



**федеральное государственное  
бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
«Тюменский государственный медицинский университет»  
Министерства здравоохранения Российской Федерации  
(ФГБОУ ВО Тюменский ГМУ Минздрава России)**

Институт общественного здоровья и цифровой медицины  
Кафедра физической культуры и спорта

УТВЕРЖДЕНО:

Проректор по учебно-методической  
работе

Василькова Т.Н.

15.05.2024

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)  
«Б1.О.09 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»**

Уровень высшего образования: специалитет

Специальность: 30.05.03 Медицинская кибернетика

Квалификация (степень) выпускника: врач-кибернетик

Форма обучения: очная

Год набора (приема на обучение): 2025

Срок получения образования: 6 лет

Объем:

в зачетных единицах: 2 з.е.

в академических часах: 72 ак.ч.

Курс: 1 Семестры: 1, 2

Разделы (модули): 8

Зачет: 2 семестр

Лекционные занятия: 36 ч.

Самостоятельная работа: 36 ч.

г. Тюмень, 2025

**Разработчики:**

Доцент кафедры физической культуры и спорта, кандидат медицинских наук, доцент Ахматова Н.А.

Старший преподаватель кафедры физической культуры и спорта Ковалевский И.Б.

Заведующий кафедрой физической культуры и спорта, кандидат медицинских наук, доцент Бочкарникова Н.В.

**Рецензенты:**

заведующий кафедрой физической культуры ФГБОУ ВО «Уральский государственный медицинский университет», кандидат педагогических наук, доцент Хайрулин Александр Раухатович

профессор кафедры нормальной физиологии ФГБОУ ВО "Тюменский государственный медицинский университет", д.м.н., доцент Томилова Евгения Александровна

Рабочая программа дисциплины (модуля) составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по специальности Специальность: 30.05.03 Медицинская кибернетика, утвержденного приказом Минобрнауки России от 13.08.2020 №1006, с учетом трудовых функций профессиональных стандартов: "Врач-кибернетик", утвержден приказом Минтруда России от 04.08.2017 № 610н.

**Согласование и утверждение**

№	Подразделение или коллегальный орган	Ответственное лицо	ФИО	Виза	Дата, протокол (при наличии)
1	Методический совет по направлению подготовки 34.03.01 Сестринское дело	Председатель методического совета	Лапик С.В.	Согласовано	11.04.2024, № 5
2	Центральный координационный методический совет	Председатель ЦКМС	Василькова Т.Н.	Согласовано	15.05.2024, № 9

## 1. Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины - формирование у студентов физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности в соответствии с требованиями Профессионального стандарта «Врач-кибернетик», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 4 августа 2017 г. № 610н.

Задачи изучения дисциплины:

- выработать у студентов-медиков мотивационно-ценностные установки на качественное выполнение требований вузовской программы и дальнейшее применение средств и методов физической культуры как неотъемлемого компонента здорового образа жизни, фактора общекультурного развития и овладения медицинской профессией;
- укреплять здоровье студентов, повышать и поддерживать на оптимальном уровне физическую и умственную работоспособность, спортивную тренированность, психическую способность;
- прививать знания и обучать практическим навыкам использования средств физической культуры для укрепления и восстановления здоровья;
- развивать и совершенствовать физические качества, поддерживать их на качественном уровне, на протяжении всех лет обучения в вузе;
- обучать различным двигательным навыкам, сочетая с профессионально-прикладной подготовкой;
- обучить методам оценки физического, функционального, психо-эмоционального и энергетического состояния организма и методам коррекции средствами физической культуры;
- обучить осуществлению само- и взаимоконтроля на групповых и индивидуальных занятиях средствами физической культуры и ведения дневника самоконтроля;
- прививать любовь к медицине и профессии врача, трудолюбию и чувству долга, стремлению к совершенствованию, формирование здорового образа жизни, формирование экологической культуры;
- формирование гражданской ответственности, патриотизма, приверженности к демократии, социальной справедливости, межнациональному и гражданскому согласию.

## 2. Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

*Компетенции, индикаторы и результаты обучения*

УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

УК-7.1 Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма

*Знать:*

УК-7.1/Зн1 здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни

*Уметь:*

УК-7.1/Ум1 выбирать здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма

*Владеть:*

УК-7.1/Нв1 навыками выбора здоровьесберегающих технологий 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

*Знать:*

УК-7.2/Зн1 основы планирования своего рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности

*Уметь:*

УК-7.2/Ум1 планировать свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности

*Владеть:*

УК-7.2/Нв1 навыками оптимального планирования свое рабочее и свободное время

УК-7.3 Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности

*Знать:*

УК-7.3/Зн1 нормы здорового образа жизни и методы пропаганды их соблюдения в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности

*Уметь:*

УК-7.3/Ум1 соблюдать нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности

*Владеть:*

УК-7.3/Нв1 навыками пропагандирования норм здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности

### 3. Место дисциплины в структуре ОП

Дисциплина (модуль) Б1.О.09 «Физическая культура и спорт» относится к обязательной части образовательной программы и изучается в семестре(ах): 1, 2.

В процессе изучения дисциплины студент готовится к видам профессиональной деятельности и решению профессиональных задач, предусмотренных ФГОС ВО и образовательной программой.

### 4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Период обучения	Общая трудоемкость (часы)	Общая трудоемкость (ЗЕТ)	Контактная работа (часы, всего)	Лекционные занятия (часы)	Самостоятельная работа (часы)	Промежуточная аттестация (часы)
Первый семестр	36	1	18	18	18	
Второй семестр	36	1	18	18	18	Зачет
Всего	72	2	36	36	36	

### 5. Содержание дисциплины

**5.1. Разделы, темы дисциплины и виды занятий**  
(часы промежуточной аттестации не указываются)

Наименование раздела, темы	Всего	Лекционные занятия	Самостоятельная работа	Планируемые результаты обучения, соотнесенные с результатами освоения программы
<b>Раздел 1. Модульная единица</b>	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3
<b>1.1. Физическая культура и спорт в России</b>				
Тема 1.1. Физическая культура и спорт в России	2	2		
Тема 1.2. Физическое воспитание в медицинских и фармацевтических вузах России	6	2	4	
<b>Раздел 2. Модульная единица</b>	<b>12</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3
<b>1.2. Средства физической культуры в регулировании работоспособности</b>				
Тема 2.1. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности	2	2		
Тема 2.2. Средства физической культуры в регулировании работоспособности	2	2		
Тема 2.3. Работоспособность и физические нагрузки	8	2	6	
<b>Раздел 3. Модульная единица</b>	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3
<b>1.3. Естественно-научные основы физвоспитания</b>				
Тема 3.1. Естественно-научные основы физвоспитания-	2	2		
Тема 3.2. Эколого-биологические основы физвоспитания	6	2	4	
<b>Раздел 4. Модульная единица</b>	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3
<b>1.4. Медико-биологические основы спортивной тренировки</b>				
Тема 4.1. Медико-биологические основы спортивной тренировки	2	2		
Тема 4.2. Физиологические основы спортивной тренировки	6	2	4	
<b>Раздел 5. Модульная единица</b>	<b>12</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3
<b>2.1. Гигиенические основы физвоспитания</b>				

Тема 5.1. Гигиенические основы физвоспитания	2	2		
Тема 5.2. Технические средства и тренажеры	2	2		
Тема 5.3. Гигиенические средства восстановления	8	2	6	
<b>Раздел 6. Модульная единица 2.2. Средства повышения работоспособности</b>	<b>12</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3
Тема 6.1. Средства повышения работоспособности	2	2		
Тема 6.2. Допинги и стимуляторы в спорте	2	2		
Тема 6.3. Медико-социальные факторы риска здоровья	8	2	6	
<b>Раздел 7. Модульная единица 2.3. Профессионально-прикладная физподготовка</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3
Тема 7.1. Профессионально-прикладная физподготовка	2	2		
Тема 7.2. Релаксационная лечебно-профилактическая гимнастика	1	1		
Тема 7.3. Методика составления комплексов упражнений	7	1	6	
<b>Раздел 8. Зачетное занятие</b>	<b>2</b>	<b>2</b>		УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3
Тема 8.1. Зачетное тестирование	2	2		
<b>Итого</b>	<b>72</b>	<b>36</b>	<b>36</b>	

## 5. Содержание разделов, тем дисциплин и формы текущего контроля

### *Раздел 1. Модульная единица 1.1. Физическая культура и спорт в России*

*(Лекционные занятия - 4ч.; Самостоятельная работа - 4ч.)*

#### *Тема 1.1. Физическая культура и спорт в России*

*(Лекционные занятия - 2ч.)*

Лекция 1.1.1. Краткая история возникновения и развития физической культуры и спорта в России. Материально-техническое и кадровое обеспечение физической культуры и спорта в РФ. Состояние здоровья и физической подготовленности учащейся молодежи в России. Структура управления физической культурой и спортом в РФ. Решение правительства по вопросам развития физической культуры и спорта в стране. Подготовка населения к сдаче нормативов комплекса ГТО.

#### Текущий контроль

Вид (форма) контроля, оценочные материалы
Тестирование
Теоретические вопросы/Собеседование

*Тема 1.2. Физическое воспитание в медицинских и фармацевтических вузах России  
(Лекционные занятия - 2ч.; Самостоятельная работа - 4ч.)*

Лекция 1.1.2. История вузовского спорта. Цели и задачи физического воспитания в вузах. Организация и содержание учебно-воспитательного процесса в учебных отделениях. Зачетные требования и обязанности студентов. Физкультурно- оздоровительная работа в вузах.

Виды самостоятельной работы студентов (обучающихся)

Вид работы	Содержание	Часы
Поиск и обзор литературы и электронных источников информации по индивидуально заданной теме	Обзор литературы и электронных источников информации по заданной теме "Формирование биоэтического мировоззрения, этических и деонтологических принципов профессиональной деятельности у обучающихся. Физическая культура и спорт в России"	3
Решение ситуационных задач, решение тестовых заданий	Решение тестовых заданий	1

Текущий контроль

Вид (форма) контроля, оценочные материалы
Тестирование
Теоретические вопросы/Собеседование

***Раздел 2. Модульная единица 1.2. Средства физической культуры в регулировании работоспособности***

*(Лекционные занятия - 6ч.; Самостоятельная работа - 6ч.)*

*Тема 2.1. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности  
(Лекционные занятия - 2ч.)*

Лекция 1.2.1 Особенности организации учебного процесса и жизнедеятельности студентов. Основные психофизиологические характеристики, условия продуктивности учебного труда студентов. Элементы научной организации умственного труда студентов.

Текущий контроль

Вид (форма) контроля, оценочные материалы
Тестирование
Теоретические вопросы/Собеседование

*Тема 2.2. Средства физической культуры в регулировании работоспособности  
(Лекционные занятия - 2ч.)*

Лекция 1.2.2. Оптимальный двигательный режим людей различных профессий. Условия повышения продуктивности учебного труда студентов и повышения работоспособности во время активного отдыха. Средства физической культуры в регулировании умственной работоспособности, психоэмоционального и функционального состояния студентов. Использование средств физической культуры и спорта в процессе обучения студентов в вузе для повышения умственной работоспособности и успеваемости.

Текущий контроль

Вид (форма) контроля, оценочные материалы
Тестирование
Теоретические вопросы/Собеседование

*Тема 2.3. Работоспособность и физические нагрузки  
(Лекционные занятия - 2ч.; Самостоятельная работа - 6ч.)*

Лекция 1.2.3. Оптимальный двигательный режим людей различных профессий. Условия повышения продуктивности учебного труда студентов и повышения работоспособности при помощи физических нагрузок.. Использование средств физической культуры и спорта в процессе обучения студентов в вузе для повышения физической работоспособности.

Виды самостоятельной работы студентов (обучающихся)

Вид работы	Содержание	Часы
Поиск и обзор литературы и электронных источников информации по индивидуально заданной теме	Основные средства физической культуры в регулировании работоспособности	4
Решение ситуационных задач, решение тестовых заданий	Основные средства физической культуры в регулировании работоспособности	2

Текущий контроль

Вид (форма) контроля, оценочные материалы
Тестирование
Теоретические вопросы/Собеседование

**Раздел 3. Модульная единица 1.3. Естественно-научные основы физвоспитания  
(Лекционные занятия - 4ч.; Самостоятельная работа - 4ч.)**

*Тема 3.1. Естественно-научные основы физвоспитания-  
(Лекционные занятия - 2ч.)*

Лекция 1.3.1. Организм человека как единая биологическая система. Экология здоровья и условия для физического развития. Двигательная активность как фактор взаимодействия организма человека с окружающей средой. Изменения, происходящие в организме человека при систематических занятиях физическими упражнениями и спортом. Закономерности развития отдельных систем организма в процессе физической тренировки. Двигательные функции и их влияние на повышение устойчивости организма к различным условиям окружающей среды.

Текущий контроль

Вид (форма) контроля, оценочные материалы
Тестирование
Теоретические вопросы/Собеседование

*Тема 3.2. Эколого-биологические основы физвоспитания  
(Лекционные занятия - 2ч.; Самостоятельная работа - 4ч.)*

Лекция 1.3.2. Экология человека и условия для физического развития. Двигательная активность как фактор взаимодействия организма человека с окружающей средой. Изменения, происходящие в организме человека при систематических занятиях физическими упражнениями и спортом. Двигательные функции и их влияние на повышение эколого-биологической устойчивости организма.

Виды самостоятельной работы студентов (обучающихся)

Вид работы	Содержание	Часы
Поиск и обзор литературы и электронных источников информации по индивидуально заданной теме	Основные методы контроля за функциональным и физическим состоянием организма	3
Решение ситуационных задач, решение тестовых заданий	Основные методы контроля за функциональным и физическим состоянием организма	1



## Текущий контроль

Вид (форма) контроля, оценочные материалы
Тестирование
Теоретические вопросы/Собеседование

**Раздел 4. Модульная единица 1.4. Медико-биологические основы спортивной тренировки (Лекционные занятия - 4ч.; Самостоятельная работа - 4ч.)**

**Тема 4.1. Медико-биологические основы спортивной тренировки (Лекционные занятия - 2ч.)**

Лекция 1.4.1. Спорт в системе физического воспитания в России. Цель и задачи спортивной тренировки. Основные разделы подготовки спортсмена: физическая, механическая, тактическая, психологическая, теоретическая. Физиологические характеристики разных видов мышечной деятельности. Основные методики разучивания и совершенствования техники выполнения физических упражнений.

## Текущий контроль

Вид (форма) контроля, оценочные материалы
Тестирование
Теоретические вопросы/Собеседование

**Тема 4.2. Физиологические основы спортивной тренировки (Лекционные занятия - 2ч.; Самостоятельная работа - 4ч.)**

Лекция 1.3.2. Экология человека и условия для физического развития. Двигательная активность как фактор взаимодействия организма человека с окружающей средой. Изменения, происходящие в организме человека при систематических занятиях физическими упражнениями и спортом. Двигательные функции и их влияние на повышение эколого-биологической устойчивости организма.

## Виды самостоятельной работы студентов (обучающихся)

Вид работы	Содержание	Часы
Поиск и обзор литературы и электронных источников информации по индивидуально заданной теме	Алгоритм действий при занятиях спортивными тренировками	3
Решение ситуационных задач, решение тестовых заданий	Алгоритм действий при занятиях спортивными тренировками	1

## Текущий контроль

Вид (форма) контроля, оценочные материалы
Тестирование
Теоретические вопросы/Собеседование

**Раздел 5. Модульная единица 2.1. Гигиенические основы физвоспитания**

**(Лекционные занятия - 6ч.; Самостоятельная работа - 6ч.)**

**Тема 5.1. Гигиенические основы физвоспитания (Лекционные занятия - 2ч.)**

Лекция 2.1.1. Использование гигиенических средств для массовых занятий оздоровительной физической культурой. Методы оценки физических кондиций человека. Особенности нормирования физических нагрузок при работе с занимающимися различных возрастных групп.

## Текущий контроль

Вид (форма) контроля, оценочные материалы
Тестирование
Теоретические вопросы/Собеседование

*Тема 5.2. Технические средства и тренажеры  
(Лекционные занятия - 2ч.)*

Лекция 2.1.2. Использование технических средств и тренажеров для массовых занятий оздоровительной физической культурой. Влияние занятий с использованием тренажерной техники на различные органы и системы организма. Показания и противопоказания к занятиям на тренажерах. Методы оценки физических кондиций человека. Особенности нормирования физических нагрузок при работе с занимающимися.

Текущий контроль

Вид (форма) контроля, оценочные материалы
Теоретические вопросы/Собеседование
Тестовый контроль

*Тема 5.3. Гигиенические средства восстановления  
(Лекционные занятия - 2ч.; Самостоятельная работа - 6ч.)*

Лекция 2.1.3. Основные принципы использования восстановительных средств при физических нагрузках и в спорте. Основы восстановительных функций и тренированности организма. Тренировочный эффект. Педагогические средства. Гигиенические средства. Физические средства. Восстановительный массаж. Самомассаж.

Виды самостоятельной работы студентов (обучающихся)

Вид работы	Содержание	Часы
Поиск и обзор литературы и электронных источников информации по индивидуально заданной теме	Гигиенические правила при занятиях физическими упражнениями	4
Решение ситуационных задач, решение тестовых заданий	Гигиенические правила при занятиях физическими упражнениями	2

Текущий контроль

Вид (форма) контроля, оценочные материалы
Тестирование
Теоретические вопросы/Собеседование

**Раздел 6. Модульная единица 2.2. Средства повышения работоспособности  
(Лекционные занятия - 6ч.; Самостоятельная работа - 6ч.)**

*Тема 6.1. Средства повышения работоспособности  
(Лекционные занятия - 2ч.)*

Лекция 2.2.1. Традиционные и нетрадиционные средства повышения работоспособности и тренированности. Контроль, самоконтроль и коррекция. Традиционные и нетрадиционные средства восстановления работоспособности и тренированности.

Текущий контроль

Вид (форма) контроля, оценочные материалы
Теоретические вопросы/Собеседование
Тестовый контроль

*Тема 6.2. Допинги и стимуляторы в спорте  
(Лекционные занятия - 2ч.)*

Лекция 2.2.2. Определение допинга. МОК. Допинги как медицинские средства и лекарства. Их роль в повышении работоспособности и опасности для здоровья спортсменов. Допинг-контроль и методы анализа. Антидопинговые скандалы и наказания на крупнейших соревнованиях.

Текущий контроль

Вид (форма) контроля, оценочные материалы
Теоретические вопросы/Собеседование
Тестовый контроль

*Тема 6.3. Медико-социальные факторы риска здоровья  
(Лекционные занятия - 2ч.; Самостоятельная работа - 6ч.)*

Лекция 2.2.3. Эндоекология и физическая культура. Воздействие экзогенных экологических факторов на занимающихся физическими упражнениями. Вредные привычки и борьба с ними. Экологонегативные факторы.

Виды самостоятельной работы студентов (обучающихся)

Вид работы	Содержание	Часы
Поиск и обзор литературы и электронных источников информации по индивидуально заданной теме	Медицинские средства повышения работоспособности	4
Решение ситуационных задач, решение тестовых заданий	Медицинские средства повышения работоспособности	2

Текущий контроль

Вид (форма) контроля, оценочные материалы
Тестирование
Теоретические вопросы/Собеседование

**Раздел 7. Модульная единица 2.3. Профессионально-прикладная физподготовка  
(Лекционные занятия - 4ч.; Самостоятельная работа - 6ч.)**

*Тема 7.1. Профессионально-прикладная физподготовка  
(Лекционные занятия - 2ч.)*

Лекция 2.3.1. Обеспечение формирования и совершенствования свойств и качеств личности врача, личности. Комплексы упражнений, обеспечивающих эффективность деятельности в конкретной профессиональной области. Формирование с помощью различных средств и методов физической культуры профессионально важных свойств и дееспособности врача.

Текущий контроль

Вид (форма) контроля, оценочные материалы
Теоретические вопросы/Собеседование
Тестовый контроль

*Тема 7.2. Релаксационная лечебно-профилактическая гимнастика  
(Лекционные занятия - 1ч.)*

Лекция 2.3.2. Определение релаксации и релаксационной лечебно-профилактической гимнастики. Цели и задачи гимнастики. Сущность тренировочного комплекса. Восстановление энергетической циркуляции через снятие физической и психической форм напряжения. Основные уровни воздействия гимнастики.

Текущий контроль

Вид (форма) контроля, оценочные материалы
Теоретические вопросы/Собеседование
Тестовый контроль

*Тема 7.3. Методика составления комплексов упражнений  
(Лекционные занятия - 1ч.; Самостоятельная работа - 6ч.)*

Лекция 2.3.3. Определение лечебной физической культуры. Цели и задачи комплекса ЛФК. Средства ЛФК: гимнастические, спортивно-прикладные, игры, естественные силы природы. Основные формы ЛФК: процедура лечебной гимнастики, дозированная ходьба. Показания и противопоказания при различных заболеваниях.

**Виды самостоятельной работы студентов (обучающихся)**

Вид работы	Содержание	Часы
Поиск и обзор литературы и электронных источников информации по индивидуально заданной теме	Развитие физических качеств для различных врачебных специальностей	4
Решение ситуационных задач, решение тестовых заданий	Развитие физических качеств для различных врачебных специальностей	2

**Текущий контроль**

Вид (форма) контроля, оценочные материалы
Тестирование
Теоретические вопросы/Собеседование

**Раздел 8. Зачетное занятие  
(Лекционные занятия - 2ч.)**

*Тема 8.1. Зачетное тестирование  
(Лекционные занятия - 2ч.)*

Зачетное тестирование

**Текущий контроль**

Вид (форма) контроля, оценочные материалы
Тестирование

**6. Рекомендуемые образовательные технологии**

В процессе освоения дисциплины используются следующие образовательные технологии: лекции, самостоятельная работа студентов. Внеаудиторная контактная работа включает: лекции с использованием дистанционных информационных и телекоммуникационных технологий (видео-лекция) с размещением на образовательных платформах, в том числе на платформе ЭОС. Контроль освоения учебного материала осуществляется преподавателем в виде: тестов, в том числе с использованием системы ЭОС.

Для реализации образовательных программ в рамках метода e-learning открыт доступ к учебно-методическим материалам в электронной системе поддержки дистанционного обучения (ЭОС). Студенты имеют доступ к учебно-методическим материалам кафедр. Для выполнения контрольных заданий, подготовки к практическим и семинарским занятиям, поиска необходимой информации широко используются возможности глобальной сети Интернет.

Студенты обучаются с использованием электронных репозиторий: преподаватели демонстрируют студентам обучающие и демонстрационные видеофильмы, предоставляют ссылки на информационный материал в сети Интернет, демонстрируют результаты своих научных разработок, научных конференций.

**7. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины**

**7.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы**

### *Основная литература*

1. Епифанов, В.А. Лечебная физическая культура: учебное пособие: учебное пособие / В.А. Епифанов, А.В. Епифанов. - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2020. - 704 с. - 978-5-9704-5576-0. - Текст: электронный. // Geotar: [сайт]. - URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970455760.html> (дата обращения: 25.09.2024). - Режим доступа: по подписке

2. Спортивная медицина: практическое руководство: практическое руководство / Епифанов, Епифанов. - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2023. - 664 с. - 978-5-9704-7274-3. - Текст: электронный. // Geotar: [сайт]. - URL: <https://www.mbasegeotar.ru/book/ISBN9785970472743.html> (дата обращения: 25.09.2024). - Режим доступа: по подписке

### *Дополнительная литература*

1. Ачкасов, Е. Е. Инструктор здорового образа жизни и Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне": учебное пособие: учебное пособие / Е. Е. Ачкасов, Е. В. Машковский, С.П. Левушков. - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2016. - Текст: электронный. // : [сайт]. - URL: <http://www.studmedlib.ru/book/ISBN9785970436592.html> (дата обращения: 25.09.2024). - Режим доступа: по подписке

2. Спортивная медицина: национальное руководство с приложением на компакт-диске: национальное руководство с приложением на компакт-диске / под ред. С. П. Миронова, Б. А. Поляева, Г. А. Макаровой. - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2013. - 1184 - 978-5-9704-2460-5. - Текст: электронный. // : [сайт]. - URL: <http://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970424605.html> (дата обращения: 25.09.2024). - Режим доступа: по подписке

3. Котешева, И.А. Гимнастика для женщин / И.А. Котешева. - Москва: ВЛАДОС, 2015. - Текст: электронный. // : [сайт]. - URL: <http://www.studmedlib.ru/book/ISBN9785305002249.html> (дата обращения: 25.09.2024). - Режим доступа: по подписке

## **7.2. Профессиональные базы данных и ресурсы «Интернет», к которым обеспечивается доступ обучающихся**

### *Профессиональные базы данных*

1. <https://www.rosmedlib.ru/> - ЭБС "Консультант врача"
2. <https://www.studentlibrary.ru/> - ЭБС "КОНСУЛЬТАНТ СТУДЕНТА"

### *Ресурсы «Интернет»*

1. <https://www.elibrary.ru/> - Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU
2. [www.femb.ru](http://www.femb.ru) - Федеральная электронная медицинская библиотека (ФЭМБ)
3. <http://minsitm.gov.ru> - Официальный сайт Министерства спорта, туризма и молодежной политики РФ
4. <http://lib.sportedu.ru> - Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту РФ
5. <http://www.tptk.infosport.ru> - Теория и практика физической культуры. Ежемесячный научно-теоретический журнал

## **7.3. Программное обеспечение и информационно-справочные системы, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине**

Для реализации образовательных программ открыт доступ к учебно-методическим материалам в системе поддержки дистанционного обучения – ЭОС Moodle. Студенты имеют доступ к учебно-методическим материалам кафедр. Для выполнения контрольных заданий, подготовки к практическим и семинарским занятиям, поиска необходимой информации широко используются возможности глобальной сети Интернет.

Студенты обучаются с использованием электронных репозиторий: преподаватели демонстрируют студентам обучающие и демонстрационные видеофильмы, предоставляют ссылки на информационный материал в сети Интернет, демонстрируют результаты своих научных разработок, научных конференций.

#### *Перечень программного обеспечения*

*(обновление производится по мере появления новых версий программы)*

1. СЭО ЗКЛ Русский Moodle;
2. Антиплагиат;
3. Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для бизнеса;
4. Программный продукт «1С: Университет ПРОФ»;
5. MS Office Professional Plus, Версия 2010,;
6. MS Office Standard, Версия 2013;
7. MS Windows Professional, Версия XP;
8. MS Windows Professional, Версия 7;
9. MS Windows Professional, Версия 8;
10. MS Windows Professional, Версия 10;
11. Программный продукт «1С: Управление учебным центром»;
12. MS Office Professional Plus, Версия 2013,;
13. MS Windows Remote Desktop Services - Device CAL, Версия 2012;
14. MS Windows Server - Device CAL, Версия 2012;
15. MS Windows Server Standard, Версия 2012;
16. MS Exchange Server Standard, Версия 2013;
17. MS Exchange Server Standard CAL - Device CAL, Версия 2013;
18. Kaspersky Security для виртуальных сред, Server Russian Edition;
19. MS Windows Server Standard - Device CAL, Версия 2013 R2;
20. MS SQL Server Standard Core, Версия 2016;
21. System Center Configuration Manager Client ML, Версия 16.06;
22. Программа для ЭВМ Statistica Ultimate Academic 13 сетевая на 5 пользователей ;
23. 1С:Документооборот государственного учреждения 8.;

#### *Перечень информационно-справочных систем*

*(обновление выполняется еженедельно)*

1. Система «КонсультантПлюс»;

### **7.4. Специальные помещения, лаборатории и лабораторное оборудование**

Университет располагает на праве собственности и ином законном основании материально-технической базой для обеспечения образовательной деятельности (помещения и оборудование) для реализации ОПОП ВО специалитета/направления подготовки по Блоку 1 «Дисциплины (модули)», Блоку 2 «Практики» (в части учебных практик) и Блоку 3 «Государственная итоговая аттестация» в соответствии с учебным планом.

Материально-техническая база соответствует действующим противопожарным правилам и нормам, обеспечивает проведение всех видов учебных занятий, практической и научно-исследовательской работ обучающихся, предусмотренных рабочим учебным планом.

#### Спортивный зал (УчК№1-1-20а)

баскетбольный щит - 2 шт.

волейбольная сетка - 1 шт.

Гимнастическая скамейка - 6 шт.

мяч - 10 шт.

Ноутбук - 1 шт.

Спортивное оборудование - 0 шт.

#### Учебные аудитории

##### Кабинет ЛФК (УчК№2-1-77)

Гимнастическая скамейка - 2 шт.

Зеркальная стенка - 1 шт.

Ноутбук - 1 шт.

Стол - 1 шт.

Шведская стенка - 4 шт.