта для лиц с ограниченными возможностями.</p> <p>Функции адаптивной физической культуры. Социализация инвалидов, обучающихся в государственных учебных заведениях. Интегративная функция. Коммуникативная функция. Направления адаптивного спорта. Содержание ЛФК в реализации профессионально-подготовительной функции. Основные идеи, направления и принципы, лежащие в основе</p>

		адаптивной физической культуры. Пути реализации принципа гуманистической направленности в адаптивной физической культуре. Принцип социализации. Факторы, влияющие на процесс социальной адаптации. Взаимосвязь специфических принципов адаптивной физической культуры со смежными дисциплинами.
2.	Адаптивная физическая культура лиц с нарушением слуха	Роль, место и значение АФК в физкультурно-оздоровительном и спортивном движении инвалидов с поражением слуха. История Сурдалимпийского спорта. Особенности развития физических способностей у лиц, имеющих ограниченные возможности по слуху.
3.	Адаптивная физическая культура лиц с поражениями зрения	Роль, место и значение АФК в физкультурно-оздоровительном и спортивном движении инвалидов с поражениями зрения. История адаптивного спорта для лиц с поражениями зрения. Особенности развития физических способностей у лиц, имеющих ограниченные возможности по зрению.
4.	Адаптивная физическая культура лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата	Роль, место и значение АФК в физкультурно-оздоровительном и спортивном движении инвалидов с поражениями опорно-двигательного аппарата. История адаптивного спорта для лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата. Особенности развития физических способностей у лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата.
5.1	Шахматы	История шахмат. Правила игры. Терминология. Обучение базовым техническим приемам. Основные ошибки в технике. Способы исправления ошибок. Совершенствование техники выполнения базовых приемов. Общие понятия о технико-тактической деятельности игроков. Техника безопасности и санитарно-гигиенические требования на занятиях по шахматам. Правила проведения соревнований. Судейство соревнований. Требования к выполнению разрядных нормативов.
5.2	Шашки	История шашек. Правила игры. Терминология. Обучение базовым техническим приемам. Основные ошибки в технике. Способы исправления ошибок. Совершенствование техники выполнения базовых приемов. Общие понятия о технико-тактической деятельности игроков. Техника безопасности и санитарно-гигиенические требования на занятиях по шашкам. Правила проведения соревнований. Судейство соревнований. Требования к выполнению разрядных нормативов.
5.3	Физкультурно-оздоровительные технологии	Ритмическая гимнастика. Оздоровительная аэробика. Фитнесс.

#### Распределение изучаемых тем и содержания по видам занятий:

№ п/п	Тема	Практические занятия (ознакомительные)
1	Цель, содержание, задачи функции и принципы адаптивной физической культуры (АФК)	10
2	Адаптивная физическая культура лиц с нарушением слуха	10
3	Адаптивная физическая культура лиц с поражениями зрения	10
4	Адаптивная физическая культура лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата	10
Содержание практических занятий определяется в соответствии с индивидуальной программой реабилитации инвалида (при наличии), для обучающихся с ОВЗ на основе		

	нозологических особенностей и потребностей студентов:
По выбору:	
5.1	Шахматы
5.2	Шашки
5.3	Физкультурно-оздоровительные технологии

#### 4.3. Лекционный курс дисциплины не предусмотрен

#### 4.4. Тематический план практических занятий

Практические занятия реализуются на тренировочных занятиях с использованием средств физической культуры, спортивной физической подготовки обучающихся для приобретения практического опыта физкультурно-спортивной деятельности, для сохранения и укрепления здоровья, формирования здорового образа жизни, предупреждение возникновения и (или) распространения заболеваний.

На занятиях по дисциплине «Физическая культура: адаптированная программа» формируются умения и навыки для обеспечения необходимой двигательной активности обучающихся в период обучения; коррекции индивидуального физического развития с учетом всех клинико-функциональных и профессионально - трудовых и психических данных, с учетом заключения из индивидуальной программы реабилитации или абилитации (ИПРА).

№ п/п	Содержание практических занятий (ознакомительных)	Кол-во часов	Формируемые компетенции
1	Понятие об адаптивной физической культуре. Адаптивная физическая культура как социальный феномен, как учебная дисциплина. Компоненты адаптивной физической культуры: ключевые допущения; изучаемые объекты; изучаемый аспект этих феноменов; уровень рассмотрения. Цель адаптивной физической культуры как вида физической культуры.	2	ОК-6 ПК-1
2	Содержание основных видов адаптивной физической культуры и их наиболее общие задачи. Адаптивное физическое воспитание. Адаптивный спорт. Адаптивная двигательная рекреация. Адаптивная физическая реабилитация. Компоненты инфраструктуры системы физической культуры и спорта для лиц с ограниченными возможностями. Программа работы системы физической культуры и спорта для лиц с ограниченными возможностями.	2	ОК-6 ПК-1
3	Основные критерии общей патологии, отражающие объективные закономерности биологических процессов в организме человека: целостность организма; структура и функции; реактивность организма; причинно-следственная связь; адаптация организма; компенсация организма. Содержание ЛФК в реализации профессионально- подготовительной функции.	2	ОК-6 ПК-1
4	Функции адаптивной физической культуры. Социализация инвалидов, обучающихся в государственных учебных заведениях. Интегративная функция. Коммуникативная функция. Направления адаптивного спорта.	2	ОК-6 ПК-1
5	Основные идеи, направления и принципы, лежащие в основе адаптивной физической культуры. Пути реализации принципа гуманистической направленности в адаптивной физической культуре. Принцип социализации. Факторы, влияющие на процесс социальной адаптации. Взаимосвязь специфических принципов адаптивной физической культуры со смежными дисциплинами.	2	ОК-6 ПК-1
6	Роль, место и значение АФК в физкультурно-оздоровительном и спортивном движении инвалидов с поражением слуха. История адаптивного спорта для лиц с поражениями с поражением слуха.	4	ОК-6 ПК-1
7	Особенности развития физических способностей у лиц с поражением слуха.	6	ОК-6 ПК-1

8	Роль, место и значение АФК в физкультурно- оздоровительном и спортивном движении инвалидов с поражениями зрения. История адаптивного спорта для лиц с поражениями зрения.	4	ОК-6 ПК-1
9	Особенности развития физических способностей у лиц с соматическими нарушениями.	6	ОК-6 ПК-1
10	Роль, место и значение АФК в физкультурно- оздоровительном и спортивном движении инвалидов с поражениями опорно-двигательного аппарата. История адаптивного спорта для лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата.	4	ОК-6 ПК-1
11	Особенности развития физических способностей у лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата.	6	ОК-6 ПК-1
<b>Тематический план практических занятий</b>			
<b>По выбору:</b>			
<b>Шахматы</b>			
1	История возникновения шахмат в мире. История шахмат в России до распада СССР. Современное состояние шахмат в Мире, Европе и России.	4	ОК-6 ПК-1
2	Правила игры. Техника игры в шахматы.	4	
3	Начальная расстановка фигур. Ходы и взятие фигур. Шахматные партии.	82	
4	Правила проведения соревнований. Системы проведения. Позиционный стиль. Комбинационный стиль. Эндшпиль.	112	
5	Решение шахматных задач, комбинаций и этюдов.	80	
6	Учебно-тренировочная игра.	6	
<b>Шашки</b>			
1	История возникновения шашек в мире. История шашек в России до распада СССР. Современное состояние шашек в Мире, Европе и России.	4	ОК-6 ПК-1
2	Правила игры в русские шашки. Техника игры в шашки: прием-прорыв.	4	
3	Правила игры в международные шашки. Техника игры в шашки: прием-угроза.	32	
4	Правила проведения соревнований. Системы проведения. Техника игры в шашки: прием-связка.	50	
5	Правила проведения соревнований. Возрастные группы. Права и обязанности участников. Санкции. Техника игры в шашки: прием – запираение.	72	
6	Правила проведения соревнований. Место проведения. Начало встречи. Техника игры в шашки: прием – оппозиция.	40	
7	Организация соревнований по шашкам. Техника игры в шашки: прием – захват центра.	40	
8	Организация и проведение физкультурно-массовых мероприятий по шашкам. Прием – симметрия.	40	
9	Учебно-тренировочная игра.	6	
<b>Физкультурно-оздоровительные технологии</b>			
1	Содержание и требования к организации и проведению физкультурно-оздоровительной тренировки. Дозирование физических нагрузок в оздоровительной тренировке.	4	ОК-6 ПК-1
2	Комплексы упражнений силовой направленности с использованием упражнений с весом собственного тела, в парах, с использованием резиновых амортизаторов, с отягощениями.	36	
3	Ритмическая гимнастика.	82	
4	Оздоровительная аэробика.	100	
6	Фитнесс.	60	
7	Учебно-тренировочное занятие.	6	



## 5. ОРГАНИЗАЦИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

### 5.1. Организация контроля знаний и умений.

Оценочные средства для проведения текущего контроля обучающихся включает в себя показатели и критерии оценивания результатов освоения дисциплины в процессе практических занятий.

Показатели	Критерии, пороговый уровень	Форма контроля
Знания и умения:		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- основные понятия адаптивной физической культуры;</li> <li>- содержание видов АФК: адаптивного физического воспитания, адаптивного спорта, адаптивной двигательной рекреации, адаптивной двигательной реабилитации;</li> <li>- факторы, влияющие на процесс социальной адаптации инвалидов;</li> <li>- особенности АФК для лиц с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- правила техники безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту для инвалидов и лиц с ОВЗ;</li> <li>- требования к экипировке и инвентарю;</li> <li>- основные правила проведения соревнований по шашкам, шахматам;</li> <li>- структуру тренировочного занятия по шашкам, шахматам;</li> <li>- средства и методы, используемые при проведении занятий по шашкам, шахматам;</li> <li>- структуру тренировочного занятия по общей физической подготовке;</li> <li>- средства и методы, используемые при проведении занятий по общей физической подготовке;</li> <li>- современные физкультурно-оздоровительные технологии;</li> <li>- особенности реализации ВФСК ГТО для инвалидов. - использовать спортивное оборудование, инвентарь;</li> <li>- использовать средства и методы шашек, шахмат, гимнастики, легкой атлетики для решения задач оздоровительной и рекреационной направленности, направленных на сохранение и укрепление здоровья и включающих в себя формирование здорового образа жизни, предупреждение возникновения и (или) распространения заболеваний;</li> <li>- проводить самооценку физического развития и физической подготовленности.</li> </ul>	<p>Знает основные понятия адаптивной физической культуры и содержание видов АФК: адаптивного физического воспитания, адаптивного спорта, адаптивной двигательной рекреации, адаптивной двигательной реабилитации;</p> <p>Знает особенности АФК для лиц с ограниченными возможностями;</p> <p>Знает и соблюдает правила техники безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту для инвалидов и лиц с ОВЗ;</p> <p>Знает и соблюдает требования к экипировке и инвентарю;</p> <p>Знает и соблюдает основные правила игры в шашки, шахматы;</p> <p>Умеет проводить самооценку физического развития;</p> <p>Умеет использовать средства и методы шашек, шахмат, гимнастики, легкой атлетики для решения задач оздоровительной и рекреационной направленности, направленных на сохранение и укрепление здоровья и включающих в себя формирование здорового образа жизни, предупреждение возникновения и (или) распространения заболеваний.</p>	<p>контроль во время занятий, контроль по результатам игр, тестирование по контрольным нормативам</p>
Владения и опыт деятельности:		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- терминологией шашек, шахмат, гимнастики, легкой атлетики;</li> </ul>	<p>Владеет терминологией шашек, шахмат, гимнастики, легкой</p>	<p>контроль во время занятий, контроль по результатам игр,</p>

<p>- техникой общеразвивающих упражнений атлетизма, гимнастики, легкой атлетики;</p> <p>- базовыми элементами техники игры в шашки, шахматы;</p> <p>- опытом участия в соревнованиях шашкам, шахматам,</p> <p>- опытом участия в физкультурно-массовых мероприятиях по приему контрольных нормативов ВФСК ГТО</p>	<p>атлетики;</p> <p>Владеет техникой общеразвивающих упражнений атлетизма, гимнастики, легкой атлетики;</p> <p>Участвует в соревнованиях по шашкам, шахматам;</p> <p>Участвует в учебных играх, играх команд, спартакиадах, физкультурно-массовых мероприятиях для сохранения и укрепления здоровья и формирования здорового образа жизни.</p>	<p>тестирование по контрольным нормативам.</p>
---	--	--

### 5.3 Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (Приложение 1)

Форма промежуточной аттестации – зачет. Зачет включает в себя оценивание выполнения контрольных нормативов.

Нормативы для лиц с ограниченными возможностями здоровья сдаются **строго индивидуально** на основе оценки состояния организма с учетом всех клинико-функциональных и профессионально - трудовых и психических данных - по заключению индивидуальной программы реабилитации или абилитации (ИПРА) (статья 7,8 ФЗ №181 «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации»).

## 6. ХАРАКТЕРИСТИКА ИНФОРМАЦИОННО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ

В ИМО создана и функционирует электронная информационно-образовательная среда (ЭИОС), включающая в себя электронные информационные ресурсы, электронные образовательные ресурсы. ЭИОС обеспечивает освоение обучающимися образовательных программ в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся. Электронные библиотеки обеспечивают доступ к профессиональным базам данных, справочным и поисковым системам, а также иным информационным ресурсам.

### 6.1 Программное обеспечение, профессиональные базы данных, информационные справочные системы, ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», рекомендуемые для освоения дисциплины

#### 1. Программное обеспечение, рекомендуемое к использованию при осуществлении образовательного процесса по дисциплине:

Операционная система семейства Windows

Пакет OpenOffice

Пакет LibreOffice

Microsoft Office Standard 2016

NETOP Vision Classroom Management Software

Программы на платформе Moodle <http://moodle.almazovcentre.ru/>, Образовательный портал ФГБУ «НМИЦ им. В. А. Алмазова» Минздрава России.

САБ «Ирбис 64» - система автоматизации библиотек. Электронный каталог АРМ «Читатель» и Web-Ирбис

#### 2. Профессиональные базы данных, рекомендуемые к использованию при осуществлении образовательного процесса по дисциплине:

Электронная библиотечная система «Медицинская библиотека «MEDLIB.RU» ([www.medlib.ru](http://www.medlib.ru))

Электронная медицинская библиотека «Консультант врача» ([www.rosmedlib.ru](http://www.rosmedlib.ru))

Полнотекстовая база данных «ClinicalKey» ([www.clinicalkey.com](http://www.clinicalkey.com))

HTS The Biomedical & Life Sciences Collection – 2400 аудиовизуальных презентаций ([www.hstalks.com](http://www.hstalks.com))

Всемирная база данных статей в медицинских журналах

PubMed <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/>

Научная электронная библиотека <http://elibrary.ru/defaultx.asp>

### **3. Информационные справочные системы, рекомендуемые к использованию при осуществлении образовательного процесса по дисциплине:**

Реферативная и наукометрическая база данных «Scopus» (<http://www.scopus.com/>)

База данных индексов научного цитирования Web of Science ([www.webofscience.com](http://www.webofscience.com))

### **4. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», рекомендуемые для освоения дисциплины:**

Поисковые системы Google, Rambler, Yandex <http://www.google.ru>; <http://www.rambler.ru>; <http://www.yandex.ru>

Мультимедийный словарь перевода слов онлайн Мультитран <http://www.multitrans.ru/>

Университетская информационная система РОССИЯ <https://uisrussia.msu.ru>

Публикации ВОЗ на русском языке <http://www.who.int/publications/list/ru/>

Международные руководства по медицине <https://www.guidelines.gov/>

Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru/>

Федеральная электронная медицинская библиотека (ФЭМБ) <http://www.femb.ru/feml>

### **6.2. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, рекомендуемой для освоения дисциплины:**

#### **Основная литература:**

1. Биомеханика [Электронный ресурс] : учебник для вузов / П.И. Бегун, Ю.А. Шукейло. - СПб. : Политехника, 2012. – Режим доступа :

<http://www.rosmedlib.ru/book/ISBN5732503095.html>

2. Физическая культура [Электронный ресурс] / Ю. И. Евсеев. - Изд. 9-е, стер. - Ростов н/Д : Феникс, 2014. - (Высшее образование). – Режим доступа :

<http://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785222217627.html>

3. Физическая культура: Курс лекций [Электронный ресурс] : курс лекций / В.М. Шулятьев. - М. : Издательство РУДН, 2009. – Режим доступа :

<http://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785209030515.html>

#### **б) дополнительная литература (старше 10 лет):**

1. Элективные курсы по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Н.В. Тычинин - Воронеж : ВГУИТ, 2017. – Режим доступа :

<http://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785000322505.html>

2. Лекции по спортивной биомеханике [Электронный ресурс]: учебное пособие / В.Б. Коренберг. - М. : Советский спорт, 2011. – Режим доступа :

<http://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785971805281.html>

3. Общая биохимия и спорт [Электронный ресурс]: учебное пособие / Ершов Ю.А. - М. : Издательство Московского государственного университета, 2010. – Режим доступа :

<http://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785211055957.html>

4. Общая физическая подготовка. Знать и уметь [Электронный ресурс] : учебное пособие / Ю. И. Гришина. - Ростов н/Д : Феникс, 2010. - (Высшее образование). – Режим доступа : <http://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785222163061.html>

5. Профессиональная физическая культура в системе непрерывного образования молодежи [Электронный ресурс] : науч.- метод. пособие / В. А. Кабачков, С. А. Полиевский, А. Э. Буров. - М. : Советский спорт, 2010. – Режим доступа :

<http://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785971804536.html>

6. Физическая культура и оптимизация процесса спортивной подготовки: организационная культура личности юного спортсмена [Электронный ресурс] : Программа элективного курса для основного общего образования / Г.А. Кузьменко, К.М. Эссеббар. - М. : Прометей, 2013. – Режим доступа : <http://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785704223283.html>  
Физическое воспитание студентов с ослабленным здоровьем [Электронный ресурс] / Козлова О.А. - М. : Проспект, 2017. – Режим доступа : <http://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785392242078.html>

## **7. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИХ МАТЕРИАЛОВ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ:**

Преподавание данной дисциплины должно вестись в соответствии с ФГОС ВО. Преподаватель обязан знать все теоретические разделы курса, уметь доходчиво объяснять обучающимся теоретические и методические основы физического воспитания. В своей педагогической деятельности преподаватель должен опираться на современные знания теории физического воспитания и спорта, для чего необходимо использовать при подготовке к аудиторным занятиям не только классические учебники, но и методические разработки ведущих специалистов в данной области, методические рекомендации по организации проектирования программы занятий физическими упражнениями.

При реализации рабочей программы следует стремиться соблюдать логические связи между отдельными темами и разделами, четко структурировать материал, опираться на дидактические единицы и использовать специфическую терминологию.

Выбор конкретных методик проведения занятий зависит от индивидуальных особенностей и предпочтений преподавателя, а также от особенностей аудитории.

## **8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

Для осуществления образовательного процесса по дисциплине «Физическая культура и спорт: адаптированная программа» программы ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ (СПЕЦИАЛИТЕТ) по направлению подготовки 31.05.01 Лечебное дело Центр располагает материально-технической базой, соответствующей действующим противопожарным правилам и нормам и обеспечивающей проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, практической и научно-исследовательской работ обучающихся, предусмотренных учебной дисциплиной.

Для проведения занятий по дисциплине «Физическая культура и спорт: адаптированная программа» специальные помещения имеют материально-техническое и учебно-методическое обеспечение:

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа - укомплектована специализированной (учебной) мебелью, техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации.

Специальные помещения для проведения занятий семинарского типа (практических занятий), текущего контроля и промежуточной аттестации – спортивные залы и бассейн, укомплектованы спортивным инвентарем.

Оснащенность специальных помещений отражена в Справке о материально-техническом обеспечении основной образовательной программы высшего образования – программы специалитета.

## **9. КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Состав и квалификация научно-педагогических работников обеспечивающих осуществление образовательного процесса по дисциплине «Физическая культура и спорт: адаптированная программа» соответствует требованиям ФГОС ВО по направлению подготовки 31.05.01 Лечебное дело (уровень специалитета) и отражен в Справке о кадровом обеспечении основной образовательной программы высшего образования.

## ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ

дополнений и изменений в рабочую программу

по дисциплине

**«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ: АДАптиРОВАННАЯ ПРОГРАММА»**

основной профессиональной образовательной программы высшего образования по направлению подготовки 31.05.01 Лечебное дело (уровень специалитета)

(набор 2019 г)

1. В текст рабочей программы вносятся изменения распределения часов контактной работы и самостоятельной внеаудиторной работы:

Пункт 4. Рабочей программы с 3 курса 5 семестра читать в следующей редакции:

### 4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ, СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ) С УКАЗАНИЕМ ОТВЕДЕННОГО НА НИХ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ И ВИДОВ ЗАНЯТИЙ

#### 4.1 Объем дисциплины в академических часах, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем и на самостоятельную внеаудиторную работу обучающихся

Вид учебной работы	Всего часов	семестры										
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	<b>222</b>	<b>40</b>	<b>40</b>	<b>50</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>12</b>	
В том числе:												
Практические занятия (ПЗ)	222	40	40	50	16	16	16	16	8	8	12	
Самостоятельная работа	106	-	-	-	16	24	24	24	4	2	12	
<i>Выполнение индивидуальных заданий</i>	<i>100</i>	<i>-</i>	<i>-</i>	<i>-</i>	<i>16</i>	<i>24</i>	<i>24</i>	<i>24</i>	<i>4</i>	<i>2</i>	<i>6</i>	
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>	<i>6</i>	<i>-</i>	<i>-</i>	<i>-</i>	<i>-</i>	<i>-</i>	<i>-</i>	<i>-</i>	<i>-</i>	<i>-</i>	<i>6</i>	
<b>Вид промежуточной аттестации</b>	<b>зачет</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>зачет</b>	
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>часы</b>	<b>328</b>	<b>40</b>	<b>40</b>	<b>50</b>	<b>32</b>	<b>40</b>	<b>40</b>	<b>40</b>	<b>12</b>	<b>10</b>	<b>24</b>

#### 4.2 Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов занятий

Наименование темы (раздела)	Контактная работа, академ. ч		Самостоятельная внеаудиторная работа	Всего
	Лекции	Практические занятия		
Физкультурно-оздоровительные технологии	-	206	98	304
Шахматы	-	8	4	12
Шашки	-	8	4	12
<b>ИТОГО</b>	<b>-</b>	<b>222</b>	<b>106</b>	<b>328</b>

### 4.3 Тематический план лекционного курса дисциплины – не предусмотрено

#### 4.4 Тематический план практических занятий (по семестрам)

Практические занятия реализуются на тренировочных занятиях с использованием средств физической культуры, спортивной физической подготовкой обучающихся для приобретения практического опыта физкультурно-спортивной деятельности, для сохранения и укрепления здоровья, формирования здорового образа жизни, предупреждение возникновения и (или) распространения заболеваний.

На занятиях по дисциплине «Физическая культура и спорт: адаптированная программа» формируются умения и навыки для обеспечения необходимой двигательной активности обучающихся в период обучения; коррекции индивидуального физического развития с учетом всех клинико-функциональных и профессионально-трудовых и психических данных, с учетом заключения из индивидуальной программы реабилитации или абилитации (ИПРА).

№ тем	Форма проведения практического занятия**	Наименование темы практического занятия	Часы	Содержание темы практического занятия	Формируемые компетенции	Формы и методы текущего контроля***
<b>5 семестр – 16 часов</b>						
1.	ПЗ	Физкультурно-оздоровительные технологии	4	Комплексы упражнений силовой направленности с использованием упражнений с весом собственного тела, в парах, с использованием резиновых амортизаторов, с отягощениями.	ОК-6 ПК-1	отработка практических навыков
2.	ПЗ	Физкультурно-оздоровительные технологии	4	Ритмическая гимнастика.	ОК-6 ПК-1	отработка практических навыков
3.	ПЗ	Физкультурно-оздоровительные технологии	4	Оздоровительная аэробика.	ОК-6 ПК-1	отработка практических навыков
4.	ПЗ	Физкультурно-оздоровительные технологии	4	Фитнес.	ОК-6 ПК-1	отработка практических навыков
<b>6 семестр – 16 часов</b>						
5.	ПЗ	Физкультурно-оздоровительные технологии	4	Комплексы упражнений силовой направленности с использованием упражнений с весом собственного тела, в парах, с использованием резиновых амортизаторов, с отягощениями.	ОК-6 ПК-1	отработка практических навыков
6.	ПЗ	Физкультурно-оздоровительные технологии	4	Ритмическая гимнастика.	ОК-6 ПК-1	отработка практических навыков
7.	ПЗ	Физкультурно-	4	Оздоровительная аэробика.	ОК-6	отработка



		оздоровительные технологии				ПК-1	практических навыков
8.	ПЗ	Физкультурно-оздоровительные технологии	4	Фитнес.		ОК-6 ПК-1	отработка практических навыков
<b>7 семестр – 16 часов</b>							
9.	ПЗ	Физкультурно-оздоровительные технологии	4	Комплексы упражнений силовой направленности с использованием упражнений с весом собственного тела, в парах, с использованием резиновых амортизаторов, с отягощениями.		ОК-6 ПК-1	отработка практических навыков
10.	ПЗ	Физкультурно-оздоровительные технологии	4	Ритмическая гимнастика.		ОК-6 ПК-1	отработка практических навыков
11.	ПЗ	Физкультурно-оздоровительные технологии	4	Оздоровительная аэробика.		ОК-6 ПК-1	отработка практических навыков
12.	ПЗ	Физкультурно-оздоровительные технологии	4	Фитнес.		ОК-6 ПК-1	отработка практических навыков
<b>8 семестр – 8 часов</b>							
13.	ПЗ	Физкультурно-оздоровительные технологии	4	Ритмическая гимнастика.		ОК-6 ПК-1	отработка практических навыков
14.	ПЗ	Физкультурно-оздоровительные технологии	4	Оздоровительная аэробика.		ОК-6 ПК-1	отработка практических навыков
<b>9 семестр – 8 часов</b>							
15.	ПЗ	Физкультурно-оздоровительные технологии	4	Ритмическая гимнастика.		ОК-6 ПК-1	отработка практических навыков
16.	ПЗ	Физкультурно-оздоровительные технологии	4	Оздоровительная аэробика.		ОК-6 ПК-1	отработка практических навыков
<b>10 семестр – 12 часов</b>							
17.	ПЗ	Физкультурно-оздоровительные технологии	4	Ритмическая гимнастика.		ОК-6 ПК-1	отработка практических навыков

18.	ПЗ	технологии Физкультурно-оздоровительные технологии	4	Оздоровительная аэробика.	ОК-6 ПК-1	отработка практических навыков
19.	ПЗ	Физкультурно-оздоровительные технологии	4	Фитнес.	ОК-6 ПК-1	отработка практических навыков

#### 4.5 Внеаудиторная самостоятельная работа

Вид самостоятельной работы	Часы	Формируемые компетенции
Выполнение индивидуальных заданий	100	ОК-6, ПК-1
Подготовка к промежуточной аттестации	6	ОК-6, ПК-1
	106	

Дополнения и изменения согласованы:

Дата	Ф.И.О.	Должность	Подпись	Результат/комментарии
15.02	Овечкина М.А.	зав. учебно-методическим отделом		Согласовано
15.02	Нечаева Е.А.	зав. библиотекой		Согласовано

Дополнения и изменения одобрены на заседании кафедры физиологии

Протокол № 3 от «19» декабря 2020 г. *Зав. кафедрой Астафурова / Бурылова И.В.*

Дополнения и изменения рассмотрены и одобрены на заседании Учебно-методического совета ФГБУ «НМИЦ им. В.А. Алмазова» Минздрава России

Протокол № 3 от «16» февраля 2021 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора  
по учебно-методической работе  
Института медицинского образования  
ФГБУ «НМИЦ им. В.А. Алмазова»  
Минздрава России

 / Г.А. Кухарчик