

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Павлов Валентин Николаевич

Должность: Ректор

Дата подписания: 11.06.2023 09:10

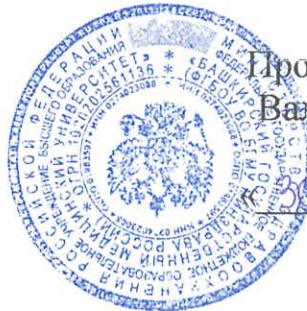
Уникальный программный ключ:

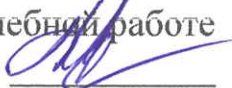
a562210a8a161d1bc9a34c4a0a3e820ac76b9d73665849e6d6db2e5a4e71d6ee

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

Кафедра физической культуры

УТВЕРЖДАЮ



Проректор по учебной работе  
Валишин Д.А. / 

» мая 2023г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ**

Уровень образования

Высшее – специалитет

Специальность

31.05.01 Лечебное дело

Квалификация

Врач- лечебник

Форма обучения

Очная

Для приема: 2023

Уфа - 2023

При разработке рабочей программы учебной дисциплины в основу положены:

1) ФГОС ВО 3 по специальности 31.05.01 - Лечебное дело (специалитет), утвержденный приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации № 988 от 12 августа 2020 г;

2) Учебный план по специальности 31.05.01 - Лечебное дело, утвержденный Ученым советом ФГБОУ ВО БГМУ Минздрава России от 30 мая 2023 г., протокол № 5;

3) Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ №293н от 21 марта 2017 г. «Об утверждении профессионального стандарта «Врач-лечебник (врач-терапевт участковый)»».

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 31.05.01 Лечебное дело от « 25 » 04 2023, протокол № 5 .

**Председатель УМС**

по специальности Лечебное дело  / Фаршатова Е.Р.

**Разработчики:**

Гайнуллин Р.А., заведующий кафедрой физической культуры

Самсонова И.В., старший преподаватель кафедры физической культуры

Фазлутдинова Л.Р., старший преподаватель кафедры физической культуры

## 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 .....	6
2.1. Типы задач профессиональной деятельности .....	6
2.2. Перечень компетенций, индикаторов достижения компетенций и индекса трудовой функции .....	6
3. Содержание рабочей программы .....	7
3.1. Объем учебной дисциплины Физическая культура и спорт .....	8
по специальности «Лечебное дело» .....	8
и виды учебной работы .....	8
3.2. Перечень разделов учебной дисциплины и компетенций с указанием соотнесенных с ними тем разделов дисциплины .....	8
3.3. Разделы учебной дисциплины, виды учебной деятельности и формы контроля .....	9
3.4. Название тем лекций и количество часов по семестрам изучения учебной дисциплины .....	10
3.5. Название тем практических занятий в том числе практической подготовки и количество часов по семестрам изучения учебной дисциплины .....	10
3.6. Лабораторный практикум .....	11
3.7. Самостоятельная работа обучающегося .....	11
3.7.2. Виды СРО (ВНЕАУДИТОРНАЯ РАБОТА) .....	12
3.7.3. Примерная тематика контрольных вопросов .....	12
4. оценочные материалы (оценочные средства) для контроля успеваемости и результатов освоения учебной дисциплины .....	13
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 .....	13
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 .....	15
5. Учебно-методическое обеспечение учебной дисциплины .....	16
5.1. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения учебной дисциплины (модуля) .....	16
5.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения учебной дисциплины (.....) .....	19
6. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по учебной дисциплине (модуля) .....	19
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 и 2 курсе, в 1 и 4 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 сберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма	Знать оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурноспортивной деятельности.
	УК-7.2. Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности	Уметь определять личный уровень 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	Владеть умением отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.
ОПК-2. Способен проводить и осуществлять контроль эффективности мероприятий по профилактике, формированию	ОПК 2.2. Использует знания по основам профилактической медицины, направленной на укрепление здоровья населения.	Знать оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурноспортивной деятельности.

здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению населения	ОПК-2.3. Осуществляет контроль эффективности мероприятий по профилактике, формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению.	Уметь определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.
ОПК-3. Способен к противодействию применения допинга в спорте и борьбе с ним	ОПК-3.1. Осуществляет консультации спортсменам по использованию лекарственных веществ в целях предотвращения применения допинг-препаратов.	Знать оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурноспортивной деятельности.
	ОПК-3.2. Осуществляет контроль за спортсменами для предотвращения применения допинга.	Уметь определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.

## 2. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Типы задач профессиональной деятельности

Задачи профессиональной деятельности, которые лежат в основе преподавания учебной дисциплины: организационно-управленческий.

### 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 сберегающие 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
2.	ОПК-2. Способен проводить и осуществлять контроль эффективности мероприятий по профилактике, формированию	ОПК 2.2. Использует знания по основам профилактической медицины, направленной на укрепление здоровья населения. ОПК-2.3. Осуществляет контроль эффективности мероприятий по	А/05.7. Проведение и контроль эффективности мероприятий по профилак	Прививает знания и обучает практическим навыкам использования нетрадиционных средств физической культуры для	Тестовые задания, контрольные работы

	здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению населения	профилактике, формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению.	ике и формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению населения	укрепления и восстановления здоровья.	
3.	ОПК-3. Способен к противодействию применения допинга в спорте и борьбе с ним	ОПК-3.1. Осуществляет консультации спортсменам по использованию лекарственных веществ в целях предотвращения применения допинг-препаратов.  ОПК-3.2. Осуществляет контроль за спортсменами для предотвращения применения допинга.	А/05.7. Проведение и контроль эффективности мероприятий по профилактике и формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению населения	Формирует навыки соблюдения требований личной и общественной гигиены, мотивационное отношение к ежедневному выполнению двигательного режима, прививать интерес к занятиям спортом желание к отказу от вредных привычек.	Тестовые задания, контрольные работы

### 3. СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

#### 3.1. Объем учебной дисциплины Физическая культура и спорт по специальности «Лечебное дело» и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов/ зачетных единиц	Семестры	
		1	4
		часы	часы
1	2	3	4
<b>Контактная работа (всего), в том числе:</b>	<b>48</b>	<b>24</b>	<b>24</b>
Лекции (Л)			
Практические занятия (ПЗ),	48	24	24
Семинары (С)			
Лабораторные работы (ЛР)			
<b>Самостоятельная работа обучающегося, в том числе:</b>	<b>24</b>	<b>12</b>	<b>12</b>
Вид промежуточной аттестации	зачет (З)	3	
	экзамен (Э)		
<b>ИТОГО: Общая трудоемкость</b>	час.	<b>72</b>	<b>36</b>
	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, ОПК-2, ОПК-3	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, ОПК-2, ОПК-3	Легкая атлетика	Тема 1. Обучение технике низкого старта, Стартовый разбег.



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

### 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	4
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
	<b>Итого</b>	<b>48</b>	

### 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.	4	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.	4	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.	4	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.	4	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.	4	Льжнный 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.	4	Техника передвижения на лыжах, термины и понятия техники лыжного спорта.	Контрольные работы, тестовые задания	2
<b>ИТОГО часов в семестре:</b>				<b>24</b>

### 3.7.3. Примерная тематика контрольных вопросов

#### Семестр 1,4.

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.

ОПК-2. Способен проводить и осуществлять контроль эффективности мероприятий по профилактике, формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению населения

ОПК-3. Способен к противодействию применения допинга в спорте и борьбе с ним

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине	Критерии оценивания результатов обучения	
		Не зачтено	Зачтено
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности	Знать оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность	Не знает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы	Знает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося,

сти для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.	организации физкультурно-спортивной деятельности.	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.
ОПК-2. Способен проводить и осуществлять контроль эффективности мероприятий по профилактике, формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению населения	Использует знания по основам профилактической медицины, направленной на укрепление здоровья населения	Не умеет использовать знания по основам профилактической медицины, направленной на укрепление здоровья населения	Использует знания по основам профилактической медицины, направленной на укрепление здоровья населения
	Осуществляет контроль эффективности мероприятий по профилактике, формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению	Не умеет осуществлять контроль эффективности мероприятий по профилактике, формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению	Осуществляет контроль эффективности мероприятий по профилактике, формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению
ОПК-3. Способен к противодействию	Осуществляет консультации спортсменам по	Не умеет осуществлять консультации	Осуществляет консультации спортсменам по

ию применения допинга в спорте и борьбе с ним	использованию лекарственных веществ в целях предотвращения применения допинг-препаратов.	спортсменам по использованию лекарственных веществ в целях предотвращения применения допинг-препаратов.	использованию лекарственных веществ в целях предотвращения применения допинг-препаратов.
	Осуществляет контроль за спортсменами для предотвращения применения допинга	Не умеет осуществлять контроль за спортсменами для предотвращения применения допинга	Осуществляет контроль за спортсменами для предотвращения применения допинга

**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 обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Знать оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурноспортивной деятельности.	Тестовые задания
	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

<p>ОПК-2.2 Использует знания по основам профилактической медицины, направленной на укрепление здоровья населения</p>	<p>Владеет умением отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.</p>	<p>Тестовые задания</p>
<p>ОПК-2.3. Осуществляет контроль эффективности мероприятий по профилактике, формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению</p>	<p>Прививает знания и обучает практическим навыкам использования нетрадиционных средств физической культуры для укрепления и восстановления здоровья.</p>	<p>Тестовые задания</p>
<p>ОПК-3.1. Осуществляет консультации спортсменам по использованию лекарственных веществ в целях предотвращения применения допинг-препаратов.</p>	<p>Обучает различным двигательным навыкам, сочетая с профессионально-прикладной физической подготовкой, методам оценки физического, функционального, психоэмоционального и энергетического состояния организма и методам коррекции средствами физической культуры.</p>	<p>Тестовые задания</p>
<p>ОПК-3.2. Осуществляет контроль за спортсменами для предотвращения применения допинга</p>	<p>Обучает само- и взаимоконтролю на групповых и индивидуальных занятиях средствами физической культуры, самоконтроля, составлению и проведению комплексов утренней гимнастической и производственной гимнастики.</p>	<p>Тестовые задания</p>
	<p>Формирует навыки соблюдения требований личной и общественной гигиены, мотивационно-ценностное отношение к ежедневному выполнению двигательного режима, прививать интерес к занятиям спортом желание к отказу от вредных привычек.</p>	



## 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: <a href="http://library.bashgm.u.ru/elibdoc/elib755.2.pdf">http://library.bashgm.u.ru/elibdoc/elib755.2.pdf</a>
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: <a href="http://library.bashgm.u.ru/elibdoc/elib756.2.pdf">http://library.bashgm.u.ru/elibdoc/elib756.2.pdf</a>
6	Лечебная физическая культура [Электронный ресурс]: учебное пособие / В. А. Епифанов. - 2-е изд., перераб. и доп. - Электрон. текстовые дан. - М. : ГЭОТАР-Медиа, - 568 с.	Епифанов, В. А.	2014	Режим доступа: <a href="http://www.studmedlib.ru/ru/book/ISBN9785970430842.html">http://www.studmedlib.ru/ru/book/ISBN9785970430842.html</a>
7	Физическая культура [Электронный ресурс]: учебник / - Электрон. текстовые дан. -М.: Издательство Юрайт	И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов	2019	Режим доступа: <a href="http://www.biblio-online.ru/book/fizicheskaya-kultura-431427">www.biblio-online.ru/book/fizicheskaya-kultura-431427</a>

#### Дополнительная литература:

№	Наименование	Авторы	Год издания	Кол-во экз.
1	Основы гиревого двоеборья (Элективный курс) [Текст] : учеб. пособие / ФГБОУ ВО	Юсупов И. Р.	2018	50

2	«Баш. гос. мед. ун-т» МЗ РФ ; сост. [и др.]. - Уфа, 2018. - 87,[1] с. <b>Основы гиревого двоеборья</b> (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: <a href="http://library.bashgmu.ru/elibdoc/elib688.1.pdf">http://library.bashgmu.ru/elibdoc/elib688.1.pdf</a>
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	<a href="http://library.bashgmu.ru/elibdoc/elib670.pdf">http://library.bashgmu.ru/elibdoc/elib670.pdf</a> .
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: <a href="http://library.bashgmu.ru/elibdoc/elib572.pdf">http://library.bashgmu.ru/elibdoc/elib572.pdf</a>
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: <a href="http://library.bashgmu.ru/elibdoc/elib198.doc">http://library.bashgmu.ru/elibdoc/elib198.doc</a>
9	Лекции по физической культуре в 3-х частях [Электронный ресурс]: часть 2 / А. В. Смышляев, В. Н. Васильев, Е. В. Бондаренко и	А. В. Смышляев, В. Н. Васильев, Е. В. Бондаренко	2020	Режим доступа: <a href="https://www.book-s-up.ru/ru/book/lekcii-po-">https://www.book-s-up.ru/ru/book/lekcii-po-</a>

	др. - Электрон. текстовые дан. - Томск : Издательство СибГМУ, 2020.			<a href="http://fizicheskoy-kulture-v-3-h-chastyah-chast-2-11444463/">fizicheskoy-kulture-v-3-h-chastyah-chast-2-11444463/</a>
10	Электронно-библиотечная система «Консультант студента» для ВПО			<a href="http://www.studmedlib.ru">www.studmedlib.ru</a>
11	Электронно-библиотечная система «ЮРАЙТ»			<a href="http://www.biblio-online.ru">www.biblio-online.ru</a>
11	База данных «Электронная учебная библиотека»			<a href="http://library.bashgmu.ru">http://library.bashgmu.ru</a>
9	Электронно-библиотечная система eLIBRARY. Коллекция российских научных журналов по медицине и здравоохранению			<a href="http://elibrary.ru">http://elibrary.ru</a>

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

1. [www.studmedlib.ru](http://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 такового объекта в соответствии с документами по технической инвентаризации)
1	2	3	4

1	Высшее. Специалитет, 31.05.01 Лечебное дело. Физическая культура и спорт	Учебно-спортивный комплекс корпус №10 (игровой зал, зал бокса, зал борьбы, лыжная база, зал гимнастики, тренажерный зал)	Адрес : 450008, Республика Башкортостан, г. Уфа, Кировский р-н ул. Театральная 2а;
		Фитнес зал №1,	Адрес: 450008, Республика Башкортостан, г. Уфа, Кировский р-н ул. Театральная 2;
		Стадион Динамо (игровой зал, зал борьбы, тренажерный зал)	Адрес: 450008, Республика Башкортостан, г. Уфа, ул Карла Маркса 2.
		Стадион Динамо плавательный бассейн	Адрес: 450008, Республика Башкортостан, г. Уфа, ул Карла Маркса 2.

## 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 молодежной 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 <b>Microsoft Desktop School ALNG LicSAPk OLVS E 1Y AcademicEdition Enterprase</b>	Операционная система Microsoft Windows + офисный пакет Microsoft Office	200	ООО «Софтлайн Трейд»	Кафедры 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 <b>Microsoft Office 365 A5 for faculty - Annually</b>	Организация ВКС Microsoft Teams	25	ООО «Софтлайн Трейд»	Лекционные аудитории Кафедры подразделения Университета
3.	Права на программу для ЭВМ система антивирусной защиты персональных компьютеров <b>Dr.Web Desktop Security Suite</b> 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 <b>Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 500-999 Node 1 year Educational Renewal License</b>	Антивирусная защита (российское ПО)	450	ООО «Софтлайн Трейд»	Кафедры подразделения Университета
5.	Права на программу для ЭВМ Офисное программное обеспечение <b>МойОфис Стандартный</b>	Офисный пакет (российское ПО)	120	ООО «Софтлайн Трейд»	Кафедры и подразделения Университета
6.	Права на программу для ЭВМ Операционная система для образовательных учреждений <b>Астра Linux Common Edition</b>	Операционная система (российское ПО)	40	ООО «Софтлайн Трейд»	Кафедры и подразделения Университета
7.	Права на программу для ЭВМ Система контент-фильтрации <b>SkyDNS</b>	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 <b>Migarolis Virtual Room</b>	конференций, вебинаров, мастер-классов (российское ПО)		Трейд»	
9.	Права на программу для ЭВМ Система дистанционного обучения <b>Русский Moodle 3KL</b>	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 00 (в составе ЭИОС БГМУ)	1	ООО «ВэбСофт»	Хостинг на внешнем ресурсе
13.	Права на программу для ЭВМ «1С-Битрикс: Сайт учебного заведения»	Сайт 00 (в составе ЭИОС БГМУ) (российское ПО)	1	ООО «ВэбСофт»	Хостинг на внешнем ресурсе
14.	Права на программу для ЭВМ пакет для статистического анализа <b>Statistica Basic Academic for Windows 12 Russian/12 English</b>	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 <b>Statistica Basic Academic for Windows 10 Russian/13 English</b>	Пакет для статистического анализа	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 <b>Statistica Basic Academic for Windows 13 Russian/13 English</b>	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 <b>Statistica Basic Academic for Windows 13 Russian/13 English</b>	75	ООО «Софтлайн Трейд»	Кафедра медицинской физики
	Права на программу для ЭВМ пакет для статистического анализа <b>Statistica Basic Academic for Windows 13 Russian/13 English (сетевая)</b>	50	ООО «Софтлайн Трейд»	Сервер