

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО
ОБРАЗОВАНИЯ «НОВОСИБИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
(ФГБОУ ВО НГМУ МИНЗДРАВА РОССИИ)

УТВЕРЖДАЮ

Декан
лечебного
факультета
Новиков А.И.


«24» 06 2019 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**Элективная дисциплина
по физической культуре и спорту «Адаптивная физическая культура»**

Шифр дисциплины: Б1.В.ДВ.03.03

Специальность 34.03.01 Сестринское дело

Форма обучения очная

Рабочая программа по элективной дисциплине по физической культуре и спорту «Адаптивная физическая культура» является частью основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата по направлению подготовки 34.03.01 Сестринское дело.

Рабочую программу разработали сотрудники кафедры физического воспитания

Фамилия И.О.	Должность	Ученая степень, ученое звание
Дубковская Л.А.	И.о. зав.кафедрой физического воспитания	к. соц.н., доцент

Рецензент(ы):

Фамилия И.О.	Должность	Ученая степень, ученое звание	Кафедра/организация
Климова Е.В.	Заведующая кафедрой	к.б.н., доцент	Кафедра «Физическое воспитание и спорт», ФГБОУ ВО СГУПС
Хайбуллина Д.Р.	Заведующая кафедрой	к.пед.н., доцент	Кафедра «Физическая культура», ФГБОУ ВО «НГУАДИ»

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры физического воспитания
Протокол № 14 от 25 мая 2019 г.

И.о. зав. кафедрой физического воспитания Дубковская Л.А.



Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании цикловой методической комиссии по гуманитарным и лингвистическим дисциплинам НГМУ
Протокол № 5 от 05 июня 2019 г.

Содержание

№ п/п		Стр.
1.	Паспорт дисциплины	4
2.	Содержание дисциплины	8
3.	Учебно-методическое и библиотечное обеспечение дисциплины	13
4.	Материально-техническое обеспечение дисциплины	15
5.	Оценка качества освоения дисциплины, контроль результатов обучения	18

Сокращения и условные обозначения

ОПОП	- основная профессиональная образовательная программа
ЗЕ	- зачетные единицы
КРОП	- контактная работа обучающихся с преподавателем
СРО	- самостоятельная работа обучающихся
ЗЛТ	- занятия лекционного типа
ЗСТ	- занятия семинарского типа
ПА	- промежуточная аттестация
ПС	- профессиональный стандарт

1. Паспорт дисциплины

1.1. Цель и задачи дисциплины

Цель дисциплины: научить использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины: формирование здорового образа жизни у будущего специалиста в сфере здравоохранения. Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Знать и демонстрировать методику проведения физических упражнений, знать значение двигательной активности. Развивать и совершенствовать основные физические, прикладные психические и специальные качества. Вырабатывать ценностные установки на качественное применение средств и методов физической культуры как неотъемлемого компонента здорового образа жизни. Методику проведения утренней гигиенической и производственной гимнастики с учетом индивидуальных и возрастных особенностей организма. Обучать двигательным навыкам, методам коррекции. Уметь работать в коллективе и команде, брать на себя ответственность за работу членов команды. Вести здоровый образ жизни, заниматься двигательной активностью для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

1.2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Блок	Дисциплины
Часть блока	Вариативная: Дисциплина по выбору
Курс(ы)	1, 2
Семестр(ы)	2, 3, 4

1.3. Объем дисциплины

Форма промежуточной аттестации				Объем дисциплины, часы						ЗЕ
				ВСЕГО	в том числе				СРО	
					КРОП	из них		ПА		
Экзамен	Зачет	Зачет с оценкой	Курсовая работа			ЗЛТ	ЗСТ			
	2-4			328	104		104		224	

Распределение по курсам и семестрам									
1 курс									
Семестр 1					Семестр 2				
ЗЕ	ЗЛТ	ЗСТ	ПА	СРО	ЗЕ	ЗЛТ	ЗСТ	ПА	СРО
							36		74
2 курс									
Семестр 3					Семестр 4				
ЗЕ	ЗЛТ	ЗСТ	ПА	СРО	ЗЕ	ЗЛТ	ЗСТ	ПА	СРО
		34		74			34		76

1.4. Содержательно-логические связи дисциплины с другими дисциплинами или практиками

Название дисциплины	Коды формируемых компетенций	Дисциплины, практики, на которые опирается содержание данной дисциплины (ВХОДЫ)				Дисциплины, практики, которые обеспечивает содержание данной дисциплины (ВЫХОДЫ)		
		Б1.О.04 Физическая культура и спорт				Б1.В.ДВ.03.01 Элективная дисциплина по физической культуре и спорту «Лечебная физкультура»	Б1.В.ДВ.03.02 Элективная дисциплина по физической культуре и спорту «Спортивные секции»	Б3 Государственная итоговая аттестация
Б1.В.ДВ.03.03 Элективная дисциплина по физической культуре и спорту «Адаптивная физическая культура»	УК-7	+				+	+	+

1.5. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы, с учетом профессионального(ых) стандарта(ов)

Планируемые результаты освоения ОПОП – компетенции обучающихся	Трудовые функции (из ПС)	Планируемые результаты обучения по дисциплине (знания, умения, навыки), характеризующие этапы формирования компетенции					
		Необходимые знания (из ПС)	Знать (Зн.):	Необходимые умения (из ПС)	Уметь (Ум.)	Трудовые действия (из ПС)	Владеть (Вл.):
Общекультурные/Универсальные компетенции (ОК или УК)							
УК-7	Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности и для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.		Зн.1 – Знать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.		Ум.1 - Уметь использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.		Вл. 1 – Владеть методами и средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
			Зн. 2 - Знать методику проведения утренней гигиенической и производственной гимнастики с учетом индивидуальных и возрастных особенностей.		Ум. 2 - Уметь демонстрировать комплексы проведения утренней гигиенической и производственной гимнастики с учетом индивидуальных и возрастных особенностей.		Вл. 2 – Владеть методикой проведения утренней гигиенической и производственной гимнастики с учетом индивидуальных и возрастных особенностей.
			Зн. 3 – Знать		Ум. 3 – Уметь		Вл.3 – Владеть

				значение двигательной активности в жизни медицинского работника.		сделать правильный выбор двигательной активности с учетом индивидуальных и возрастных особенностей организма.		навыками двигательной активности.
--	--	--	--	---	--	--	--	---

2. Содержание дисциплины

2.1. Учебно-тематический план дисциплины

№	Наименование тем (разделов)	Всего часов	из них:		
			контактная работа по видам учебной деятельности		самостоятельная работа (СРО)
			ЗЛТ	ЗСТ	
Семестр 2					
1.	Раздел 1. Комплексы упражнений в период реабилитаций.	110		36	74
1.1.	Тема 1. Комплексы упражнений в период реабилитации после заболеваний сердечно-сосудистой системы.			4	
1.2.	Тема 2. Разновидности скандинавской ходьбы.			8	
1.3.	Тема 3. Комплексы упражнений в период реабилитации после заболеваний дыхательной системы. Текущий контроль.			10	
1.4.	Тема 4. Комплексы упражнений в период реабилитации после проблем с эндокринной системой.			10	
1.5.	Тема 5. Промежуточная аттестация.			4	
1.6.	Тема 6. Презентация на выбранную тему с 1 по 5 блока 5.4.				74
Семестр 3					
2.	Раздел 2. Комплексы упражнений в период реабилитаций, утренняя гигиеническая и производственная гимнастики, скандинавская ходьба.	108		34	74
2.1.	Тема 1. Комплексы упражнений в период реабилитации после заболеваний пищеварительной системы.			4	
2.2.	Тема 2. Комплексы упражнений в период реабилитации после заболеваний опорно-двигательного аппарата.			8	
2.3.	Тема 3. Утренняя гигиеническая и производственная гимнастика. Текущий контроль.			10	
2.4.	Тема 4. Разновидности скандинавской ходьбы.			8	
2.5.	Тема 5. Промежуточная аттестация.			4	
2.6.	Тема 6. Презентация на выбранную тему с 6 по 10 блока 5.4.				74
Семестр 4					
3.	Раздел 3. Комплексы упражнений в период реабилитаций, утренняя	110		34	76

	гигиеническая и производственная гимнастики, скандинавская ходьба, релаксирующие направления физической культуры.				
3.1.	Тема 1. Проблемы с позвоночным столбом.			6	
3.2.	Тема 2. Скандинавская ходьба. Обучение передвижению в группе способом скандинавская ходьба.			10	
3.3.	Тема 3. Утренняя гигиеническая и производственная гимнастика с учетом индивидуальных и возрастных особенностей. Текущий контроль.			8	
3.4.	Тема 4. Релаксирующие направления физической культуры.			6	
3.5.	Тема 5. Промежуточная аттестация.			4	
3.6.	Тема 6. Презентация на выбранную тему с 11 по 14 блока 5.4.				76
Итого		328		104	224

2.2. Содержание лекционного курса дисциплины

Лекционный курс учебным планом не предусмотрен.

2.3. Содержание семинарских занятий

Семинарские занятия учебным планом не предусмотрены.

2.4. Содержание лабораторных работ

Лабораторные работы учебным планом не предусмотрены.

2.5. Содержание практических занятий

№№ п.п.	Ссылки на компетенции и уровни усвоения	Часы	Тема практических занятий	Деятельность студента
1	УК-7 ЗН -1,2,3 УМ-1,2,3 ВЛ-1,2,3	4	Раздел 1. Комплексы упражнений в период реабилитаций. Тема 1. Комплексы упражнений в период реабилитации после заболеваний сердечно-сосудистой системы.	<ul style="list-style-type: none"> формирует представление о физической культуре и значении двигательной активности в жизни врача специалиста. задает вопросы преподавателям. участвует в обсуждении сообщений. осуществляет самоконтроль при выполнении практических действий.
2	УК-7 ЗН -1,2,3	8	Тема 2. Разновидности	<ul style="list-style-type: none"> формирует представление о физической культуре и значении

	УМ-1,2,3 ВЛ-1,2,3		скандинавской ходьбы Обучение передвижению в группе способом скандинавская ходьба.	двигательной активности в жизни врача специалиста. <ul style="list-style-type: none"> • задает вопросы преподавателям. • участвует в обсуждении сообщений. • осуществляет самоконтроль при выполнении практических действий.
3	УК-7 ЗН -1,2,3 УМ-1,2,3 ВЛ-1,2,3	10	Тема 3. Комплексы упражнений в период реабилитации после заболеваний дыхательной системы Текущий контроль.	<ul style="list-style-type: none"> • формирует представление о физической культуре и значении двигательной активности в жизни врача специалиста. • задает вопросы преподавателям. • участвует в обсуждении сообщений. • осуществляет самоконтроль при выполнении практических действий.
4	УК-7 ЗН -1,2,3 УМ-1,2,3 ВЛ-1,2,3	10	Тема 4. Комплексы упражнений в период реабилитации после проблем с эндокринной системой.	<ul style="list-style-type: none"> • формирует представление о физической культуре и значении двигательной активности в жизни врача специалиста. • задает вопросы преподавателям. • участвует в обсуждении сообщений. • осуществляет самоконтроль при выполнении практических действий.
5	УК-7 ЗН -1,2,3 УМ-1,2,3 ВЛ-1,2,3	4	Тема 5. Промежуточная аттестация по пройденным темам.	<ul style="list-style-type: none"> • демонстрация комплексов упражнений по пройденному разделу
6	УК-7 ЗН -1,2,3 УМ-1,2,3 ВЛ-1,2,3	4	Раздел 2. Комплексы упражнений в период реабилитаций, утренняя гигиеническая и производственная гимнастики, скандинавская ходьба. Тема 1. Комплексы упражнений в период реабилитации после заболеваний пищеварительной системы.	<ul style="list-style-type: none"> • осуществляет самоконтроль в практическом упражнении. • участвует в обсуждении сообщений. • формирует представление о физической культуре и значении двигательной активности в жизни врача специалиста.
7	УК-7 ЗН -1,2,3 УМ-1,2,3	8	Тема 2. Комплексы упражнений в период реабилитации после	<ul style="list-style-type: none"> • осуществляет самоконтроль в практическом упражнении.

	ВЛ-1,2,3		заболеваний опорно-двигательного аппарата.	<ul style="list-style-type: none"> • участвует в обсуждении сообщений. • формирует представление о физической культуре и значении двигательной активности в жизни врача специалиста.
8	УК-7 ЗН -1,2,3 УМ-1,2,3 ВЛ-1,2,3	10	Тема 3. Утренняя гигиеническая и производственная гимнастика. Комплексы утренней гигиенической и производственной гимнастики. Текущий контроль.	<ul style="list-style-type: none"> • осуществляет самоконтроль в практическом упражнении. • участвует в обсуждении сообщений. • формирует представление о физической культуре и значении двигательной активности в жизни врача специалиста. • выполняет задания текущего контроля.
9	УК-7 ЗН -1,2,3 УМ-1,2,3 ВЛ-1,2,3	8	Тема 4. Разновидности скандинавской ходьбы Обучение передвижению в группе способом скандинавская ходьба.	<ul style="list-style-type: none"> • осуществляет самоконтроль в практическом упражнении. • участвует в обсуждении сообщений. • формирует представление о физической культуре и значении двигательной активности в жизни врача специалиста.
10	УК-7 ЗН -1,2,3 УМ-1,2,3 ВЛ-1,2,3	4	Тема 5. Промежуточная аттестация по пройденным темам.	демонстрация комплексов упражнений по пройденному разделу
11	УК-7 ЗН -1,2,3 УМ-1,2,3 ВЛ-1,2,3	6	Раздел 3. Комплексы упражнений в период реабилитаций, утренняя гигиеническая и производственная гимнастики, скандинавская ходьба, релаксирующие направления физической культуры. Тема 1. Проблемы с позвоночным столбом.	<ul style="list-style-type: none"> • осуществляет самоконтроль в практическом упражнении. • участвует в обсуждении сообщений. • формирует представление о физической культуре и значении двигательной активности в жизни врача специалиста.
12	УК-7 ЗН -1,2,3 УМ-1,2,3 ВЛ-1,2,3	10	Тема 2. Скандинавская ходьба. Текущий контроль. Обучение передвижению в группе способом скандинавская	<ul style="list-style-type: none"> • осуществляет самоконтроль в практическом упражнении. • участвует в обсуждении сообщений. • формирует представление о физической культуре и значении двигательной активности в жизни

			ходьба.	врача специалиста.
13	УК-7 ЗН -1,2,3 УМ-1,2,3 ВЛ-1,2,3	8	Тема 3. Утренняя гигиеническая и производственная гимнастика с учетом индивидуальных и возрастных особенностей. Текущий контроль.	<ul style="list-style-type: none"> • осуществляет самоконтроль в практическом упражнении. • участвует в обсуждении сообщений. • формирует представление о физической культуре и значении двигательной активности в жизни врача специалиста. • выполняет задания текущего контроля.
14	УК-7 ЗН -1,2,3 УМ-1,2,3 ВЛ-1,2,3	6	Тема 4. Релаксирующие направления физической культуры.	<ul style="list-style-type: none"> • осуществляет самоконтроль в практическом упражнении. • участвует в обсуждении сообщений. • формирует представление о физической культуре и значении двигательной активности в жизни врача специалиста.
15	УК-7 ЗН -1,2,3 УМ-1,2,3 ВЛ-1,2,3	4	Тема 5. Промежуточная аттестация по пройденным темам.	<ul style="list-style-type: none"> • демонстрация комплексов упражнений по пройденному разделу
Всего часов		104		

2.6. Программа самостоятельной работы студентов

Ссылки на компетенции и уровни усвоения	Часы	Содержание самостоятельной работы	Деятельность студента	Формы контроля уровня обученности
УК-7 ЗН -1,2,3 УМ-1,2,3 ВЛ-1,2,3	224	Презентация на выбранную тему. Обучающийся, в рамках самостоятельной работы, должен предоставить презентацию в Microsoft PowerPoint на 25 слайдов по выбранной теме. Список тем находится на сайте НГМУ в разделе кафедра физического воспитания, папка документы, папка темы презентаций для самостоятельной работы для обучающихся. С последующей выкладкой в портфолио обучающегося на сайте НГМУ.	<ul style="list-style-type: none"> • изучает материал Internet-ресурсов. • анализирует информацию. • готовит слайды и тезисы к выступлению. • делает выводы • выполняет задания для самоконтроля. 	<ul style="list-style-type: none"> • проверка презентации. • оценка актуальности, новизны, креативности.
Всего часов	224			

2.7. Курсовые работы

Курсовая работа учебным планом не предусмотрена.

3. Учебно-методическое и библиотечное обеспечение дисциплины

3.1. Методические указания по освоению дисциплины размещены на сайте университета (Сайт НГМУ - кафедра физического воспитания - документы).

3.2. Список основной и дополнительной литературы.

Основная литература

1. Физическая и реабилитационная медицина [Электронный ресурс] : национальное руководство / Под ред. Г. Н. Пономаренко - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. - Режим доступа: <http://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970436066.html>

Дополнительная литература

1. Физиологические технологии повышения работоспособности в физической культуре и спорте / сост.: И. Н. Калинина, С. Ю. Калинин ; Сибирский гос. ун-т физ. культуры и спорта. - Омск : [б. и.], 2014. - 108 с.

2. Теннис на колясках / Б. П. Сокур, В. Ф. Кириченко, А. А. Гераськин, Ю. П. Девяткин; Сибирский гос. ун-т физ. культуры и спорта. - Омск : [б. и.], 2013. - 84 с.

3. Лечебная физкультура в системе медицинской реабилитации [Электронный ресурс] : учебное пособие / В. А. Дробышев [и др.] ; Новосиб.гос.мед.ун-т. - Новосибирск : Сибмедиздат НГМУ, 2014. - 104 с.

4. Лечебная физическая культура и массаж [Электронный ресурс] : учебник / Епифанов В.А. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2013. - Режим доступа: <http://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970426456.html>

3.3. Электронные образовательные ресурсы

1. **Консультант Врача. Электронная медицинская библиотека** [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / ООО ГК «ГЭОТАР». – URL: <http://www.rosmedlib.ru> – Доступ к полным текстам с любого компьютера, после регистрации из сети университета.

2. **Электронно-библиотечная система НГМУ (ЭБС НГМУ)** [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / НГМУ – URL: <http://library.ngmu.ru/> – Доступ к полным текстам с любого компьютера после авторизации.

3. **ЛАНЬ** [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / ООО «Издательство ЛАНЬ». – URL: <https://e.lanbook.com> – Доступ к полным текстам с любого компьютера, после регистрации из сети университета.

4. **ЮРАЙТ** [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ». – URL: <http://www.biblio-online.ru/> – Доступ к полным текстам с любого компьютера, после регистрации из сети университета.

5. **Межвузовская электронная библиотека (МЭБ)** [Электронный ресурс] : сайт. – URL: <https://icdlib.nspu.ru/> – Доступ после указания ФИО, штрих-код читательского билета и университета НГМУ в поле «Организация» на сайте МЭБ.

6. **ГАРАНТ** [Электронный ресурс] : справочно-правовая система : база данных / ООО НПП «ГАРАНТ-СЕРВИС». – Доступ в локальной сети.
7. **Springer Journals** [Электронный ресурс] : база данных / SpringerNatur: – URL : <https://link.springer.com/> - Доступ открыт со всех компьютеров библиотеки и сети университета.
8. **Polpred.com** Обзор СМИ [Электронный ресурс] : сайт. – URL: <http://polpred.com/> – Доступ открыт со всех компьютеров библиотеки и сети университета.
9. **Федеральная электронная медицинская библиотека** [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / ЦНМБ Первого Московского государственного медицинского университета им. И.М.Сеченова. – Режим доступа : <http://feml.scsml.rssi.ru/feml>, – Свободный доступ.
10. **eLIBRARY.RU** [Электронный ресурс] : электронная библиотека / Науч. электрон. б-ка. – URL: <http://www.elibrary.ru/>. – Яз. рус., англ. – Доступ к подписке журналов открыт со всех компьютеров библиотеки и сети университета; к журналам открытого доступа – свободный доступ после регистрации на сайте elibrary.ru.
11. **Colibris** [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / КрасГМУ – URL: [http://krasgmu.ru/index.php?page\[common\]=elib](http://krasgmu.ru/index.php?page[common]=elib) – Доступ к полным текстам с любого компьютера после авторизации.
12. **Министерство здравоохранения Российской Федерации: Документы.** [Электронный ресурс] : сайт. – Режим доступа : <https://www.rosminzdrav.ru/documents> – Свободный доступ.
13. **Министерство здравоохранения Новосибирской области** [Электронный ресурс] : сайт. – Режим доступа : <http://www.zdrav.nso.ru/page/1902> – Свободный доступ.
14. **Российская государственная библиотека** [Электронный ресурс] : сайт. – Режим доступа : <http://www.rsl.ru> – Свободный доступ.
15. **Consilium Medicum** [Электронный ресурс] : сайт. – Режим доступа : <http://www.consilium-medicum.com/> – Свободный доступ.
16. **PubMed** : US National Library of Medicine National Institutes of Health [Электронный ресурс] – URL: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed> – Свободный доступ.
17. **MedLinks.ru** [Электронный ресурс] : сайт. – Режим доступа : <http://www.medlinks.ru/> – Свободный доступ.
18. **Архив научных журналов НЭИКОН** [Электронный ресурс] : сайт. <http://archive.neicon.ru/xmlui/> – Доступ открыт со всех компьютеров библиотеки и сети университета.
19. **ScienceDirect.** Ресурсы открытого доступа [Электронный ресурс] : сайт. – Режим доступа : <http://www.sciencedirect.com/science/jrnllallbooks/open-access> – Свободный доступ.
20. **КиберЛенинка:** научная электронная библиотека [Электронный ресурс] – Режим доступа : <http://cyberleninka.ru/> – Свободный доступ.

4. Материально-техническое обеспечение дисциплины

№ п/п	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1.	<p>630075, г. Новосибирск, ул. Медкадры, д. 5а Спортивный комплекс НГМУ</p> <p>Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.</p>	<p>Комплект учебной мебели (столы-10, стулья-16), компьютер-1(Acer), ноутбук – 5 шт (Lenovo-4 шт, HP ProBook 4320s-1 шт), принтер HP LaserJet P2035- 2 шт, МФУ – 1 шт, шкаф для документации-1 шт, стулья секционные – 15 шт, музыкальный центр-2 шт, домашний кинотеатр-1 шт, вешалки напольные- 7 шт, шахматы- 5 шт, шахматные часы-4 шт, канат- 1шт, волейбольные-1 шт, баскетбольные-1 шт, футбольные-1 шт, секундомер- 6 шт, наборы для бадминтона -20 пар, степы-9 шт, грифы – 5 шт, гимнастические коврики-35 шт, гимнастические палки-35 шт, гантели(1кг-10 пар,2 кг-10 пар,4 кг-1 пара, блины 5 кг-15 пар, тренажеры в количестве 9 шт, видео камера PANASONIC HDC-1 шт, весы- 3, утяжелители-20 пар, гриф усиленный олимпийский- 1 шт, мячи большие гимнастические «Хопп» - 20 шт., ворота футбольные -4 шт, сетка футбольная.</p>	<p>Операционная система Microsoft Windows Договор от 15.01.2008 № (ДППРЕД)406 с ООО «Сервис-5!» «Программное обеспечение Microsoft Windows XP» (Бессрочная лицензия). Договор от 15.01.2008 № (ДППРЕД)466 с ООО «Сервис-5!» «Программное обеспечение Microsoft Windows XP» (Бессрочная лицензия). Договор от 04.12.2008 № 01/266 с ООО «НПК Контакт» «Программное обеспечение Microsoft Windows XP» (Бессрочная лицензия). Договор от 03.12.2009 № 100/479 с ООО «Техносерв» «Программное обеспечение Microsoft Windows Vista» (Бессрочная лицензия). Договор от 03.12.2009 № 100/480 с ООО «Техносерв» «Программное обеспечение Microsoft Windows XP» (Бессрочная лицензия). Договор от 23.11.2010 № 135/98 с ООО «Азон» «Программное обеспечение Microsoft Windows 7» (Бессрочная лицензия). Договор от 01.07.2014 № 135/15/52 с ООО «ДиЭйПрожект» «Программное обеспечение Microsoft Windows 8» (Бессрочная лицензия). Договор от 17.11.2014 № 135/14/14 с ООО «ГК Компьютеры и Сети» «Программное обеспечение Microsoft Windows 8» (Бессрочная лицензия).</p> <p>Офисный пакет Microsoft Office Договор от 12.04.2010 № 135/23 с ООО «КузбассОптТорг» «Программное обеспечение Microsoft Office 2007» (Бессрочная лицензия). Договор от 23.11.2010 № 135/98 с ООО «Азон» «Программное обеспечение Microsoft Office 2010» (Бессрочная</p>

			<p>лицензия). Договор от 13.12.2011 135/232 с ООО «БалансСофт Проекты» «Программное обеспечение Microsoft Office 2010» (Бессрочная лицензия).</p> <p>Антивирус Dr.Web Договор от 30.11.2017 № 135/17/207 с ООО «Софт Билдинг» «Антивирусное программное обеспечение Dr.Web» (Лицензия на 3 года)</p>
2.	<p>630091, г. Новосибирск, Красный проспект 52 Спортивный зал главного корпуса</p> <p>Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.</p>	<p>Мячи баскетбольные - 25 шт, волейбольные - 20, коврики гимнастические - 30 шт, баскетбольные кольца - 2 шт, сетка волейбольная-1, сетка бадминтонная -1 шт, наборы для бадминтона-15 шт, ноутбук Lenovo-1, столы – 3 шт, стулья -3 шт, скамья гимнастическая-1шт, стулья секционные – 16 шт, скакалки -25 шт, шведская стенка – 2 шт.</p>	<p>Операционная система Microsoft Windows Договор от 15.01.2008 № (ДППРЕД)406 с ООО «Сервис-5!» «Программное обеспечение Microsoft Windows XP» (Бессрочная лицензия). Договор от 15.01.2008 № (ДППРЕД)466 с ООО «Сервис-5!» «Программное обеспечение Microsoft Windows XP» (Бессрочная лицензия). Договор от 04.12.2008 № 01/266 с ООО «НПК Контакт» «Программное обеспечение Microsoft Windows XP» (Бессрочная лицензия). Договор от 03.12.2009 № 100/479 с ООО «Техносерв» «Программное обеспечение Microsoft Windows Vista» (Бессрочная лицензия). Договор от 03.12.2009 № 100/480 с ООО «Техносерв» «Программное обеспечение Microsoft Windows XP» (Бессрочная лицензия). Договор от 23.11.2010 № 135/98 с ООО «Азон» «Программное обеспечение Microsoft Windows 7» (Бессрочная лицензия). Договор от 01.07.2014 № 135/15/52 с ООО «ДиЭйПрожект» «Программное обеспечение Microsoft Windows 8» (Бессрочная лицензия). Договор от 17.11.2014 № 135/14/14 с ООО «ГК Компьютеры и Сети» «Программное обеспечение Microsoft Windows 8» (Бессрочная лицензия).</p> <p>Офисный пакет Microsoft Office Договор от 12.04.2010 № 135/23 с ООО «КузбассОптТорг» «Программное обеспечение Microsoft Office 2007» (Бессрочная лицензия). Договор от 23.11.2010 № 135/98 с ООО «Азон»</p>

			<p>«Программное обеспечение Microsoft Office 2010» (Бессрочная лицензия). Договор от 13.12.2011 135/232 с ООО «БалансСофт Проекты» «Программное обеспечение Microsoft Office 2010» (Бессрочная лицензия).</p> <p>Антивирус Dr.Web Договор от 30.11.2017 № 135/17/207 с ООО «Софт Билдинг» «Антивирусное программное обеспечение Dr.Web» (Лицензия на 3 года)</p>
3.	<p>630075, ул. ул. Медкадры, д. 1</p> <p>Лыжное хранилище Помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования</p>	<p>Беговые лыжи с креплениями-35 пар, ботинки лыжные - 35 пар, палки лыжные – 35 пар, винтовки пневматические Fainwerbau P-700 – 2 шт.</p>	
4	<p>630075, г. Новосибирск, ул. Залесского, 4, помещение № 156, читальный зал электронной библиотеки.</p> <p>Помещение для самостоятельной работы.</p>	<p>Комплект специализированной мебели с изолированными рабочими местами, посадочных мест – 25. Персональный компьютер в комплекте – 25 шт. Проекционный экран – 1 шт.; проектор – 1 шт.; ноутбук – 1 шт.; принтер – 1 шт.; многофункциональное устройство – 1 шт.</p>	<p>Операционная система Microsoft Windows Договор от 15.01.2008 № (ДППРЕД)406 с ООО «Сервис-5!» «Программное обеспечение Microsoft Windows XP» (Бессрочная лицензия). Договор от 15.01.2008 № (ДППРЕД)466 с ООО «Сервис-5!» «Программное обеспечение Microsoft Windows XP» (Бессрочная лицензия). Договор от 04.12.2008 № 01/266 с ООО «НПК Контакт» «Программное обеспечение Microsoft Windows XP» (Бессрочная лицензия). Договор от 03.12.2009 № 100/479 с ООО «Техносерв» «Программное обеспечение Microsoft Windows Vista» (Бессрочная лицензия). Договор от 03.12.2009 № 100/480 с ООО «Техносерв» «Программное обеспечение Microsoft Windows XP» (Бессрочная лицензия). Договор от 23.11.2010 № 135/98 с ООО «Азон» «Программное обеспечение Microsoft Windows 7» (Бессрочная лицензия). Договор от 01.07.2014 № 135/15/52 с ООО «ДиЭйПрожект» «Программное обеспечение Microsoft Windows 8»</p>

			<p>(Бессрочная лицензия). Договор от 17.11.2014 № 135/14/14 с ООО «ГК Компьютеры и Сети» «Программное обеспечение Microsoft Windows 8» (Бессрочная лицензия).</p> <p>Офисный пакет Microsoft Office Договор от 12.04.2010 № 135/23 с ООО «КузбассОптТорг» «Программное обеспечение Microsoft Office 2007» (Бессрочная лицензия). Договор от 23.11.2010 № 135/98 с ООО «Азон» «Программное обеспечение Microsoft Office 2010» (Бессрочная лицензия). Договор от 13.12.2011 135/232 с ООО «БалансСофт Проекты» «Программное обеспечение Microsoft Office 2010» (Бессрочная лицензия).</p> <p>Антивирус Dr.Web Договор от 30.11.2017 № 135/17/207 с ООО «Софт Билдинг» «Антивирусное программное обеспечение Dr.Web» (Лицензия на 3 года)</p> <p>Система автоматизации библиотек Договор от 22.06.2010 № 1-ДВ/22-06-10 с «Ассоциация ЭБНИТ» «Система автоматизации библиотек ИРБИС64» (Бессрочная лицензия).</p>
--	--	--	--

5. Оценка качества освоения дисциплины, контроль результатов обучения

5.1. Виды и формы проведения контроля, методики оценки

Виды контроля	Формы проведения	Вид контрольно-диагностической (оценочной) процедуры	Система оценивания	Критерии оценивания
Текущий контроль	Демонстрация студентами практических навыков во 2 семестре	Засчитывание количества правильного выполнения упражнений, выполненных в определенной последовательности.	Пятибалльная система	<p>«Отлично» - быстро, четко, правильно и последовательно демонстрирует двигательный навык</p> <p>«Хорошо» - правильно и последовательно выполняет, демонстрирует двигательный навык</p> <p>«Удовлетворительно» - двигательное действие выполнено</p>

				<p>в основном правильно, но допущены несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряженному выполнению.</p> <p>«Неудовлетворительно» - двигательное действие выполнено неправильно, с грубыми ошибками, неуверенно, нечетко.</p>
Промежуточная аттестация	Выполнение презентации во 2 семестре	Демонстрация слайдов студентами с максимальным использованием своего фото и видео материала с тезисами и выводами.	Пятибалльная система	<p>«Отлично» - выставляется за презентацию, по которой обучающийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала, логично его излагает, используя в деятельности.</p> <p>«Хорошо» - ставится за презентацию, в которой содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки.</p> <p>«Удовлетворительно» - получают за презентацию, в которой отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике.</p> <p>«Неудовлетворительно» - выставляется за непонимание и незнание презентации.</p>
	Зачет во 2 семестре	Засчитывание количества правильного выполнения комплексов упражнений по пройденным темам упражнений, выполненных в определенной последовательности.	Дихотомическая шкала	<p>«Зачтено» - двигательные действия выполняются правильно (заданными способами), точно в надлежащем темпе, легко и четко. При демонстрации презентационной работы обучающийся глубоко понимает и раскрывает сущность материала, логично его излагает, использует в деятельности.</p> <p>«Не зачтено» - двигательные действия выполнены неправильно, с грубыми ошибками, неуверенно, нечетко. Выявляется непонимание и незнание материала презентации.</p>
Текущий контроль	Демонстрация студентами практически	Засчитывание количества правильного выполнения	Пятибалльная система	«Отлично» - быстро, четко, правильно и последовательно демонстрирует двигательный навык

	х навыков в 3 семестре	упражнений, выполненных в определенной последовательности.		<p>«Хорошо» - правильно и последовательно выполняет, демонстрирует двигательный навык</p> <p>«Удовлетворительно» - двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущены несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряженному выполнению.</p> <p>«Неудовлетворительно» - двигательное действие выполнено неправильно, с грубыми ошибками, неуверенно, нечетко.</p>
Промежуточная аттестация	Выполнение презентации в 3 семестре	Демонстрация слайдов студентами с максимальным использованием своего фото и видео материала с тезисами и выводами.	Пятибалльная система	<p>«Отлично» - выставляется за презентацию, по которой обучающийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала, логично его излагает, используя в деятельности.</p> <p>«Хорошо» - ставится за презентацию, в которой содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки.</p> <p>«Удовлетворительно» - получают за презентацию, в которой отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике.</p> <p>«Неудовлетворительно» - выставляется за непонимание и незнание презентации.</p>
	Зачет в 3 семестре	Засчитывание количества правильного выполнения комплексов упражнений по пройденным темам упражнений, выполненных в определенной последовательности.	Дихотомическая шкала	<p>«Зачтено» - двигательные действия выполняются правильно (заданными способами), точно в надлежащем темпе, легко и четко. При демонстрации презентационной работы обучающийся глубоко понимает и раскрывает сущность материала, логично его излагает, использует в деятельности.</p> <p>«Не зачтено» - двигательные действия выполнены неправильно,</p>

				с грубыми ошибками, неуверенно, нечетко. Выявляется непонимание и незнание материала презентации.
Текущий контроль	Демонстрация студентами практически навыков в 4 семестре	Засчитывание количества правильного выполнения упражнений, выполненных в определенной последовательности.	Пятибалльная система	<p>«Отлично» - быстро, четко, правильно и последовательно демонстрирует двигательный навык</p> <p>«Хорошо» - правильно и последовательно выполняет, демонстрирует двигательный навык</p> <p>«Удовлетворительно» - двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущены несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряженному выполнению.</p> <p>«Неудовлетворительно» - двигательное действие выполнено неправильно, с грубыми ошибками, неуверенно, нечетко.</p>
Промежуточная аттестация	Выполнение презентации в 4 семестре	Демонстрация слайдов студентами с максимальным использованием своего фото и видео материала с тезисами и выводами.	Пятибалльная система	<p>«Отлично» - выставляется за презентацию, по которой обучающийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала, логично его излагает, используя в деятельности.</p> <p>«Хорошо» - ставится за презентацию, в которой содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки.</p> <p>«Удовлетворительно» - получают за презентацию, в которой отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике.</p> <p>«Неудовлетворительно» - выставляется за непонимание и незнание презентации.</p>
	Зачет в 4 семестре	Засчитывание количества правильного выполнения комплексов	Дихотомическая шкала	«Зачтено» - двигательные действия выполняются правильно (заданными способами), точно в надлежащем темпе, легко и четко. При демонстрации

		упражнений по пройденным темам упражнений, выполненных в определенной последовательности.		<p>презентационной работы обучающийся глубоко понимает и раскрывает суть материала, логично его излагает, использует в деятельности.</p> <p>«Не зачтено» - двигательные действия выполнены неправильно, с грубыми ошибками, неуверенно, нечетко. Выявляется непонимание и незнание материала презентации.</p>
--	--	---	--	---

5.2. Результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенции

Ссылки на компетенции и уровни усвоения	Проверка уровня сформированности компетенций		
	Зн.	Ум.	Вл.
УК-7 ЗН -1,2,3 УМ-1,2,3 ВЛ-1,2,3	Практическое тестирование (зачетные нормативы текущего контроля 1,3,5 и промежуточной аттестации 2,4,6).	Демонстрирует физическое развитие и функциональное состояние организма через комплексы реабилитационных упражнений по пройденным темам 1-18.	Прием практических навыков согласно зачетным нормативам текущего контроля 1,3,5 и промежуточной аттестации 2,4,6.
	<p>При индивидуальном собеседовании студент отвечает на вопросы по темам презентации. Занятие 6,12,18. Темы презентаций 1-14.</p> <p>Дает понятия основных критериев здорового образа жизни и методов его формирования отвечая на контрольные вопросы 1-10.</p>	<p>Демонстрация поиска информации в сети Интернет и уверенность использования части пакета Microsoft Office -Microsoft PowerPoint.</p> <p>Индивидуальное собеседование по контрольным вопросам 1-10.</p>	Оценка выступления с презентацией согласно наименованию разделов 1-3 и тем 1-14.

5.3. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости по дисциплине (2-4 семестр)

Перечень зачетных нормативов

- Перечень зачетных нормативов текущего контроля на 2, 3, 4 семестры

5.4. Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (2-4 семестр)

Контрольные вопросы

- Контрольные вопросы по теме «Цели и задачи предмета» № 1,2,4,5,6,7,8,9,10
- Контрольные вопросы по теме «Профессионально-прикладная гимнастика» №3

Контрольные вопросы

1. Цели и задачи адаптивной физической культуры в вузе.
2. Средства и методы физической культуры с учетом возрастных и индивидуальных особенностей.
3. Комплексы производственной гимнастики с учетом выбранной профессии.
4. Взаимосвязь духовного и физического развитие личности.
5. Значение двигательной активности в здоровье нации.
6. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями.
7. Восстановительные мероприятия после занятий физической культурой.
8. Основная и дополнительная литература по дисциплине, где размещено библиотечное оснащение.
9. Техника безопасности на занятиях адаптивной физической культурой в вузе.
10. Техника безопасности при самостоятельной работе студентов.

Темы презентаций для промежуточной аттестации (самостоятельная работа студентов)

Раздел 1. 1 курс 2 семестр

- Тема 1. Значение двигательной активности в здоровье нации.
- Тема 2. Здоровый образ жизни и его составляющие. Физическое самовоспитание и самосовершенствование – важное условие здорового образа жизни.
- Тема 3. Физическое самовоспитание и самосовершенствование - необходимое условие здорового образа жизни.
- Тема 4. Физическая культура – основа профилактики отклонений в здоровье.
- Тема 5. Правильно питание с учетом индивидуальных особенностей и образа жизни.

Раздел 2. 2 курс 3 семестр

- Тема 6. История и виды закаливания.
- Тема 7. Роль физической культуры в сохранении и укреплении здоровья человека
- Тема 8. Организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся система.
- Тема 9. Восстановительные мероприятия после занятий физической культурой и спортом.
- Тема 10. Олимпийские Чемпионы Новосибирской области.

Раздел 3. 2 курс 4 семестр

- Тема 11. Восстановительные процессы при мышечной работе (особенности восстановления, критерии готовности к повторной работе, возраст и восстановление, пути повышения эффективности отдыха).
- Тема 12. Влияние аэробной нагрузки на умственные способности студентов.
- Тема 13. Организация спортивно-массовой работы на производстве.

Тема 14.Актуальные проблемы в проведении занятий по физической культуре в учебных заведениях.

Перечень зачетных нормативов

- Перечень зачетных нормативов промежуточной аттестации на 2, 3, 4 семестры

5.5. Типовые задания

Перечень зачетных нормативов текущего контроля на 2, 3, 4 семестры

№	Контрольное упражнение	Пол	Оценка			
			2	3	4	5
1	Скандинавская ходьба 2 км женщины, 3 км мужчины	ж	50 мин.	45 мин.	40 мин.	35 мин.
		м	52 мин.	47 мин.	42 мин.	37 мин.

Перечень зачетных нормативов промежуточной аттестации на 2, 3, 4 семестры

№	Контрольное упражнение	Пол	Оценка			
			2	3	4	5
1	Скандинавская ходьба 2 км женщины, 3 км мужчины	ж	48 мин.	43 мин.	38 мин.	33 мин.
		м	50 мин.	45 мин.	40 мин.	35 мин.