

**МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования «Российский национальный исследовательский медицинский университет  
имени Н.И. Пирогова» Министерства здравоохранения Российской Федерации  
(ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России)**

**Медико-биологический факультет**

**«УТВЕРЖДАЮ»**

**Декан медико-биологического факультета  
д-р биол. наук, профессор**

\_\_\_\_\_ **Е. Б. Прохорчук**

**«28» июня 2023 г.**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Б.1.0.11 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

**для образовательной программы высшего образования -  
программы специалитета  
по специальности**

**06.05.02 Фундаментальная и прикладная биология**

**специализация: Биомедицина**

**Москва 2023 г.**

Настоящая рабочая программа дисциплины Б.1.0.11 «Физическая культура» (Далее – рабочая программа дисциплины), является частью программы специалитета по специальности 06.05.02 Фундаментальная и прикладная биология.

специализация: Биомедицина

Форма обучения: очная.

Рабочая программа дисциплины подготовлена на кафедре реабилитации, спортивной медицины и физической культуры педиатрического факультета (далее – кафедра) ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России, авторским коллективом под руководством Поляева Б.А., доктора медицинских наук, профессора.

Составители:

| № п.п. | Фамилия, Имя, Отчество        | Ученая степень, ученое звание | Занимаемая должность                                                                                           | Основное место работы                             | Подпись |
|--------|-------------------------------|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|---------|
| 1.     | Поляев Борис Александрович    | д-р мед. наук, проф.          | Зав. кафедрой реабилитации, спортивной медицины и физической культуры педиатрического факультета               | ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России |         |
| 2.     | Тохтиева Наталья Вячеславовна | кандидат мед. наук, доцент    | Зав. учебной частью кафедры реабилитации, спортивной медицины и физической культуры педиатрического факультета | ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России |         |
| 3.     | Лобов Андрей Николаевич       | д-р мед. наук, проф.          | Профессор кафедры реабилитации, спортивной медицины и физической культуры                                      | ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России |         |
| 3.     | Булацева Зарина Борисовна     |                               | Ст. преподаватель кафедры реабилитации, спортивной медицины и физической культуры                              | ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России |         |

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и одобрена на заседании кафедры (Протокол № 129 от «25» мая 2023 г.).

Рабочая программа дисциплины рекомендована к утверждению рецензентами:

| № п.п. | Фамилия, Имя, Отчество    | Ученая степень, ученое звание | Занимаемая должность                                                       | Основное место работы                             | Подпись |
|--------|---------------------------|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|---------|
| 1.     | Шарова Наталья Михайловна | д-р мед. наук, проф.          | Д-р мед. наук, проф. кафедры дерматовенерологии педиатрического факультета | ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России |         |

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и одобрена советом медико-биологического факультета, протокол № 7 от «28» июня 2023 г.

Нормативно-правовые основы разработки и реализации рабочей программы дисциплины:

1) Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по специальности 06.05.02 Фундаментальная и прикладная биология, утвержденный приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от «27» июля 2021 г. №675 (далее – ФГОС ВО (3++)).

2) Общая характеристика образовательной программы.

3) Учебный план образовательной программы.

4) Устав и локальные акты Университета.

## **1. Общие положения**

### **1.1 Цель и задачи дисциплины:**

1.1.1 Целью освоения дисциплины «Физическая культура» является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры для сохранения, укрепления своего здоровья и продления полноценной социальной и профессиональной деятельности.

#### **1.1.2. Задачи, решаемые в ходе освоения программы учебной дисциплины:**

- Понимать роль физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- Укреплять здоровье студентов, повышать и поддерживать на оптимальном уровне физическую и умственную работоспособность, психомоторные навыки.
- Вырабатывать ценностные установки на качественное применение средств и методов физической культуры как неотъемлемого компонента здорового образа жизни, фактора общекультурного развития и овладения медицинской профессией.
- Сформировать психофизический статус личности будущего специалиста по содержанию его двигательной активности.
- Обучать различным двигательным навыкам, сочетая с профессионально-прикладной физической подготовкой, методам оценки физического, функционального, психоэмоционального и энергетического состояния организма и методам коррекции средствами физической культуры.
- Расширять арсенал прикладных двигательных координаций, увеличивать диапазон функциональных возможностей специалиста для предупреждения воздействия опасных вредных производственных факторов будущей профессиональной деятельности.
- Обучать само- и взаимоконтролю на групповых и индивидуальных занятиях средствами физической культуры, ведению дневника самоконтроля, составлению и проведению комплексов утренней гимнастической и производственной гимнастики.
- Формировать навыки соблюдения требований личной и общественной гигиены, мотивационно - ценностное отношение к ежедневному выполнению двигательного режима, прививать интерес к занятиям спортом и желание к отказу от вредных привычек.
- Формировать у студентов мотивы для самостоятельных занятий, как в период обучения, так и в процессе профессиональной деятельности для приобретения студентами достаточно полного и правильного представления о значимости и содержании профессионально-прикладной физической подготовки специалиста.

### **1.2 Место дисциплины в структуре образовательной программы:**

Учебная дисциплина «Физическая культура» изучается в 1 семестре и относится к обязательной части Блок Б1 Дисциплины. Является обязательной дисциплиной.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е.

Для освоения дисциплины необходимы знания, умения и навыки, формируемые в рамках программы средней общеобразовательной школы по предмету «Физическая культура».

Изучение дисциплины необходимо для знаний, умений и навыков, формируемых последующими дисциплинами: Физическая культура: общая физическая подготовка; Физическая культура: игровые виды спорта и единоборства.

### 1.3. Планируемые результаты освоения дисциплины

1 семестр

| Код и наименование компетенции                                                                                                                  |                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Код и наименование индикатора достижения компетенции                                                                                            | Планируемые результаты освоения дисциплины (уровень сформированности индикатора (компетенции)) |                                                                                                                                                                                                                                           |
| Универсальные компетенции                                                                                                                       |                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                           |
| УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. |                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                           |
| УК-7.ИД1 - Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма       | Знать:                                                                                         | научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни. Основные средства физической культуры в совершенствовании функциональных возможностей систем организма, обеспечивающих жизнедеятельность человека.               |
|                                                                                                                                                 | Уметь:                                                                                         | разбираться в вопросах физической культуры, применяемой в целях профилактики и лечения                                                                                                                                                    |
|                                                                                                                                                 | Владеть практическим опытом (трудовыми действиями):                                            | комплексом мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья и включающих в себя формирование здорового образа жизни                                                                                                          |
| УК-7. ИД2 - Планирует свое рабочее время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности            | Знать:                                                                                         | основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроля за состоянием своего организма                                                                                                                            |
|                                                                                                                                                 | Уметь:                                                                                         | сочетать уровень умственной и двигательной активности в процессе рабочего дня, недели, года.                                                                                                                                              |
|                                                                                                                                                 | Владеть практическим опытом (трудовыми действиями):                                            | основные формами и средствами физического воспитания.                                                                                                                                                                                     |
| УК-7. ИД3 - Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности           | Знать:                                                                                         | социальную роль физической культуры в развитии личности и подготовке её к профессиональной деятельности; Принципы здорового образа жизни                                                                                                  |
|                                                                                                                                                 | Уметь:                                                                                         | творчески использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного роста, физического самосовершенствования, формирования стиля здорового образа жизни у всех субъектов своей профессиональной деятельности. |
|                                                                                                                                                 | Владеть практическим опытом (трудовыми действиями):                                            | методами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности                                                                                                                                       |

## 2. Формы работы обучающихся, виды учебных занятий и их трудоёмкость

[illegible]

### 3. Содержание дисциплины

#### 3.1. Содержание разделов, тем дисциплины

| № п/п | Шифр компетенции                 | Наименование раздела, темы дисциплины                                                         | Содержание раздела и темы в дидактических единицах                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1     | 2                                | 3                                                                                             | 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 1     | УК-7.ИД1<br>УК-7.ИД2<br>УК-7.ИД3 | Теоретические основы физической культуры.<br>Основные формы и средства физического воспитания | <p>Физическая культура и спорт как социальные феномены. Цели и задачи физической культуры. Компоненты физической культуры: физическое воспитание; физическое развитие; профессионально-прикладная физическая культура; оздоровительно - реабилитационная физическая культура; средства физической культуры. Основы здорового образа жизни. Здоровье человека как ценность и факторы его определяющие. Здоровый образ жизни и его взаимосвязь с общей культурой индивида. Составляющие здорового образа жизни. Основные требования к его организации. Физическая культура в структуре профессионального образования. Физическая культура и спорт как средства сохранения и укрепления здоровья студентов. Профессиональная направленность физической культуры. Основы организации физического воспитания в вузе. Общие закономерности изменения работоспособности студентов в процессе обучения. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.</p> <p>Физические качества человека. Теория и практика оценки уровня физической подготовки человека. Сила и методы ее развития. Выносливость и методы ее развития. Методы развития ловкости и координационных способностей. Гибкость и ее методы развития гибкости. Быстрота и формы ее проявления. Методы развития быстроты. Сила и методы ее развития. Физические упражнения, отягощенные либо весом собственного тела, либо дополнительными внешними отягощениями. Ловкость и координационные способности. Методы развития ловкости и координационных способностей. Физические упражнения, требующие точного воспроизведения движений пространственным, временным и динамическими характеристиками, а также перестроением движений в зависимости от внешних условий. Быстрота и формы ее проявления. Методы развития быстроты. Упражнения для развития быстроты. Физические упражнения по перемещению тела и его звеньев с максимально</p> |

|  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--|--|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  |  | возможной скоростью движений. Гибкость. Методы развития гибкости. Физические упражнения с большой амплитудой движения, выполняемые за счет собственных мышечных сокращений (активная гибкость) или за счет внешних дополнительных отягощений (пассивная). Выносливость и методы ее развития. Физические упражнения, включающие в работу большие мышечные группы и выполняемые относительно длительное время. |
|--|--|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 3.2. Перечень разделов, тем дисциплины для самостоятельного изучения обучающимися

Тем дисциплины для самостоятельного изучения обучающимися в программе не предусмотрено.

#### 4. Тематический план дисциплины

##### 4.1. Тематический план контактной работы обучающихся с преподавателем

| №<br>п/п                                                                                                               | Виды учебных<br>занятий/ форма | Период обучения (семестр).<br>Порядковые номера и наименование<br>разделов (модулей) <i>(при наличии)</i> .<br>Порядковые номера и наименование тем<br>(модулей) модулей.<br>Темы учебных занятий. | Количество часов | Виды текущего | Формы проведения<br>текущего контроля<br>успеваемости и<br>промежуточной<br>аттестации *** |   |     |    |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|---|-----|----|----|
|                                                                                                                        |                                |                                                                                                                                                                                                    |                  |               | КП                                                                                         | А | ПКН | ОУ |    |
| 1                                                                                                                      | 2                              | 3                                                                                                                                                                                                  | 4                | 5             | 6                                                                                          | 7 | 8   | 9  | 10 |
| <b>1 семестр</b>                                                                                                       |                                |                                                                                                                                                                                                    |                  |               |                                                                                            |   |     |    |    |
| <b>Раздел 1. Теоретические основы физической культуры.</b><br><b>Основные формы и средства физического воспитания.</b> |                                |                                                                                                                                                                                                    |                  |               |                                                                                            |   |     |    |    |
| 1                                                                                                                      | ПЗ                             | Тема 1. Развитие физических и психофизиологических качеств. Общеразвивающие упражнения.                                                                                                            | 2                | Т             | +                                                                                          | + |     |    |    |
| 2                                                                                                                      | ПЗ                             | Тема 2. Строевые упражнения: построения и перестроения.                                                                                                                                            | 2                | Т             | +                                                                                          | + |     |    |    |
| 3                                                                                                                      | ПЗ                             | Тема 3. Строевые упражнения: передвижения, размыкания и смыкания.                                                                                                                                  | 2                | Т             | +                                                                                          | + |     |    |    |
| 4                                                                                                                      | ПЗ                             | Тема 4. Совершенствование техники бега на средние дистанции.                                                                                                                                       | 2                | Т             | +                                                                                          | + |     |    |    |
| 5                                                                                                                      | ЛЗ                             | Тема 5. Сила. Методы развития и контроля. Упражнения для развития силы.                                                                                                                            | 2                | Т             | +                                                                                          | + |     |    |    |
| 6                                                                                                                      | ПЗ                             | Тема 6. Быстрота. Методы развития и контроля. Упражнения для развития быстроты.                                                                                                                    | 2                | Т             | +                                                                                          | + |     |    |    |
| 7                                                                                                                      | ПЗ                             | Тема 7. Выносливость. Методы развития и контроля. Упражнения для развития выносливости.                                                                                                            | 2                | Т             | +                                                                                          | + |     |    |    |

|    |    |                                                                                                                               |    |   |   |   |   |   |  |
|----|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|---|---|---|---|---|--|
| 8  | ПЗ | Тема 8.Гибкость. Методы развития и контроля.<br>Упражнения для развития гибкости.                                             | 2  | Т | + | + |   |   |  |
| 9  | ЛЗ | Тема 9. Активация вестибулярной функциональной системы. Ловкость. Методы развития и контроля.                                 | 2  | Т | + | + |   |   |  |
| 10 | К  | <i>Текущий рубежный (модульный) контроль по теме 1-9.</i>                                                                     | 2  | Р | + |   | + |   |  |
| 11 | ЛЗ | Тема 10. Общеразвивающие упражнения, упражнения с использованием гимнастических снарядов; общая физическая подготовка.        | 2  | Т | + | + |   |   |  |
| 12 | ПЗ | Тема 11. Совершенствование техники прыжка в длину с места.                                                                    | 2  | Т | + | + |   |   |  |
| 13 | ПЗ | Тема 12. Совершенствование техники выполнения силовых упражнений на мышцы брюшного пресса с собственным весом и на тренажёрах | 2  | Т | + | + |   |   |  |
| 14 | ПЗ | Тема 13. Совершенствование техники выполнения силовых упражнений мышцы спины с собственным весом и на тренажёрах              | 2  | Т | + | + |   |   |  |
| 15 | ПЗ | Тема 14.Совершенствование техники выполнения силовых упражнений на мышцы ног с собственным весом и на тренажёрах              | 2  | Т | + | + |   |   |  |
| 16 | ПЗ | Тема 15.Совершенствование техники выполнения силовых упражнений на мышцы рук с собственным весом и на тренажёрах              | 2  | Т | + | + |   |   |  |
| 17 | К  | <i>Текущий рубежный (модульный) контроль по темам 10-17.</i>                                                                  | 2  | Р | + |   | + |   |  |
| 18 | ИЗ | <i>Итоговый контроль</i>                                                                                                      | 2  | Р | + |   |   | + |  |
|    |    | <b>Всего часов за семестр:</b>                                                                                                | 36 |   |   |   | + |   |  |

**Условные обозначения:**

Виды учебных занятий и формы промежуточной аттестации \*

| Виды учебных занятий, формы промежуточной аттестации | Сокращённое наименование |     |
|------------------------------------------------------|--------------------------|-----|
| Лекционное занятие                                   | Лекция                   | ЛЗ  |
| Семинарское занятие                                  | Семинар                  | СЗ  |
| Практическое занятие                                 | Практическое             | ПЗ  |
| Практикум                                            | Практикум                | П   |
| Лабораторно-практическое занятие                     | Лабораторно-практическое | ЛПЗ |
| Лабораторная работа                                  | Лабораторная работа      | ЛР  |
| Клинико - практические занятия                       | Клинико - практическое   | КПЗ |
| Специализированное занятие                           | Специализированное       | СЗ  |
| Комбинированное занятие                              | Комбинированное          | КЗ  |
| Коллоквиум                                           | Коллоквиум               | К   |
| Контрольная работа                                   | Контр. работа            | КР  |

|                        |                        |       |
|------------------------|------------------------|-------|
| Итоговое занятие       | Итоговое               | ИЗ    |
| Групповая консультация | Групп. консультация    | КС    |
| Конференция            | Конференция            | Конф. |
| Защита курсовой работы | Защита курсовой работы | ЗКР   |
| Экзамен                | Экзамен                | Э     |

### Виды текущего контроля успеваемости (ВТК)\*\*

| Виды текущего контроля успеваемости (ВТК)** | Сокращённое наименование |   | Содержание                                                                                                        |
|---------------------------------------------|--------------------------|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Текущий дисциплинирующий контроль           | Дисциплинирующий         | Д | Контроль посещаемости занятий обучающимся                                                                         |
| Текущий тематический контроль               | Тематический             | Т | Оценка усвоения обучающимся знаний, умений и опыта практической деятельности на занятиях по теме.                 |
| Текущий рубежный (модульный) контроль       | Рубежный                 | Р | Оценка усвоения обучающимся знаний, умений и опыта практической деятельности по теме (разделу, модулю) дисциплины |

### Формы проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся /виды работы обучающихся/ \*\*\*

| №  | Формы проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся (ФТКУ) *** | Техническое и сокращённое наименование |     | Виды работы обучающихся (ВРО) ***              | Типы контроля          |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|-----|------------------------------------------------|------------------------|
| 1  | Контроль присутствия (КП)                                                                         | Присутствие                            | КП  | Присутствие                                    | Присутствие            |
| 2  | Учет активности (А)                                                                               | Активность                             | А   | Работа на занятии по теме                      | Участие<br>Выполнение  |
| 3  | Опрос устный (ОУ)                                                                                 | Опрос устный                           | ОУ  | Выполнение задания в устной форме              | Выполнение обязательно |
| 4  | Опрос письменный (ОП)                                                                             | Опрос письменный                       | ОП  | Выполнение задания в письменной форме          | Выполнение обязательно |
| 5  | Опрос комбинированный (ОК)                                                                        | Опрос комбинированный                  | ОК  | Выполнение заданий в устной и письменной форме | Выполнение обязательно |
| 6  | Тестирование в электронной форме (ТЭ)                                                             | Тестирование                           | ТЭ  | Выполнение тестового задания в элек-нон форме  | Выполнение обязательно |
| 7  | Проверка реферата (ПР)                                                                            | Реферат                                | ПР  | Написание (защита) реферата                    | Выполнение обязательно |
| 8  | Проверка лабораторной работы (ЛР)                                                                 | Лабораторная работа                    | ЛР  | Выполнение (защита) лабораторной работы        | Выполнение обязательно |
| 9  | Подготовка учебной истории болезни (ИБ)                                                           | История болезни                        | ИБ  | Написание (защита) учебной истории болезни     | Выполнение обязательно |
| 10 | Решение практической (ситуационной) задачи (РЗ)                                                   | Практическая задача                    | РЗ  | Решение практической (ситуационной) задачи     | Выполнение обязательно |
| 11 | Подготовка курсовой работы (ПКР)                                                                  | Курсовая работа                        | ПКР | Выполнение (защита) курсовой работы            | Выполнение обязательно |
| 12 | Клинико-практическая работа (КПР)                                                                 | Клинико-практическая работа            | КПР | Выполнение клинико-практической работы         | Выполнение обязательно |
| 13 | Проверка конспекта (ПК)                                                                           | Конспект                               | ПК  | Подготовка конспекта                           | Выполнение обязательно |
| 14 | Проверка контрольных нормативов (ПKN)                                                             | Проверка нормативов                    | ПKN | Сдача контрольных нормативов                   | Выполнение обязательно |

|    |                                                               |                                 |      |                                               |                                 |
|----|---------------------------------------------------------------|---------------------------------|------|-----------------------------------------------|---------------------------------|
| 15 | Проверка отчета (ПО)                                          | Отчет                           | ПО   | Подготовка отчета                             | Выполнение обязательно          |
| 16 | Контроль выполнения домашнего задания (ДЗ)                    | Контроль самостоятельной работы | ДЗ   | Выполнение домашнего задания                  | Выполнение обязательно, Участие |
| 17 | Контроль изучения электронных образовательных ресурсов (ИЭОР) | Контроль ИЭОР                   | ИЭОР | Изучения электронных образовательных ресурсов | Изучение ЭОР                    |

## 5. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине

### 5.1. Планируемые результаты обучения по темам и разделам дисциплины

Планируемые результаты обучения по темам и разделам дисциплины, соотнесенные с планируемыми результатами освоения дисциплины – согласно п. 1.3. и содержанием дисциплины – согласно п.3. настоящей рабочей программы дисциплины.

### 5.2. Формы проведения текущего контроля успеваемости

Текущий контроль успеваемости обучающегося в семестре осуществляется в формах, предусмотренных тематическим планом настоящей рабочей программы дисциплины (см. п. 4.1)

### 5.3. Критерии, показатели и оценочные средства текущего контроля успеваемости обучающихся

#### 5.3.1. Условные обозначения:

##### Типы контроля (ТК)\*

| Типы контроля                                       |   | Тип оценки         |
|-----------------------------------------------------|---|--------------------|
| Присутствие                                         | П | наличие события    |
| Участие (дополнительный контроль)                   | У | дифференцированный |
| Изучение электронных образовательных ресурсов (ЭОР) | И | наличие события    |
| Выполнение (обязательный контроль)                  | В | дифференцированный |

##### Виды текущего контроля успеваемости (ВТК)\*\*

| Виды текущего контроля успеваемости (ВТК)** | Сокращённое наименование |   | Содержание                                                                                                        |
|---------------------------------------------|--------------------------|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Текущий дисциплинирующий контроль           | Дисциплинирующий         | Д | Контроль посещаемости занятий обучающимся                                                                         |
| Текущий тематический контроль               | Тематический             | Т | Оценка усвоения обучающимся знаний, умений и опыта практической деятельности на занятиях по теме.                 |
| Текущий рубежный (модульный) контроль       | Рубежный                 | Р | Оценка усвоения обучающимся знаний, умений и опыта практической деятельности по теме (разделу, модулю) дисциплины |

### 5.3.2. Структура текущего контроля успеваемости по дисциплине

1 семестр

| Виды занятий                                                                |    | Формы текущего контроля успеваемости |     | ТК | ВТК | Max | Min | Шаг |
|-----------------------------------------------------------------------------|----|--------------------------------------|-----|----|-----|-----|-----|-----|
| Лекционное занятие                                                          | ЛЗ | Контроль присутствия                 | КП  | КП | П   | Д   | 1   | 0   |
| Практическое занятие<br>Коллоквиум<br>(рубежный<br>(модульный)<br>контроль) | ПЗ | Контроль присутствия                 | КП  | П  | Д   | 1   | 0   | 1   |
|                                                                             |    | Активность                           | А   | В  | Т   | 1   | 0   | 1   |
|                                                                             | К  | Контроль присутствия                 | КП  | П  | Д   | 1   | 0   | 0   |
|                                                                             |    | Проверка контрольных нормативов      | ПКН | В  | Р   | 10  | 7   | 1   |
| Итоговое занятие                                                            | ИЗ | Опрос устный                         | ОУ  | В  | Р   | 30  | 0   | 1   |

### 5.3.3. Весовые коэффициенты текущего контроля успеваемости обучающихся

1 семестр

| Вид контроля                          | План в % | Исходно |       | Формы текущего контроля успеваемости/виды работы | ТК  | План в % | Исходно |       | Коэф |
|---------------------------------------|----------|---------|-------|--------------------------------------------------|-----|----------|---------|-------|------|
|                                       |          | Баллы   | %     |                                                  |     |          | Баллы   | %     |      |
| Текущий дисциплинирующий контроль     | 20       | 18      | 25.35 | Контроль присутствия                             | КП  | 20       | 18      | 25.35 | 1.11 |
| Текущий тематический контроль         | 50       | 13      | 18.31 | Учет активности                                  | А   | 50       | 13      | 18.31 | 3.85 |
| Текущий рубежный (модульный) контроль | 30       | 40      | 28.17 | Опрос устный                                     | ОУ  | 15       | 20      | 28.17 | 0.75 |
|                                       |          |         |       | Проверка контрольных нормативов                  | ПКН | 15       | 20      | 28.17 | 0.75 |
| Итоговый контроль                     | 40       | 30      |       |                                                  |     |          |         |       |      |
| Мак. кол. баллов                      | 100      | 71      |       |                                                  |     |          |         |       |      |

5.4. Методические указания по порядку проведения текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине по формам текущего контроля, предусмотренным настоящей рабочей программой дисциплины

Методические указания по порядку проведения текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине по формам текущего контроля, предусмотренным настоящей рабочей программой дисциплины (см. п. 5.3.2) подготавливаются кафедрой и объявляются преподавателем накануне проведения текущего контроля успеваемости.

## **6. Организация промежуточной аттестации обучающихся**

1 семестр

1) Форма промежуточной аттестации согласно учебному плану - зачет.

2) Форма организации промежуточной аттестации:

– на основании семестрового рейтинга.

## **7. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине**

**7.1. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы (по периодам освоения образовательной программы) – согласно п. 1.3. настоящей рабочей программы дисциплины**

**7.2 Критерии, показатели и порядок промежуточной аттестации обучающихся с использованием балльно-рейтинговой системы. Порядок перевода рейтинговой оценки обучающегося в традиционную систему оценок**

1 семестр

**Порядок промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине в форме зачёта**

Промежуточная аттестация по дисциплине в форме зачёта проводится на основании результатов текущего контроля успеваемости обучающегося в семестре, в соответствии с расписанием занятий по дисциплине, как правило, на последнем занятии.

Время на подготовку к промежуточной аттестации не выделяется.

Критерии, показатели и порядок балльно-рейтинговой системы промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) в форме зачета, а также порядок перевода рейтинговой оценки обучающегося в традиционную систему оценок устанавливается Положением о балльно-рейтинговой системе текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в федеральном государственном автономном образовательном учреждении высшего образования «Российский национальный исследовательский медицинский университет имени Н.И. Пирогова» Министерства здравоохранения Российской Федерации с изменениями и дополнениями (при наличии).

Условные обозначения:

Типы контроля (ТК)\*\*

| Типы контроля                      |   | Тип оценки         |
|------------------------------------|---|--------------------|
| Присутствие                        | П | наличие события    |
| Выполнение (обязательный контроль) | В | дифференцированный |

Структура итогового рейтинга по дисциплине

|                                                                                   |                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
| Дисциплина                                                                        | Физическая культура и спорт                          |
| Специализация                                                                     | 31.05.01 Лечебное дело<br>(фундаментальная медицина) |
| Семестры                                                                          | 1                                                    |
| Трудоемкость семестров в часах (Тдсі)                                             | 72                                                   |
| Трудоемкость дисциплины в часах за весь период ее изучения (Тд)                   | 72                                                   |
| Весовые коэффициенты семестровой рейтинговой оценки с учетом трудоемкости (Кросі) |                                                      |

## 8. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Обучение по дисциплине складывается из контактной работы, включающей практические занятия(36ч) и самостоятельной работы(36ч).

Практические занятия проходят в спортивных залах. В ходе занятий студенты изучают методику и организацию самостоятельных занятий физическими упражнениями, а также самоконтроль в процессе данных занятий, теорию и методику физической культуры, и физическую подготовку, участвуют в подвижных и спортивных играх.

Коллоквиум является важным видом занятия, в рамках которого проводится текущий рубежный модульный контроль, включающих в себя обязательную сдачу контрольных нормативов по программе обучения.

Итоговое занятие является важным видом занятия, в рамках которого проводится итоговый контроль,

Самостоятельная работа студента направлена на подготовку к текущему контролю и текущему рубежному модульному контролю успеваемости.

## 9. Учебно-методическое, информационное и материально-техническое обеспечение дисциплины

### 9.1. Литература по дисциплине:

| №<br>п/п | Автор, название, место издания, издательство, год издания                                                                                                                                                                                                          | Наличие литературы<br>в библиотеке |                                                                                                                                   |
|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|          |                                                                                                                                                                                                                                                                    | Кол. экз.                          | Электр. адрес<br>ресурса                                                                                                          |
| 1        | 2                                                                                                                                                                                                                                                                  | 3                                  | 4                                                                                                                                 |
| 1        | Лечебная физическая культура [Электронный ресурс] : [учеб. пособие]./ В.А.Епифанов - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2014. – 568 с.                                                                                                                                          | Удаленный доступ                   | <a href="http://marc.rsmu.ru:8020/marcweb2/Default.asp">http://marc.rsmu.ru:8020/marcweb2/Default.asp</a> .                       |
| 2        | Спортивная медицина [Электронный ресурс] нац. рук. / Г. Д. Алексанянц и др.]; гл. ред.: С. П. Миронов - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2013. – 1184 с                                                                                                                       | Удаленный доступ                   | <a href="http://marc.rsmu.ru:8020/marcweb2/Default.asp">http://marc.rsmu.ru:8020/marcweb2/Default.asp</a> .                       |
| 3        | Медицинская реабилитация [Электронный ресурс] / А. В. Епифанов, Е. Е. Ачкасов, В. А. Епифанов. – Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2020.– 672 с. – Режим доступа: <a href="http://marc.rsmu.ru:8020/marcweb2/Default.asp">http://marc.rsmu.ru:8020/marcweb2/Default.asp</a> . | Удаленный доступ                   | <a href="https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970448434.html">https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970448434.html</a> |

### 9.2. Перечень ресурсов информационно - телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины:

1. <http://www.fisu.net> -Международная федерация университетского спорта
2. <http://www.studsport.ru> - Российский студенческий спортивный союз (РССС) - общероссийская общественная организация.
3. <http://lib.sportedu.ru> - Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту РФ

**9.3. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при наличии);**

1. Автоматизированная образовательная среда университета.
2. Балльно-рейтинговая система контроля качества освоения образовательной программы в автоматизированной образовательной системе университета.

**9.4. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

Электронная информационно-образовательная среда университета обеспечивает: доступ к учебному плану, рабочей программе дисциплины, электронным учебным изданиям и электронным образовательным ресурсам, указанным в рабочей программе дисциплины; формирование электронного портфолио обучающегося, в том числе сохранение его работ и оценок за эти работы.

Стандартно оборудованные залы и аудитории для проведения лекций и практических занятия: Спортивные сооружения: Всего спортивных сооружений – 1. (учебно-спортивный комплекс) плоскостные спортивные сооружения – нет

УСК имеет спортивные площадки (волейбольные площадки – 2, баскетбольные площадки – 1, мини-футбольные площадка – 1, футбольное поле – нет); спортивные залы –6: 1 (42х24 м); 1 (36-18);1-(30-18); 1-(30-15); 1-24-12); 1 (18-9). другие спортивные сооружения – 3 (тренажерные залы – 2; зал для занятий СМО -1.

Инвентарь: весь инвентарь, необходимый для проведения учебных занятий по физической культуре, а также для организации работы спортивных секций имеется в достаточном количестве (мячи в/б-28, мячи б/б-16, мячи м/ф -12, наборы для бадминтона-16 комплектов, столы настольного тенниса-8 штук, наборы для настольного тенниса-16 комплектов, волейбольные сетки-4 штуки, скакалки-60 штук, гимнастические палки-60 штук, ковер для борьбы-1 штука, гимнастические стенки-6 штук, канат для перетягивания-2 шт., гимнастические коврики-60 шт.)

Каждый обучающийся в течение всего периода обучения обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационно-образовательной среде университета из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее - сеть «Интернет»), как на территории Университета, так и вне ее.

Заведующий кафедрой  
д.м.н., профессор

Поляев Б.А.

|    | Содержание                                                                                              | Стр. |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 1. | Общие положения                                                                                         | 4    |
| 2. | Формы работы обучающихся, виды учебных занятий и их трудоёмкость                                        | 6    |
| 3. | Содержание дисциплины (модуля)                                                                          | 7    |
| 4. | Тематический план дисциплины (модуля)                                                                   | 8    |
| 5. | Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю) | 11   |
| 6. | Организация промежуточной аттестации обучающихся                                                        | 13   |
| 7. | Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)       | 13   |
| 8. | Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля)                                       | 14   |
| 9. | Учебно-методическое, информационное и материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)           | 14   |