

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Павлов Валентин Николаевич
Должность: Ректор
Дата подписания: 14.06.2024 15:00:09
Уникальный программный ключ:
a562210a8a161d1bc9a34c4a0a3e820a

1

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Кафедра физической культуры

УТВЕРЖДАЮ



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

Уровень образования
Высшее – специалитет
Направление подготовки (специальность)
33.05.01 Фармация
Квалификация
Провизор
Форма обучения
Очная
Для приема: 2024

Уфа - 2024

При разработке рабочей программы учебной дисциплины в основу положены:

1. ФГОС ВО 3 по специальности 33.05.01 Фармация, утвержденный Министерством образования и науки Российской Федерации от 27 марта 2018 г. № 219;

2. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 09 марта 2016 года №91н «Об утверждении профессионального стандарта «Провизор»;

3. Учебный план по специальности 33.05.01 Фармация, утвержденный Ученым советом ФГБОУ ВО БГМУ Минздрава России от 30 мая 2024 г., протокол № 5.

Рабочая программа учебной дисциплины одобрена на заседании кафедры физической культуры от 10 апреля 2023 г., протокол № 9.

Заведующий кафедрой  Гайнуллин Р.А.

Рабочая программа учебной дисциплины одобрена УМС по специальности 33.05.01 Фармация от 28 мая 2024 г., протокол № 9.

Председатель УМС
по специальности Фармация



Н.В. Кудашкина

Разработчики:

Заведующий кафедрой физической культуры Р.А. Гайнуллин

Старший преподаватель кафедры физической культуры И.В. Самсонова

Старший преподаватель кафедры физической культуры Л.Р. Фазлутдинова

СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ:

| | |
|--|----|
| 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА | 4 |
| 1.1. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы..... | 4 |
| 1.2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций .. | 4 |
| 2. Требования к результатам освоения учебной дисциплины | 5 |
| 2.1. Типы задач профессиональной деятельности..... | 5 |
| 2.2. Перечень компетенций, индикаторов достижения компетенций и индекса трудовой функции | 5 |
| 3. СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ | 6 |
| 3.1. Объем учебной дисциплины Физическая культура и спорт по специальности «Биоинженерия и биоинформатика» и виды учебной работы..... | 6 |
| 3.2. Перечень разделов учебной дисциплины и компетенций с указанием соотнесенных с ними тем разделов дисциплины..... | 6 |
| 3.3. Разделы учебной дисциплины, виды учебной деятельности и формы контроля | 8 |
| 3.4. Название тем лекций и количество часов по семестрам изучения учебной дисциплины | 8 |
| 3.5. Название тем практических занятий в том числе практической подготовки и количество часов по семестрам изучения учебной дисциплины | 9 |
| 3.6. Лабораторный практикум | 10 |
| 3.7. Самостоятельная работа обучающегося | 10 |
| 3.7.2. Виды СРО (ВНЕАУДИТОРНАЯ РАБОТА) | 10 |
| 3.7.3. Примерная тематика контрольных вопросов | 11 |
| 4. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ (ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА) ДЛЯ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 11 |
| 4.1. Перечень компетенций и индикаторов достижения компетенций с указанием соотнесенных с ними запланированных результатов обучения по дисциплине. Описание критериев и шкал оценивания результатов обучения по дисциплине | 11 |
| 4.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценивания результатов обучения по учебной дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций..... | 12 |
| 5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ..... | 13 |
| 5.1. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения учебной дисциплины (модуля)..... | 13 |
| 5.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения учебной дисциплины (.....) | 15 |
| 6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА, НЕОБХОДИМАЯ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ (модуля) | 16 |
| 6.2. Современные профессиональные базы данных, информационные справочные системы | 20 |
| 6.3. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства..... | 21 |

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к обязательной части.

Дисциплина изучается на 1 курсе в 1 и 2 семестре.

Цели изучения дисциплины: формирование физической культуры личности и её способности направленного использования разнообразных средств физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к профессиональной деятельности.

1.2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций

| Код и наименование компетенции | Код и наименование индикатора достижения компетенции | Результаты обучения по учебной дисциплине (модулю) |
|--|--|---|
| УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | УК-7.1. Выбирает здоровые и берегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма | Овладел различным двигательным навыкам, сочетая с профессионально-прикладной физической подготовкой, методам оценки физического, функционального, психоэмоционального и энергетического состояния организма и методам коррекции средствами физической культуры; |
| | УК-7.2. Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности | Владеет методами определения личного уровня сформированности показателей физического развития и физической подготовленности. |
| | УК-7.3. Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности | Укрепил здоровье и научился поддерживать на оптимальном уровне физическую и умственную работоспособность, психомоторные навыки; |

2. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Типы задач профессиональной деятельности

Задачи профессиональной деятельности, которые лежат в основе преподавания учебной дисциплины: педагогические.

2.2. Перечень компетенций, индикаторов достижения компетенций и индекса трудовой функции

Изучение учебной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих универсальных (УК), общепрофессиональных (ОПК) и профессиональных (ПК) компетенций:

| п/№ | Номер/ индекс компетенции (или его части) и ее содержание | Номер индикатора компетенции (или его части) и его содержание | Индекс трудовой функции и ее содержание | Перечень практических навыков по овладению компетенцией | Оценочные средства |
|-----|--|---|---|---|--------------------------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 1. | УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности и для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | УК-7.1. Выбирает здоровые берегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма УК-7.2. Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности УК-7.3. Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности | - | Двигательные умения навыки для повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья. Методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | Тестовые задания, контрольные работы |

3. СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

3.1. Объем учебной дисциплины Физическая культура и спорт по направлению подготовки «Фармация» и виды учебной работы

| Вид учебной работы | Всего часов/ зачетных единиц | Семестры | |
|--|------------------------------------|-----------|-----------|
| | | 1 | 2 |
| | | часов | часов |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Контактная работа (всего), в том числе: | 48 | 24 | 24 |
| Лекции (Л) | | | |
| Практические занятия (ПЗ), | 48 | 24 | 24 |
| Семинары (С) | | | |
| Лабораторные работы (ЛР) | | | |
| Самостоятельная работа обучающегося, в том числе: | 24 | 12 | 12 |
| Вид промежуточной аттестации | зачет (З) | | |
| | экзамен (Э) | | |
| ИТОГО: Общая трудоемкость | час. | 72 | 36 |
| | ЗЕТ | | |

3.2. Перечень разделов учебной дисциплины и компетенций с указанием соотнесенных с ними тем разделов дисциплины

| № п/п | Индекс компетенции | Наименование раздела учебной дисциплины | Содержание раздела (темы разделов) |
|-------|--------------------|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| 1. | УК-7 | Гимнастика | Тема 1. Основы преподавания общеразвивающих упражнений, упражнения для правильного формирования осанки. Тема 2. Основы воспитания силовых способностей в гимнастике. Тема 3. Основы воспитания скоростно-силовых качеств в гимнастике. Тема 4. Основы воспитания гибкости. |

| | | | |
|----|------|-------------------|---|
| 2. | УК-7 | Легкая атлетика | Тема 1. Обучение технике низкого старта, Стартовый разбег. |
| | | | Тема 2. Обучение технике низкого старта на повороте. |
| | | | Тема 3. Создать представление о технике эстафетного бега. |
| | | | Тема 4. Обучение технике передачи эстафетной палочки. |
| | | | Тема 5. Создать представление о технике бега в целом. |
| | | | Тема 6. Совершенствование техники спортивной ходьбы. |
| | | | Тема 7. Совершенствование техники бега на длинные дистанции. |
| | | | Тема 8. Совершенствование техники прыжка в длину с места. |
| 3. | УК-7 | Лыжная подготовка | Тема 1. Изучение и совершенствование элементов техники одновременного двухшажного хода. |
| | | | Тема 2. Изучение и совершенствование техники коньковых ходов. |
| | | | Тема 3. Совершенствование техники передвижения одновременно одношажных, двухшажных ходов, попеременная тренировка на кругу. |
| 4. | УК-7 | Спортивные игры | Тема 1. Обучение индивидуальным действиям в нападении. Совершенствование комбинаций из освоенных элементов. |
| | | | Тема 2. Обучение групповым действиям в нападении баскетболе. |
| | | | Тема 3. Техничко-тактические действия в волейболе. |
| | | | Тема 4. Обучение тактических защитных действий в игровой ситуации. |
| | | | Тема 5. Обучение и совершенствование технике удара по воротам. |
| | | | Тема 6. Обучение и совершенствование командным действиям в нападении. |
| 5. | УК-7 | Плавание | Тема 1. Умение держаться на воде. Плавание свободным стилем. |
| | | | Тема 2. Обучение скольжению по воде: кроль на груди; кроль на спине. |
| | | | Тема 3. Совершенствование техники плавания. выполнение контрольного норматива 50 м. |

3.3. Разделы учебной дисциплины, виды учебной деятельности и формы контроля

| № п/п | № семестра | Наименование раздела учебной дисциплины (модуля) | Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу обучающихся (в часах) | | | | | Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) |
|-------|------------|--|---|----|---------|-----|-------|--|
| | | | Л | ЛР | ПЗ*, ПП | СРО | всего | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 1. | 1-4 | Гимнастика | | | 8 | 6 | 14 | Выполнение нормативов по оценке физической подготовленности. |
| 2. | 1-4 | Легкая атлетика | | | 16 | 6 | 14 | Выполнение нормативов по оценке физической подготовленности. |
| 3. | 1-4 | Лыжная подготовка | | | 6 | 6 | 12 | Выполнение нормативов по оценке физической подготовленности. |
| 4. | 1-4 | Спортивные игры | | | 12 | 6 | 14 | Выполнение нормативов по оценке физической подготовленности. |
| 5. | 1-4 | Плавание | | | 6 | - | 6 | Выполнение нормативов по оценке физической подготовленности. |

*Примечание: в том числе практическая подготовка (ПП)

3.4. Название тем лекций и количество часов по семестрам изучения учебной дисциплины (модуля)

Не предусмотрено учебным планом

3.5. Название тем практических занятий в том числе практической подготовки и количество часов по семестрам изучения учебной дисциплины (модуля)

| №п/п | Название тем практических занятий учебной дисциплины (модуля) | Семестры | |
|------|---|----------|---|
| | | 1 | 2 |
| 1. | 2 | 3 | 4 |
| 1. | Основы преподавания общеразвивающих упражнений, упражнения для правильного формирования осанки. | 2 | |
| 2. | Основы воспитания силовых способностей в гимнастике. | | 2 |
| 3. | Основы воспитания скоростно-силовых качеств в гимнастике. | 2 | |
| 4. | Основы воспитания гибкости. | | 2 |
| 5. | Обучение технике низкого старта, Стартовый разбег. | 2 | |
| 6. | Обучение технике низкого старта на повороте. | | 2 |
| 7. | Создать представление о технике эстафетного бега. | 2 | |
| 8. | Обучение технике передачи эстафетной палочки. | | 2 |
| 9. | Создать представление о технике бега в целом. | 2 | |
| 10. | Совершенствование техники спортивной ходьбы. | | 2 |
| 11. | Совершенствование техники бега на длинные дистанции. | 2 | |
| 12. | Совершенствование техники прыжка в длину с места. | | 2 |
| 13. | Изучение и совершенствование элементов техники одновременного двух шажного хода. | 2 | |
| 14. | Изучение и совершенствование техники коньковых ходов. | | 2 |
| 15. | Совершенствование техники передвижения одновременно одношажных, двухшажных ходов, попеременная тренировка на кругу. | 2 | |
| 16. | Обучение индивидуальным действиям в нападении. Совершенствование комбинаций из освоенных элементов. | | 2 |
| 17. | Обучение групповым действиям в нападении баскетболе. | 2 | |
| 18. | Технико-тактические действия в волейболе. | | 2 |
| 19. | Обучение тактических защитных действий в игровой ситуации. | 2 | |
| 20. | Обучение и совершенствование технике удара по воротам. | | 2 |
| 21. | Обучение и совершенствование командным действиям в нападении. | 2 | |
| 22. | Умение держаться на воде. Плавание свободным стилем. | | 2 |
| 23. | Обучение скольжению по воде: кроль на груди; кроль на спине. | 2 | |
| 24. | Совершенствование техники плавания. выполнение контрольного норматива 50 м. | | 2 |
| | Итого | 48 | |

3.6. Лабораторный практикум

Не предусмотрено учебным планом

3.7. Самостоятельная работа обучающегося

3.7.1. Виды СРО (АУДИТОРНАЯ РАБОТА)

Не предусмотрено учебным планом

3.7.2. Виды СРО (ВНЕАУДИТОРНАЯ РАБОТА)

| № п/п | № семестра | Тема СРО | Виды СРО | Всего часов |
|--------------------------------|------------|--|--------------------------------------|-------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. | 1 | Техника безопасности при проведении занятий по гимнастике. | Контрольные работы, тестовые задания | 2 |
| 2. | 2 | Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями по гимнастике. | Контрольные работы, тестовые задания | 2 |
| 3. | 1 | Характеристика и разновидность гимнастических упражнений. | Контрольные работы, тестовые задания | 2 |
| 4. | 2 | Техника безопасности на занятиях по легкой атлетике. | Контрольные работы, тестовые задания | 2 |
| 5. | 1 | Медико-биологические основы физической культуры и современной спортивной тренировки легкоатлета. | Контрольные работы, тестовые задания | 2 |
| 6. | 2 | Общая физическая, специальная и спортивная подготовка спортсмена легкоатлета. | Контрольные работы, тестовые задания | 2 |
| 7. | 1 | Техника безопасности на занятиях по волейболу | Контрольные работы, тестовые задания | 2 |
| 8. | 2 | Техника безопасности на занятиях по баскетболу. | Контрольные работы, тестовые задания | 2 |
| 9. | 1 | Техника безопасности на занятиях по мини-футболу. | Контрольные работы, тестовые задания | 2 |
| 10. | 2 | Лыжный спорт в системе массовой оздоровительной работы. | Контрольные работы, тестовые задания | 2 |
| 11. | 1 | Общая физическая, специальная подготовка спортсмена лыжника. | Контрольные работы, тестовые задания | 2 |
| 12. | 2 | Техника передвижения на лыжах, термины и понятия техники лыжного спорта. | Контрольные работы, тестовые задания | 2 |
| ИТОГО часов в семестре: | | | | 24 |

3.7.3. Примерная тематика контрольных вопросов

Семестр 1-2.

1. Физическая культура и спорт в России.
2. Средства и методы физической культуры.
3. Естественно-научные основы физической культуры
4. Медицинские проблемы спортивной тренировки (врачебный контроль, педагогический, самоконтроль; взаимосвязь двигательной активности и продолжительности жизни).
5. Физиологические основы спортивной и оздоровительной тренировки (тип, величина, интенсивность нагрузки; частота занятий; интервалы отдыха; методы тренировки).
6. Допинги: биологические, фармакологические, наркотические, психологические; социальные аспекты.
7. Методы контроля за функциональным и физическим состоянием человека.
8. Двигательный режим в оздоровительной программе врача.
9. Характеристика условий труда и характера психофизической нагрузки профессиональной деятельности врача.
10. Организация и формы врачебного контроля в процессе занятий прикладной физической культурой и спортом.

4. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ (ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА) ДЛЯ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (модуля)

4.1. Перечень компетенций и индикаторов достижения компетенций с указанием соотнесенных с ними запланированных результатов обучения по дисциплине. Описание критериев и шкал оценивания результатов обучения по дисциплине

Код и формулировка компетенции: УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

| Код и наименование индикатора достижения компетенции | Результаты обучения по дисциплине | Критерии оценивания результатов обучения | |
|--|---|--|---|
| | | Не зачтено | Зачтено |
| УК-7. Способен поддерживать должный | Знать оздоровительное, образовательное и воспитательное | Не знает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических | Знает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических |

| | | | |
|--|--|---|--|
| уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности. | упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности. | упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности. |
| | Уметь определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности. | Не умеет определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности. | Умеет определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности. |
| | Владеть умением отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья. | Не владеет умением отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья. | Владеет умением отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья. |

4.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценивания результатов обучения по учебной дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций

| Код и наименование индикатора достижения компетенции | Результаты обучения по дисциплине | Оценочные средства |
|---|--|---------------------------|
| УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для | Знать оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, | Тестовые задания |

| | | |
|--|--|------------------|
| обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | основы организации физкультурноспортивной деятельности. | |
| | Уметь определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности. | Тестовые задания |
| | Владеть умением отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья. | Тестовые задания |

5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (модуля)

5.1. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения учебной дисциплины (модуля)

Основная литература:

| № | Наименование | Авторы | Год издания | Кол-во экз. |
|---|--|--|-------------|---|
| 1 | Инновационный метод в системе высшего образования (кейс-технология) [Текст] : практикум для обучающихся - Уфа , [1] с. : ил. | И.Р. Юсупов | 2021 | 50 |
| 2 | Мини-футбол как элективный курс [Текст] : учебное пособие Уфа . - 73, [1] с. : ил. | А. М. Закиев, Р. А. Гайнуллин, Р. Я. Абзалилов, З. Г. Сулейманова. | 2020 | 30 |
| 3 | Мини-футбол как элективный курс [Электронный ресурс] : учебное пособие / - Электрон. текстовые дан. - Уфа, | А. М. Закиев, Р. А. Гайнуллин, Р. Я. Абзалилов, З. Г. Сулейманова. | 2020 | Режим доступа: http://library.bashgmu.ru/elibdoc/elib755.2.pdf |
| 4 | Основы классического массажа [Текст] : учебное пособие / - Уфа, . - 61, [1] с. : ил. | И. Р. Юсупов, Р. А. Гайнуллин, Г. И. Сабирова, А. М. Закиев. | 2020 | 50 |
| 5 | Основы классического массажа [Электронный ресурс] : учебное пособие / - Электрон. текстовые дан. - Уфа, | И. Р. Юсупов, Р. А. Гайнуллин, Г. И. Сабирова, А. М. Закиев. | 2020 | Режим доступа: http://library.bashgmu.ru/elibdoc/elib756.2.pdf |
| 6 | Лечебная физическая культура [Электронный ресурс]: учебное пособие / В. А. | Епифанов, В. А. | 2014 | Режим доступа: http://www.studmedlib.ru/ru/book/ISBN9 |

| | | | | |
|---|---|-------------------------------------|------|---|
| | Епифанов. - 2-е изд., перераб. и доп. - Электрон. текстовые дан. - М. : ГЭОТАР-Медиа, - 568 с. | | | 785970430842.html |
| 7 | Физическая культура [Электронный ресурс]: учебник /. - Электрон. текстовые дан. -М.: Издательство Юрайт | И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов | 2019 | Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/fizicheskaya-kultura-431427 |

Дополнительная литература:

| № | Наименование | Авторы | Год издания | Кол-во экз. |
|---|--|---|-------------|--|
| 1 | Основы гиревого двоеборья (Элективный курс) [Текст] : учеб. пособие / ФГБОУ ВО «Баш. гос. мед. ун-т» МЗ РФ ; сост. [и др.]. - Уфа, 2018. - 87,[1] с. | Юсупов И. Р. | 2018 | 50 |
| 2 | Основы гиревого двоеборья (Элективный курс) [Электронный ресурс] : учеб. пособие / ФГБОУ ВО «Баш. гос. мед. ун-т» МЗ РФ ;[и др.]. - Электрон. текстовые дан. - Уфа, | Юсупов И. Р. | 2018 | Режим доступа: http://library.bashgmu.ru/elibdoc/elib688.1.pdf |
| 3 | Плавание как одна из форм занятий элективного курса прикладной физической культуры [Текст] : учеб. пособие / ФГБОУ ВО «Баш. гос. мед. ун-т» МЗ РФ ;. - Уфа, 2017. - 53,[1] с. | Абзалилов Р. Я., Гайнуллин Р. А., Усманов Э. Г. | 2017 | 15 |
| 4 | Плавание как одна из форм занятий элективного курса прикладной физической культуры [Электронный ресурс] : учеб. пособие / ФГБОУ ВО «Баш. гос. мед. ун-т» МЗ РФ ; Электрон. текстовые дан. - Уфа, 2017.-. | Абзалилов Р. Я., Гайнуллин Р. А., Усманов Э. Г. | 2017 | http://library.bashgmu.ru/elibdoc/elib670.pdf . |
| 5 | Основы образовательно-развивающей гимнастики [Текст] : учеб. пособие / Баш. гос. мед. ун-т. - Уфа, 2014. - 143,[1] с. | Л. Р. Шафикова | 2014 | 15 |
| 6 | Основы образовательно-развивающей гимнастики [Электронный ресурс] : учеб. пособие /; Баш. гос. мед. ун-т. - Электрон. текстовые дан. - Уфа, | Л. Р. Шафикова | 2014 | Режим доступа: http://library.bashgmu.ru/elibdoc/elib572.pdf |

| | | | | |
|----|---|--|------|---|
| 7 | Физическая реабилитация больных с сердечно-сосудистой патологией: учеб. пособие / Баш. гос. мед. ун-т ; сост.: - Уфа, 2009. - 89 с. | С.Н. Колпиков, З. Х. Мусин | 2009 | 50 |
| 8 | Физическая реабилитация больных с сердечно-сосудистой патологией [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Баш. гос. мед. ун-т ; сост.: Электрон. текстовые дан. - Уфа, 2009. | С. Н. Колпиков, З. Х. Мусин. | 2009 | Режим доступа: http://library.bashgmu.ru/elibdoc\elib198.doc |
| 9 | Лекции по физической культуре в 3-х частях [Электронный ресурс]: часть 2 / А. В. Смышляев, В. Н. Васильев, Е. В. Бондаренко и др. - Электрон. текстовые дан. - Томск : Издательство СибГМУ, 2020. | А. В. Смышляев, В. Н. Васильев, Е. В. Бондаренко | 2020 | Режим доступа: https://www.bookup.ru/ru/book/lekcii-po-fizicheskoj-kulture-v-3-h-chastyah-chast-2-11444463/ |
| 10 | Электронно-библиотечная система «Консультант студента» для ВПО | | | www.studmedlib.ru |
| 11 | Электронно-библиотечная система «ЮРАЙТ» | | | www.biblio-online.ru |
| 11 | База данных «Электронная учебная библиотека» | | | http://library.bashgmu.ru |
| 9 | Электронно-библиотечная система eLIBRARY. Коллекция российских научных журналов по медицине и здравоохранению | | | http://elibrary.ru |

5.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения учебной дисциплины (модуля)

1. www.studmedlib.ru (Электронно-библиотечная система «Консультант студента» для ВПО)
2. <http://e.lanbook.com> (Электронно-библиотечная система «Лань»)
3. <http://library.bashgmu.ru> (База данных «Электронная учебная библиотека»)

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА, НЕОБХОДИМАЯ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЯ)

6.1. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по учебной дисциплине (модуля)

Таблица

| № п/п | Наименование вида образования, уровня образования, профессии, специальности, направления подготовки (для профессионального образования), подвида дополнительного образования | Наименование объекта, подтверждающего наличие материально-технического обеспечения, с перечнем основного оборудования | Адрес (местоположение) объекта, подтверждающего наличие материально-технического обеспечения, (с указанием номера такого объекта в соответствии с документами по технической инвентаризации) |
|----------|--|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| 1 | Б1.О.34 Физическая культура и спорт | <p>Учебный корпус №10 ФГБОУ ВО БГМУ Минздрава России, кафедра физической культуры:</p> <p>Учебная аудитория №407 для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, оборудованная: зал, зеркала-5шт, стол для настольного тенниса Start Line Champion-2шт., шкаф-1шт., стол-1шт., стул-1шт.</p> <p>Учебная аудитория №408 для самостоятельной работы, оснащенная компьютерной техникой и с возможностью подключения к сети Интернет и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду ФГБОУ ВО БГМУ Минздрава России.</p> <p>Оборудование: стол рабочий-2шт., стеллаж-1шт., стол ученический-10шт., стул для преподавателя-2шт., стул аудиторный-17шт., ростомер-1шт., проектор Optoma-1шт., компьютерная техника: экран</p> | <p>450000, Республика Башкортостан, г. Уфа, Кировский р-н, ул. Театральная, д. 2, корп. 1, 4 этаж, №407</p> <p>450000, Республика Башкортостан, г. Уфа, Кировский р-н, ул. Театральная, д. 2, корп. 1, 4 этаж, №408</p> |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | <p>для проектора Digis-1шт., компьютер, процессор Celeron-Dual-Core, материнская плата ASUS, клавиатура, мышь, монитор-1шт.</p> <p>Лыжная база №123 для основных отделений: лыжи п/пластик STC-60 пар, ботинки лыжные Trek-60 пар, палки лыжные Trek-60пар</p> <p>Лыжная база №319 для спортивных отделений.</p> <p>Оборудование: лыжи Фишер – 2 пары; лыжи беговые Фишер – 3 пары; палки гоночные – 3 пары.</p> <p>Тир пневматический №123а</p> <p>Винтовка пневматическая спортивная МР-573-1 шт.</p> <p>Винтовка пневматическая МР-512-22 - 15 шт. Труба зрительная «Сибирь» -1шт.</p> <p>Штатив -1шт.</p> <p>Спортивный зал (игровой) №101 для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, оборудованный: ворота гандбольные – 2 шт. ; вышка судейская волейбольная -1шт.; сетка волейбольная офиц.- 1шт.; стойка волейбольная с механизмом – 1шт.; стол для настольного тенниса – 4 шт.; татами -1шт.; ковер борцовский 12,3*12,3 с люверсами двухцветный - 1шт.; ринг боксерский 7*7- 1шт.; ринг боксерский с боевой зоной 6*6 -1шт.; козел-1шт.; конь -1шт.</p> | <p>450000, Республика Башкортостан, г. Уфа, Кировский р-н, ул. Театральная, д. 2, корп. 1, 1 этаж, №123</p> <p>450000, Республика Башкортостан, г. Уфа, Кировский р-н, ул. Театральная, д. 2, корп. 1, 3 этаж, №319</p> <p>450000, Республика Башкортостан, г. Уфа, Кировский р-н, ул. Театральная, д. 2, корп. 1, 1 этаж, №123а</p> <p>450000, Республика Башкортостан, г. Уфа, Кировский р-н, ул. Театральная, д. 2, корп. 1, 1 этаж, №101</p> |
| | | <p>Фитнес центр №101а для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, оборудованный: весы ВЭМ – 150 эл.-1шт.;</p> | <p>450000, Республика Башкортостан, г. Уфа, Кировский р-н, ул. Театральная, д. 2, корп. 1, 1 этаж, №101а</p> |

| | | | |
|--|--|---|--|
| | | <p>гантель проф. 12 кг СТ-550 – 2 шт.; гантель проф. 14 кг СТ-550 – 2 шт.; гантель проф. 16 кг СТ-550 – 2 шт.; гантель проф. 18 кг СТ-550 – 2 шт.; гантель проф. 20 кг СТ-550 – 2 шт.; гантель проф. 22 кг СТ-550 – 2 шт.; гантель проф. 24 кг СТ-550 – 2 шт.; гантель проф. 26 кг СТ-550 – 2 шт.; гантель проф. 28 кг СТ-550 – 2 шт.; гантель проф. 30 кг СТ-550 – 2 шт.; голень сидя СТ-213 – 1шт.; гриф Z-образная с замками. Диаметр 50 мм.- 1шт; гриф штанги «Олимп-й» 2200 мм., хром., нагрузка 400 кг L-001- 2шт.; мешок боксерский из кожи 102 кг. – 2 шт.; мешок боксерский из кожи 43 - 53 кг; мешок боксерский СМК 40x180, 110 кг. – 3 шт; подушка настенная ПНКК 50x70x18 – 1 шт.; ринг боксерский с боевой зоной 6x6 – 1 шт.; скамейка горизонт. регулируемая СТ-302 –1 шт.; скамейка горизонт. для жима СТ-304 -1 шт.; скамейка горизонт. для жима под углом вниз. СТ-306 -1 шт.; скамейка для пресса регулируемая СТ – 311 – 1шт.; скамейка Скотта СТ – 303 – 1шт.; станок для разгибания спины СТ – 313 – 1шт.; станок комбинированный с разгрузкой СТ – 125 -1шт.; Т – образная тяга СТ – 204 - 1шт.; тренажер блок для мышц спины (верхняя тяга) СТ – 101 -1 шт.; тренажер блок для мышц спины (нижняя тяга) СТ – 102 -1шт.; тренажер для мышц бедра-разгибатель СТ-107 -1шт.; тренажер для мышц бедра-сгибатель СТ-108 -1шт.; тренажер для приводящих и отводящих мышц бедра СТ – 109 -1шт.; тренажер для ягодичных мышц бедра</p> | |
|--|--|---|--|

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | <p>радиальный СТ-131 -1шт.; шкаф металлический одежный ШРМ – 21 – 30 шт.; перчатки боксерские CLINICH – 6 пар; перчатки снарядные боксерские – 4 пар Зал для силового троеборья №1016 для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, оборудованный: штанга гимнастическая –2 шт.; стойка для приседания - 1шт; стойка для штанги регулируемая -1шт.; тренажер – 2 шт.; тренажер многоцелевой В.513.1; гири – 20 шт.; стойка под гантели- 1шт.; гантель профессиональная-6 пар; скамья горизонтальная-1шт.; скамья для жима горизонтальная со страховочной платформой- 1шт.; скамья регулируемая- 1шт.; станок комбинированный В.313- 1шт.; шкаф-1шт.</p> | <p>450000, Республика Башкортостан, г. Уфа, Кировский р-н, ул. Театральная, д. 2, корп. 1, 1 этаж, №1016</p> |
| | | <p>Гимнастический зал №203 для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, оборудованный: брусья гимнастические мужские -1шт.; бревно гимнастическое высокое 5 м. -1 шт.; татами с зацепом "ласточкин хвост"-180шт.</p> | <p>450000, Республика Башкортостан, г. Уфа, Кировский р-н, ул. Театральная, д. 2, корп. 1, 2 этаж, №203</p> |
| | | <p>Библиотека (комн. № 126) оборудованная мультимедийными, методическими, наглядными, и другими средствами обучения. Оборудование: компьютер, мультимедийный проектор, экран, стенды с учебно-методическими материалами, демонстрационный и справочный материал.</p> | <p>450008, Республика Башкортостан, г. Уфа, Кировский р-н, ул. Пушкина, д. 96/98, 1 этаж, №126</p> |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | <p>Учебная аудитория № 531 для самостоятельной работы. Помещения оборудованы компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду ФГБОУ ВО БГМУ Минздрава России.</p> <p>Лаборантская №332 - помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования. Мебель для хранения учебного оборудования: стеллажи. Технические средства для профилактического обслуживания учебного оборудования.</p> | <p>450008, Республика Башкортостан, г. Уфа, Кировский р-н, ул. Пушкина, д. 96/98, 5 этаж, №531</p> <p>450000, Республика Башкортостан, г. Уфа, Кировский р-н, ул. Театральная, д. 2, корп. 1, 3 этаж, №332</p> |
|--|--|--|--|

6.2. Современные профессиональные базы данных, информационные справочные системы

1. <http://mon.gov.ru> - Официальный сайт Министерства Образования и науки РФ.
 2. <http://minstm.gov.ru/> - Официальный сайт Министерства спорта, туризма и молодёжной политики РФ.
 3. <http://www.minzdravsoc.ru> - Официальный сайт Министерства здравоохранения и социального развития РФ.
 4. <http://cnit.ssau.ru/kadis/ocnovset> - Физическая культура студента. Электронный учебник. Содержание учебника соответствует программе дисциплины «Физическая культура» для высших учебных заведений.
 5. <http://sportlaws.infosport.ru> - Спортивное право. База данных, содержащая нормативные и законодательные акты, регулирующие правовые, организационные, экономические и социальные отношения в сфере физической культуры и спорта.
 6. <http://lib.sportedu.ru> - Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту РФ.
 7. <http://elibrary.ru/defaultx.asp> - e-library - Научная электронная библиотека
 8. <http://www.edu.ru/modules.php> - Российское образование. Федеральный портал.
- <http://www.infosport.ru/press/fkvot> - Физическая культура:

6.3. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

| № п/п | Наименование | Описание | Кол-во | Поставщик | Где установлено |
|-------|--|---|--------|----------------------|---|
| 1. | Права на программу для ЭВМ корпоративная лицензия на специальный набор программных продуктов Microsoft Desktop School ALNG LicSAPk OLVS E 1Y AcademicEdition Enterprase | Операционная система Microsoft Windows + офисный пакет Microsoft Office | 200 | ООО «Софтлайн Трейд» | Кафедры и подразделения Университета |
| 2. | Права на программу для ЭВМ набор веб-сервисов, предоставляющих доступ к различным программам и услугам на основе платформы Microsoft Office для образования Microsoft Office 365 A5 for faculty - Annually | Организация ВКС Microsoft Teams | 25 | ООО «Софтлайн Трейд» | Лекционные аудитории Кафедры и подразделения Университета |
| 3. | Права на программу для ЭВМ система антивирусной защиты персональных компьютеров Dr.Web Desktop Security Suite Комплексная защита + Центр управления | Антивирусная защита (российское ПО) | 1750 | ООО «Софтлайн Трейд» | Сервера, кафедры и подразделения Университета |
| 4. | Права на программу для ЭВМ система антивирусной защиты рабочих станций и файловых серверов Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 500-999 Node 1 year Educational Renewal License | Антивирусная защита (российское ПО) | 450 | ООО «Софтлайн Трейд» | Кафедры и подразделения Университета |
| 5. | Права на программу для ЭВМ Офисное программное обеспечение МойОфис Стандартный | Офисный пакет (российское ПО) | 120 | ООО «Софтлайн Трейд» | Кафедры и подразделения Университета |
| 6. | Права на программу для ЭВМ Операционная система для образовательных учреждений Астра Linux Common Edition | Операционная система (российское ПО) | 40 | ООО «Софтлайн Трейд» | Кафедры и подразделения Университета |
| 7. | Права на программу для ЭВМ Система контент-фильтрации SkyDNS | Фильтрация интернет-контента (российское ПО) | 1 | ООО «Софтлайн Трейд» | Сервер |
| 8. | Права на программу для ЭВМ Система для организации и | Организации веб- | 1 | ООО «Софтлайн | Сервер |

| | | | | | |
|-----|---|---|----|-----------------------|---|
| | проведения веб-конференций, вебинаров, мастер-классов Mirapolis Virtual Room | конференций, вебинаров, мастер-классов (российское ПО) | | Трейд» | |
| 9. | Права на программу для ЭВМ Система дистанционного обучения Русский Moodle 3KL | Учебный портал (в составе ЭИОС БГМУ) (российское ПО) | 1 | «Софтлайн Трейд» | Хостинг на внешнем ресурсе |
| 10. | Права на программу для ЭВМ " АИС «БИТ: Управление вузом» " | Электронный деканат (в составе ЭИОС БГМУ) (российское ПО) (российское ПО) | 1 | Компания «Первый БИТ» | Сервер |
| 11. | Права на программу для ЭВМ «1С-Битрикс: Внутренний портал учебного заведения» (неогр. кол-во пользователей) | Корпоративный портал (в составе ЭИОС БГМУ) (российское ПО) | 1 | ООО «ВэбСофт» | Сервер |
| 12. | Права на программу для ЭВМ «1С-Битрикс: Управление сайтом - Эксперт» | Сайт ОО (в составе ЭИОС БГМУ) (российское ПО) | 1 | ООО «ВэбСофт» | Хостинг на внешнем ресурсе |
| 13. | Права на программу для ЭВМ «1С-Битрикс: Сайт учебного заведения» | | 1 | ООО «ВэбСофт» | Хостинг на внешнем ресурсе |
| 14. | Права на программу для ЭВМ пакет для статистического анализа Statistica Basic Academic for Windows 12 Russian/12 English | Пакет для статистического анализа данных | 10 | ООО «Софтлайн Трейд» | Кафедра общественного здоровья и организации здравоохранения |
| 15. | Права на программу для ЭВМ пакет для статистического анализа Statistica Basic Academic for Windows 10 Russian/13 English | | 11 | ООО «Софтлайн Трейд» | Кафедра эпидемиологии – 3 шт., Кафедра патофизиологии – 4 шт., Кафедра эпидемиологии – 3 шт., |

| | | | | |
|-----|---|----|----------------------|---|
| | | | | Кафедра фармакологии – 1 шт. |
| 16. | Права на программу для ЭВМ пакет для статистического анализа Statistica Basic Academic for Windows 13 Russian/13 English | 5 | ООО «Софтлайн Трейд» | Кафедра нормальной физиологии – 4 шт., Кафедра стоматологии детского возраста и ортодонтии – 1 шт. |
| | Права на программу для ЭВМ пакет для статистического анализа Statistica Basic Academic for Windows 13 Russian/13 English | 75 | ООО «Софтлайн Трейд» | Кафедра медицинской физики |
| | Права на программу для ЭВМ пакет для статистического анализа Statistica Basic Academic for Windows 13 Russian/13 English (сетевая) | 50 | ООО «Софтлайн Трейд» | Сервер |