

MINISTRY OF SCIENCE AND HIGHER EDUCATION OF THE RUSSIAN FEDERATION

**Federal State Autonomous Educational Institution of Higher Education
«National Research Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod»**

Институт клинической медицины

УТВЕРЖДЕНО

решением президиума Ученого совета ННГУ

протокол № 1 от 16.01.2024 г.

Working programme of the discipline

Physical Training and Sports

Higher education level

Specialist degree

Area of study / speciality

31.05.01 - General Medicine

Focus /specialization of the study programme

General Medicine

Mode of study

full-time

Nizhny Novgorod

Year of commencement of studies 2024

1. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина Б1.О.54 Физическая культура и спорт относится к обязательной части образовательной программы.

2. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы (компетенциями и индикаторами достижения компетенций)

Формируемые компетенции (код, содержание компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), в соответствии с индикатором достижения компетенции		Наименование оценочного средства	
	Индикатор достижения компетенции (код, содержание индикатора)	Результаты обучения по дисциплине	Для текущего контроля успеваемости	Для промежуточной аттестации
УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<p>УК-7.1: Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни.</p> <p>УК-7.2: Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.</p>	<p>УК-7.1:</p> <p>7.1.1.Знать: виды физических упражнений; роль и значение физической культуры в жизни человека и общества.</p> <p>7.1.2. Уметь: применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта для сохранения и укрепления здоровья.</p> <p>7.1.3. Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методами физического воспитания для физического самосовершенствования, - владеть техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в физкультурно-оздоровительной и соревновательной деятельности. <p>УК-7.2:</p> <p>7.2.1.Знать: здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма.</p> <p>7.2.2. . Уметь: выбирать здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни, самостоятельно определять</p>	<p>Задания</p> <p>Тест</p>	<p>Зачёт:</p> <p>Тест</p>

		<p>содержание подготовки к сдаче нормативов.</p> <p>7.2.3. Владеть: -технологиями для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма, - владеть основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств.</p>		
--	--	---	--	--

3. Структура и содержание дисциплины

3.1 Трудоемкость дисциплины

	очная
Общая трудоемкость, з.е.	2
Часов по учебному плану	72
в том числе	
аудиторные занятия (контактная работа):	
- занятия лекционного типа	4
- занятия семинарского типа (практические занятия / лабораторные работы)	0
- КСР	1
электронный курс (ЭЛКУ)	67
Промежуточная аттестация	0 Зачёт

3.2. Содержание дисциплины

(структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и виды учебных занятий)

Наименование разделов и тем дисциплины	Всего (часы)	в том числе			
		Контактная работа (работа во взаимодействии с преподавателем), часы из них			Электронный курс (ЭЛКУ), часы
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа (практические занятия/лабораторные работы), часы	Всего	
	0	0	0	0	0

	Ф О	Ф О	Ф О	Ф О	Ф О
Тема 1. Физическая культура и спорт. Основные термины и понятия. Виды гимнастики и их характеристика.	17	1		1	16
Тема 2. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне». Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов	18	1		1	17
Тема 3. Разновидности спортивных игр и их характеристика. Подвижные игры в тренировочном и образовательном процессах.	18	1		1	17
Тема 4. Циклические виды спорта и их характеристики	18	1		1	17
Аттестация	0				
КСР	1			1	
Итого	72	4	0	5	67

Contents of sections and topics of the discipline

Учебный процесс в группах студентов направлен на укрепление здоровья, закаливания организма и повышение уровня физической работоспособности студентов, устранение функциональных отклонений и недостатков в физическом развитии, ликвидацию остаточных явлений после заболеваний, на профессионально-прикладную физическую подготовку. Студенты овладевают знаниями, умениями, и навыками для самостоятельного проведения утренней гимнастики, комплекса упражнений в режиме дня.

Тема 1. Физическая культура и спорт. Основные термины и понятия. Виды гимнастики и их характеристика.

Содержание:

1. Введение в теорию физической культуры
2. Структура и формы физической культуры
3. Физические качества и пути их развития
4. Система физического воспитания
5. Средства и методы физического воспитания

Тема 2. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне».

Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов

1. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ВФСК ГТО)

Содержание:

1. ПРЕДПОСЫЛКИ ВОЗНИКНОВЕНИЯ КОМПЛЕКСА ГТО
2. РОЖДЕНИЕ КОМПЛЕКСА ГТО «ПОД КРЫЛОМ» ОСОАВИАХИМА
3. ПЕРВЫЙ КОМПЛЕКС ГТО И ДАЛЬНЕЙШЕЕ ЕГО РАЗВИТИЕ
4. КОМПЛЕКС ГТО И ВЕЛИКАЯ ОТЕЧЕСТВЕННАЯ ВОЙНА
5. КОМПЛЕКС ГТО В ПОСЛЕВОЕННОЕ ВРЕМЯ
6. ВОЗРОЖДЕНИЕ КОМПЛЕКСА ГТО В СОВРЕМЕННОЙ РОССИИ
7. ЗАЧЕМ ВЫПОЛНЯТЬ ГТО В 21 ВЕКЕ?
8. Нормативы ВФСК ГТО

2. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов

Содержание:

1. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) в системе физического воспитания студентов
2. Факторы, определяющие ППФП студентов
3. Средства ППФП студентов
3. Основы организации здорового образа жизни студентов

Содержание:

1. Понятие «здоровье», его содержание
2. Здоровый образ жизни студентов
3. Составляющие характеристики здорового образа жизни
4. РОССИЙСКИЙ СТУДЕНЧЕСКИЙ СПОРТИВНЫЙ СОЮЗ (РССС)
5. Универсиада

Содержание:

1. История
2. Требования к участникам
3. Всемирные университетские игры
4. Места проведения Универсиад

Тема 3. Разновидности спортивных игр и их характеристика. Подвижные игры в тренировочном и образовательном процессах.

1. Спортивные игры (часть первая)

Содержание:

1. Требования безопасности
2. Волейбол.

- 2.1. История волейбола
- 2.2. Правила игры
- 2.3. Именитые спортсмены

3. Бадминтон.

- 3.1. История бадминтона
- 3.2 Правила игры
- 3.3 Именитые спортсмены

4. Настольный теннис.

- 4.1. История настольного тенниса
- 4.2. Правила игры
- 4.3. Именитые спортсмены

2. Спортивные игры (часть вторая)

Содержание:

1. Футбол

- 1.1. История футбола
- 1.2. Основные правила игры
- 1.3. Именитые спортсмены

2. Городки

- 2.1. История игры городки
- 2.2. Основные правила игры

3. Спортивные игры (часть третья)

Содержание:

1. Требования безопасности

2. Баскетбол

- 2.1. История возникновения баскетбола
- 2.2. Правила игры
- 2.3. Именитые спортсмены

3. Стритбол.

- 3.1. История возникновения стритбола
- 3.2 Правила игры

4. Подвижные игры

Содержание:

Требования безопасности

История подвижных игр

Педагогическая классификация игр

Образовательное, воспитательное, оздоровительное значение подвижных игр

Методика обучения подвижным играм

Тема 4. Циклические виды спорта и их характеристики

1. Легкая атлетика

Содержание:

Требования безопасности

История легкой атлетики

Основные дисциплины

Именитые спортсмены

2. Гимнастика

Содержание:

Требования безопасности

История гимнастики

Характеристика средств гимнастики

Виды гимнастики

3. Лыжные гонки

Содержание:

Требования безопасности

История лыжного спорта

Основные дисциплины

Именитые спортсмены

4. Спортивное ориентирование

Содержание:

1. История спортивного ориентирования

2. Виды спортивного ориентирования

3. Экипировка

4. Спортивное ориентирование в России

5. Виды соревнований и прикладное значение спортивного ориентирования

4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Самостоятельная работа обучающихся включает в себя подготовку к контрольным вопросам и заданиям для текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины приведенным в п. 5.

Для обеспечения самостоятельной работы обучающихся используются:

- электронный курс ""Физическая культура и спорт"" (<https://e-learning.unn.ru>).

5. Assessment tools for ongoing monitoring of learning progress and interim certification in the discipline (module)

5.1 Model assignments required for assessment of learning outcomes during the ongoing monitoring of learning progress with the criteria for their assessment:

5.1.1 Model assignments (assessment tool - Assignments) to assess the development of the competency УК-7:

Задание 1. Часть 1. Антропометрия. Изучить документ, как проводится антропометрия. Произвести измерения, занести их в таблицу (бланк ответа), сделать выводы. Бланк ответа прикрепляется в ответе на задание на <https://e-learning.unn.ru/>.

Показатели	Полученные данные	Оценка
1. Масса-ростовой показатель		
2. ИМТ		
3. Индекс Брока		
4. Индекс Кетле		
5. Максимально допустимая масса		

Вывод:

Задание 1. Часть 2. Определение свойств нервной системы. Свойства темперамента, адекватные основным свойствам нервной системы можно определить с помощью адаптированного варианта опросника Я. Стреляу.

Опросник темперамента Я. Стреляу состоит из 134 вопросов, относящихся к различным свойствам темперамента. По результатам тестирования испытуемых выявляется количественная оценка силы процесса возбуждения и торможения, подвижности нервных процессов индивидов, производится расчет степени уравновешенности нервной системы.

Порядок работы.

Испытуемым предлагается ответить на серию вопросов об особенностях их поведения в различных условиях и ситуациях. На вопросы следует отвечать поочередно, не возвращаясь к предыдущим ответам и не пропуская каждое очередное высказывание. На вопросы следует отвечать: «да» (+), «нет» (-), «не знаю» (?). Ответ «не знаю (?)» следует давать тогда, когда испытуемый затрудняется дать положительный (+) или отрицательный (-) ответ. Свои ответы следует записать в таблицу 1. Так же посчитать уравновешенность нервной системы. Уравновешенность нервной системы (К) рассчитывается как отношение количества баллов по силе возбуждения к количеству баллов по силе торможения:

$$K = \frac{\text{Сила по возбуждению}}{\text{Сила по торможению}}$$
 Бланк ответа прикрепляется в ответе на задание на <https://e-learning.unn.ru/>.

Таблица 1 - Ответы на вопросы

К =

Вывод:

Задание 2. Часть 1. Тестирование памяти. Пройти тест на память, занести результаты в таблицу и сделать выводы. Бланк ответа прикрепляется в ответе на задание на <https://e-learning.unn.ru/>.

Таблица 1 - Ответы на вопросы (4 варианта ответов: Никогда – 0, редко – 1, иногда – 2, часто – 3).

Вопрос	Ваш ответ
1. Трудно ли Вам вспоминать события?	
2. Случается ли Вам, входя в комнату, мучительно вспоминать, за чем, собственно, Вы пришли?	
3. Бывает ли так, что Вы забываете о важных запланированных делах?	
4. Затрудняетесь ли Вы вспомнить номера телефонов, которыми Вы постоянно пользуетесь?	
5. Случается ли так, что Вы забыли фамилию или имя человека, с которым часто общаетесь?	
6. Вы часто не можете сосредоточиться?	
7. Вспоминаете ли Вы с трудом, куда положили ту или иную вещь?	
8. Бывает ли так, что Вы не можете вспомнить, выключили газ, свет, воду?	
9. Случается ли Вам несколько раз повторять одно и то же, вызывая недоумение других?	
10. Трудно ли Вам вспоминать имена популярных людей или названия известных мест?	
11. Вы вынуждены все записывать, так как не надеетесь на память?	
12. Трудно ли Вам запоминать новый игры, рецепты?	
13. Теряете ли вещи?	
14. Трудно ли Вам следить за действием фильма, телепередачи, книги, потому что забыли, что было вначале?	
15. Случается ли, что Вы моментально забываете то, что Вам только что	

сказали?

Сумма баллов =

Вывод:

Задание 2. Часть 2. Сердце и поведение человека. Пройти тест - опросник и определить Ваш тип поведенческой реакции. Результаты теста – опросника заносятся в таблицу бланка ответа. Бланк ответа прикрепляется в ответе на задание на <https://e-learning.unn.ru/>.

Тест - опросник «Коронарная личность», опросник включает 17 пунктов. Каждый пункт оценивается по 10-бальной системе.

Вопрос

- | | |
|-----|--|
| 1. | Во время игры проявляет соревновательный дух, стремление к победе. |
| 2. | Работает быстро, энергично, нежели медленно, свободно. |
| 3. | Если приходится ждать, очень нетерпелив. |
| 4. | Работу выполняет в спешке (иногда суетливо). |
| 5. | Его трудно разозлить друзьям. |
| 6. | Часто прерывает других. |
| 7. | Всегда стремится быть лидером. |
| 8. | Легко раздражается. |
| 9. | Работает лучше, если есть соревновательный дух. |
| 10. | Любит спорить. |
| 11. | Спокоен, работает лучше, когда рядом более инертные. |
| 12. | Всегда стремится сделать лучше других. |
| 13. | Может долго сидеть спокойно. |
| 14. | Важнее выиграть, чем получить удовольствие от игры или де |
| 15. | Другие склонны принять его лидерство. |
| 16. | Стремится быть лучше других. |
| 17. | Имеет склонность к драке, агрессии, конфликтности |

Сумма баллов =

Вывод:

Задание 3. Определение стрессоустойчивости. Пройти вопросник О. Грегора. Результаты занести в таблицу бланка ответа и сделать выводы. Бланк ответа прикрепляется в ответе на задание на <https://e-learning.unn.ru/>.

Необходимо отвечать на все пункты. Критерии ответов:

- | | |
|---|---|
| 1 балл – как правило, почти всегда. | 2 балла – стараюсь, часто. |
| 3 балла – не всегда получается, иногда. | 4 балла – редко удается, почти никогда. |
| 5 баллов – не получается, никогда. | |

Вопрос

1. Вы соблюдаете режим питания, обязательно имеете горячее блюда (первое или второе) хотя бы одно в день.
2. Вы высыпаетесь по крайней мере 4 раза в неделю.
3. Вы чувствуете любовь и заботу окружающих, и сами выражаете им свою любовь и заботу.
4. Вы знаете, что есть человек, на которого при острой необходимости, экстремальности Вы можете положиться.
5. Занимаетесь ли физическими упражнениями до пота, хотя бы 2 раза в неделю.
6. У Вас нет вредных привычек (нет- 1 балл, стараюсь не иметь- 2, проявляю слабость- 3, не удается избежать- 4, зависим от своих вредных привычек- 5).
7. Ведете здоровый образ жизни.
8. Ваш вес соответствует (да- 1 балл, отличается незначительно, имеется отклонение- 3, заметно отклоняется- 4, проблемы-5).
9. Вы не испытываете дефицита денег, их достаточно, чтобы удовлетворить Ваши потребности.
10. Вы оптимистичны, как правило, не унываете, верите в благоприятный исход.
11. Занимаетесь общественной деятельностью, активны.
12. У Вас много друзей и знакомых.
13. У Вас есть 1 друг (или 2), которому Вы полностью доверяете.

14. Вы здоровы, не страдаете хроническими заболеваниями.

15. Вы можете открыто заявить (сказать) о своих чувствах, когда злы или обеспокоены чем-либо.

16. Вы регулярно обсуждаете в семье Ваши семейные проблемы.

17. Вы находите время для юмора и шутки

18. Вы умеете организовывать свое время результативно и эффективно.

19. В семье не бывает скандалов, тяжелых конфликтов (нет- 1 балл, редко- 2, не удается избежать- 3, бывает- 4, часто- 5).

20. У Вас есть время для себя в течение каждого дня (да- 1 балл, стараюсь-2, не всегда получается-3, редко получается- 5).

21. В семье комфортно.

22. На работе спокойная, доброжелательная обстановка.

Обработка данных: $K = \sum(1...22) - 22$, где $\sum(1...22)$ – сумма баллов по 22 пунктам;

K- критерий стрессоустойчивости.

K =11 (и меньше) – высокая стрессоустойчивости

K =33 (и более) – весьма стрессорны, слабая сопротивляемость

K =55 (и более) – уязвимы, хроническая стрессорность.

Вывод:

Задание 4. Функциональная асимметрия. В данной работе предлагается исследовать двигательную (моторную) и сенсорную асимметрии. Пройти предлагаемые тесты и заполнить табличку в бланке ответа и сделать вывод.

Тест/действие	левый признак = -1 балл	нечетко выраженный левый = -0,5 балла;	неопределенный = 0;
---------------	----------------------------------	---	------------------------

Тест 1. ДА – двигательная асимметрия

1. Тест «Замок».			
1. Тест «Хлопок».			

1. Тест «Поза Наполеона».			
1. Проведение руки над головой			
1. «Пишущая рука».			
1. «Ножницы».			
1. «Спички»			
1. «Нитки».			
1. «Карты»			
1. «Часы».			
1. «Мяч».			
1. «Ракетка».			
1. «Нож».			
1. «Крышка».			
1. «Молоток».			
1. «Зубная щетка			
1. Вращение кистями рук вправо и влево			
1. Тест «Центр письма»			

Тест 2. Асимметрия ног (АН)

1. Тест «Закидывание ног»			
1. Тест «Шаг».			
1. Тест «Прыжок».			
1. Вращение стопами ног вправо, влево.			
1. Сделать 7 шагов.			

Тест 2. **АЗ – асимметрия зрения**

1. Тест «Память».			
1. Тест «Прицеливание».			
1. Второй вариант – прицеливание			
1. Визуально определить, какой глаз обследуемого выразительнее			

Тест 3. **АС – асимметрия слуха**

1. Тест «Часы».			
1. Тест «Телефон».			
1. Длительное слушание по телефону			
1. Длительное говорение по телефону			

Тест 4. **АТ – асимметрия тактильная**

1. Тест «Кисть».			
1. Тест «Щека».			

Тест 5. **КА – конституционная асимметрия**

1. Оценить кисти рук – которая из них шире и крупнее с тыльной стороны			
1. Кисть какой руки шире и крупнее со стороны ладони			
1. На какой руке пальцы длиннее, крупнее			
1. Ногти какой руки крупнее и сидят глубже			
1. Мышцы какой руки более развиты			
1. Какая стопа крупнее			
1. На какой ноге мышцы более развиты			
1. Прощупать голову и выявить, на какой половине больше бугров			

1. Какое ухо крупнее			
1. Какой глаз крупнее			
1. Какое плечо выше			

Вывод:

1. Определить асимметрию по каждому тесту и общую.

ОА = суммарное количество баллов/ число тестов x 100

(пример: ОА = (+24) + (-20) / 44 = +4/44, ОА% = 4x100/44 = 9,1%)

1. Сделать вывод:

Assessment criteria (assessment tool — Assignments)

Grade	Assessment criteria
pass	Студент демонстрирует творческий подход к решению поставленных задач. Студент подтвердил теоретический материал выполнением практических заданий.
fail	Студент не выполнил задания.

5.1.2 Model assignments (assessment tool - Test) to assess the development of the competency УК-7:

1. Под «физической культурой личности» следует понимать:

- 1.Знание законов физики, позволяющее человеку более эффективно решать задачи использования механической, лучевой и мышечной энергии для достижения конкретных целей.
- 2.Культуру использования конкретным человеком спортивного и медицинского оборудования для укрепления здоровья и физического развития.
- 3.Степень приобщения человека к материальным и духовным ценностям в области физического совершенствования.

2. Физическое воспитание как термин - это:

- 1.Воспитание силы мышц, силы воли и эстетических качеств в процессе уроков физкультуры в школах и ах.
- 2.Педагогическая деятельность по освоению физических закономерностей, описывающих движения человеческого тела и его отдельных частей в результате сложного взаимодействия различных элементов в опорно-двигательном аппарате.
- 3.Обязательный, многолетний, регулируемый государством и обществом педагогический процесс психофизического совершенствования и овладения жизненно необходимыми навыками, позволяющими достичь физического совершенства.

3. Что из перечисленного не относится к общеметодическим принципам:

1. Наглядность
2. Сознательность и активность
3. Доступность и индивидуализация
4. Системное чередование нагрузок и отдыха

4. Что является средством физического воспитания:

1. Оздоровительные силы природы
2. ЗОЖ
3. Питание
4. Упражнения

5. Термин «гигиена»:

1. Наука о жилище
2. Наука о форме и строении человека
3. Наука о правильном и рациональном образе жизни
4. Наука о жизнедеятельности живого организма

6. Элементы здорового образа жизни:

1. Рациональное питание
2. Отсутствие вредных привычек
3. Занятия физической культурой
4. Все перечисленное верно

7. Понятие «низкая физическая активность» (гиподинамия) включает в себя:

1. Отказ от занятий спортом
2. Занятия в группах здоровья
3. Малоподвижную деятельность на протяжении более чем 50% времени

8. Оптимальное количество активных занятий физическими упражнениями для студентов в недельном цикле должно составлять... .

1. 2-4 часа
2. 4-7 часа
3. 6-9 часов
4. 8-12 часов

9. Выберите два правильных ответа «К циклическим упражнениям относятся...».

1. Спортивные игры
2. Плавание
3. Езда на велосипеде

4.Прыжки в высоту

5.Фигурное катание

11. Здоровый образ жизни - это вид жизнедеятельности, направленный на:

1.Сохранение высокой работоспособности человека

2.Сохранение и улучшение здоровья человека

3.Достижение высоких результатов в спорте

12. Что надо делать для профилактики избыточного веса?

1.Заниматься физическими упражнениями по воскресениям.

2.В рационе питания было больше жиров и сладких блюд

3.Регулярно заниматься физическими упражнениями

13. Через сколько времени после занятий физическими упражнениями можно принимать пищу?

1.5-10 мин.

2.30-45 мин

3.1-2 часа

4.3-4часа

Assessment criteria (assessment tool — Test)

Grade	Assessment criteria
pass	80% правильных ответов
fail	79% и менее правильных ответов

5.2. Description of scales for assessing learning outcomes in the discipline during interim certification

Шкала оценивания сформированности компетенций

Уровень сформированности компетенций (индикатор достижения компетенций)	плохо	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	очень хорошо	отлично	превосходно
	не зачтено		зачтено				
<u>Знания</u>	Отсутствие знаний теоретического материала. Невозможность оценить полноту знаний	Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки	Минимально допустимый уровень знаний. Допущено много	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки	Уровень знаний в объеме, превышающем программу подготовки.

	вследствие отказа обучающегося от ответа		негрубых ошибок	. Допущено несколько негрубых ошибок	. Допущено несколько несущественных ошибок	и. Ошибок нет.	
<u>Умения</u>	Отсутствие минимальных умений. Невозможность оценить наличие умений вследствие отказа обучающегося от ответа	При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки	Продемонстрированы основные умения. Решены типовые задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, но не в полном объеме	Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания в полном объеме, но некоторые с недочетами	Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи. Выполнены все задания в полном объеме, но некоторые с недочетами	Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с отдельным и несущественными недочетами, выполнены все задания в полном объеме	Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи. Выполнены все задания, в полном объеме без недочетов
<u>Навыки</u>	Отсутствие базовых навыков. Невозможность оценить наличие навыков вследствие отказа обучающегося от ответа	При решении стандартных задач не продемонстрированы базовые навыки. Имели место грубые ошибки	Имеется минимальный набор навыков для решения стандартных задач с некоторым и недочетами	Продемонстрированы базовые навыки при решении стандартных задач с некоторым и недочетами	Продемонстрированы базовые навыки при решении стандартных задач без ошибок и недочетов	Продемонстрированы навыки при решении нестандартных задач без ошибок и недочетов	Продемонстрирован творческий подход к решению нестандартных задач

Scale of assessment for interim certification

Grade		Assessment criteria
pass	outstanding	All the competencies (parts of competencies) to be developed within the discipline have been developed at a level no lower than "outstanding", the knowledge and skills for the relevant competencies have been demonstrated at a level higher than the one set out in the programme.
	excellent	All the competencies (parts of competencies) to be developed within the discipline have been developed at a level no lower than "excellent",
	very good	All the competencies (parts of competencies) to be developed within the discipline have been developed at a level no lower than "very good",
	good	All the competencies (parts of competencies) to be developed within the discipline have been developed at a level no lower than "good",
	satisfactory	All the competencies (parts of competencies) to be developed within the discipline have been developed at a level no lower than "satisfactory", with at least one competency developed at the "satisfactory" level.
fail	unsatisfactory	At least one competency has been developed at the "unsatisfactory" level.
	poor	At least one competency has been developed at the "poor" level.

5.3 Model control assignments or other materials required to assess learning outcomes during the interim certification with the criteria for their assessment:

5.3.1 Model assignments (assessment tool - Test) to assess the development of the competency УК-7

Заданием для промежуточной аттестации является Итоговый тест по дисциплине «Физическая культура и спорт». Тест состоит из 153 трех вопросов, которые охватывают все темы данного курса.

Assessment criteria (assessment tool — Test)

Grade	Assessment criteria
pass	80% и больше правильных ответов.
fail	79% и менее правильных ответов.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

Основная литература:

1. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. - Москва : Юрайт, 2023. - 334 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-13599-2. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=840810&idb=0>.
2. Физическое самосовершенствование : учебное пособие / А. А. Зайцев [и др.] ; под редакцией А. А. Зайцева. - 2-е изд. ; пер. и доп. - Москва : Юрайт, 2023. - 108 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-12579-5. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=845293&idb=0>.

Дополнительная литература:

1. Туревский И. М. Физическая подготовка: сдача нормативов комплекса ГТО : учебное пособие / И. М. Туревский, В. Н. Бородаенко, Л. В. Тарасенко. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2023. - 148 с. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-11519-2. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=847453&idb=0>.
2. Физическая культура: словарь основных терминов и понятий : учебное пособие для вузов / Жидких Т. М., Кораблева Е. Н., Минеев В. С., Трунин В. В.; Жидких Т. М., Кораблева Е. Н., Трунин В. В. - Санкт-Петербург : Лань, 2023. - 128 с. - Допущено Региональным научно-методическим центром при РОО «Совет директоров СПО Санкт-Петербурга» в качестве учебного пособия для обучающихся по специальности «Физическая культура» (уровень бакалавриата). - Книга из коллекции Лань - Физкультура и Спорт. - ISBN 978-5-507-45330-6., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=831258&idb=0>.

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы (в соответствии с содержанием дисциплины):

Ежеквартальный научно-методический журнал Российской Академии - Физическая культура: воспитание, образование, тренировка <http://www.infosport.ru/press/fkvot/>

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Учебные аудитории для проведения учебных занятий, предусмотренных образовательной программой, оснащены мультимедийным оборудованием (проектор, экран), техническими средствами обучения, компьютерами.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки/специальности 31.05.01 - General Medicine.

Author(s): Кутасин Александр Николаевич, кандидат педагогических наук, доцент

Мальшева Татьяна Александровна

Кононенко Павел Алексеевич

Щуров Сергей Владимирович.

Заведующий кафедрой: Кутасин Александр Николаевич, кандидат педагогических наук.

Программа одобрена на заседании методической комиссии от 4.12.2023, протокол № 5.