Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Стегний Кирилл Владимирович
Должность: И.о. ректора
Дата подписания: 16.04.2026 12:58:12
Уникальный программный ключ:
d59234ba928aea5c04c54eb9013e367220b6b2ae

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Тихоокеанский государственный медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

УТВЕРЖДАЮ
Первый проректор
_____ /Транковская Л.В./
«09» июня 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.О.41 Физическая культура и спорт

Специальность	**31.05.03 Стоматология** для подготовки иностранных студентов (студенты КНР)
Уровень подготовки	специалитет
Направленность подготовки	02 Здравоохранение (в сфере оказания медицинской помощи при стоматологических заболеваниях)
Форма обучения	**очная**
Срок освоения ООП	**5 лет**
Кафедра	Физической культуры и спорта

Владивосток, 2025

При разработке рабочей программы дисциплины **Б1.О.41 Физическая культура и спорт** в основу положены:

1) ФГОС ВО специалитет по специальности 31.05.03 Стоматология утвержденный Министерством высшего образования и науки Российской Федерации
«12» августа 2020г. № 984

2) Учебный план по специальности 31.05.03 Стоматология для подготовки иностранных студентов (студенты КНР)

02 Здравоохранение (в сфере оказания медицинской помощи при стоматологических заболеваниях), утвержденный ученым советом ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России.
«31» марта 2025г. Протокол № 8/24-25

Рабочая программа дисциплины Б1.О.41 Физическая культура и спорт разработана авторским коллективом кафедры физической культуры и спорта ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России, под руководством заведующего кафедрой канд. пед. наук Каеровой Е.В.

Разработчики:

Заведующий кафедрой	канд. пед. наук, доцент	Каерова Е.В
Доцент		Шестёра А.А.
Старший преподаватель		Тихий А.А.
Старший преподаватель		Мясников Д.В.

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Цель и задачи освоения дисциплины Б1.О.41 Физическая культура и спорт,

Целью освоения дисциплины является формирование у обучающегося мировоззрения и культуры личности, обладающей гражданской позицией, нравственными качествами, чувством ответственности, самостоятельностью в принятии решений, инициативой толерантности, способности успешной социализации в обществе, способности использовать разнообразные средства и методы физической культуры и спорта, в том числе с применением IT-технологий для сохранения и укрепления своего здоровья и здоровья своих близких. Так же для поддержания должного уровня физической подготовленности, способствующей дальнейшей эффективной профессиональной деятельности.

Задачи освоения дисциплины:

1. Обеспечение понимания роли физической культуры и спорта в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности.
2. Формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями, в том числе с использованием IT-технологий: цифровых онлайн-сервисов, мобильных приложений, социальных сетей.
3. Овладение системой специальных знаний, практических умений и навыков, в том числе с использованием IT-технологий цифровых онлайн-сервисов, мобильных приложений, социальных сетей, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, формирование компенсаторных процессов, коррекцию имеющихся отклонений в состоянии здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, формирование профессионально значимых качеств и свойств личности.
4. Овладение методикой формирования и выполнения комплекса упражнений оздоровительной направленности для самостоятельных занятий, способами самоконтроля при выполнении физических нагрузок различного характера, правилами личной гигиены, рационального режима труда и отдыха, в том числе с использованием IT-технологий цифровых онлайн-сервисов, мобильных приложений, социальных сетей.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина Б1.О.41 Физическая культура и спорт относится к обязательной части основной образовательной программы в структуре основной образовательной программы по специальности 31.05.03 Стоматология, в сфере профессиональной деятельности 02 Здравоохранение (в сфере оказания медицинской помощи при стоматологических заболеваниях) и изучается в 1 семестре.

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

3.1. Освоение дисциплины Б1.О.41 Физическая культура и спорт направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций Дисциплина обеспечивает формирование у обучающихся компетенций, в зависимости от типов задач профессиональной деятельности.

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенции
Универсальные компетенции		

Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ИДК.УК-7_1- определяет должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности ИДК.УК-7_2- планирует виды деятельности и их продолжительность на основе здоровьесберегающей концепции ИДК.УК-7_3- изучает способы достижения оптимального уровня физической подготовленности и использует их для коррекции изменений при необходимости
Общепрофессиональные компетенции		
Этические и правовые основы профессиональной деятельности	ОПК-3. Способен к противодействию применения допинга в спорте и борьбе с ним	ИДК.ОПК-$З_1$- имеет представление о фармакологической поддержке в спортивной медицине ИДК.ОПК-$З_2$- различает допинговые и допустимые к применению препараты ИДК.ОПК-$З_3$- имеет представление о мерах борьбы с применением допинга в спорте

3.2. Виды профессиональной деятельности, на основе формируемых при реализации дисциплины Б1.О.41 Физическая культура и спорт компетенций:

Тип задач профессиональной деятельности

1. *Медицинский*
2. *Научно-исследовательский*
3. *Организационно-управленческий*
4. *Педагогический*

Виды задач профессиональной деятельности

1. *Диагностическая деятельность*
2. *Лечебная деятельность*

- Медицинский, научно-исследовательский, педагогический: проведение обследования пациента с целью установления диагноза; назначение, контроль эффективности и безопасности немедикаментозного и медикаментозного лечения; разработка, реализация и контроль эффективности индивидуальных реабилитационных программ; проведение и контроль эффективности санитарно-противоэпидемических и иных профилактических мероприятий по охране здоровья населения; ведение санитарно-гигиенического просвещения среди населения и медицинских работников с целью формирования здорового образа жизни.

- Организационно-управленческий: организационно-управленческая деятельность.

3.3. Планируемые результаты обучения по дисциплине выражаются в знаниях, умениях, навыках и (или) опыте деятельности, характеризуют этапы формирования компетенций и обеспечивают достижение планируемых результатов освоения основной образовательной

программы. Результаты обучения по дисциплине соотнесены с индикаторами достижения компетенций.

4. ОБЪЕМ И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		**Всего часов**	**Семестры**
			№1
			часов
1		2	3
Аудиторные занятия (всего), в том числе:		72	72
Лекции (Л)		4	4
Практические занятия (ПЗ)		68	68
Электронный образовательный ресурс (ЭОР): в т.ч. лекции дистанционно в асинхронном формате			
Самостоятельная работа обучающегося (СР), в том числе:			
Электронный образовательный ресурс (ЭОР)			
Подготовка к занятиям (ПЗ)			
Подготовка к текущему контролю (ПТК)			
Подготовка к промежуточной аттестации (ППА)			
Промежуточная аттестация			
Вид промежуточной аттестации	зачет (З)		**З**
	экзамен (Э)		
ИТОГО: Общая трудоемкость	час.	72	72
	ЗЕТ	2	2

4.2. Содержание дисциплины

4.2.1. Темы лекций и количество часов по семестрам изучения дисциплины

№	**Темы лекций**	**Часы**
1	2	3
	Семестр 1	
1.	Тема 1. Физическая культура и спорт в России. IT-технологии в области физической культуры и спорта. Стратегия Цифровой трансформации физической культуры и спорта РФ.	2
2.	Тема 2. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.	2
	Итого часов в семестре	**4**

4.2.2. Темы практических занятий и количество часов по семестрам изучения дисциплины

№	Темы практических занятий	Часы
1	2	3
	Семестр 1	
1.	*Оздоровительные технологии, базирующиеся на средствах и методах физической культуры*. Оздоровительные технологии с использованием дозированной оздоровительной ходьбы и бега	4
2.	*Основные физические качества*. Выносливость. Методы развития и контроля, использование мобильных приложений	4
3.	*Оздоровительные технологии, базирующиеся на средствах и методах физической культуры.* Оздоровительные технологии с использованием подвижных и спортивных игр	4
4.	*Основные физические качества*. Быстрота. Методы развития и контроля.	4
5.	*Контроль и самоконтроль*. Оценка физического состояния. Цифровые технологии для контроля и самоконтроля физической подготовленности	4
6.	*Основные физические качества*. Ловкость. Методы развития и контроля	4
7.	*Оздоровительные технологии, базирующиеся на средствах и методах физической культуры.* Оздоровительные технологии с использованием дыхательной гимнастики	4
8.	*Оздоровительные технологии, базирующиеся на средствах и методах физической культуры.* Оздоровительные технологии с использованием фитнеса	4
9.	*Основные физические качества*. Гибкость. Методы развития и контроля, использование мобильных приложений	4
10.	Восточные системы оздоровления человека	4
11.	*Основные физические качества*. Сила. Методы развития и контроля, использование мобильных приложений	4
12.	Древнерусские системы оздоровления	4
13.	*Контроль и самоконтроль*. Оценка функционального состояния. Цифровые технологии для контроля и самоконтроля физической подготовленности	4
14.	*Контроль и самоконтроль*. Оптимальный двигательный режим и рациональное питание людей различного возраста. Цифровые технологии для контроля и самоконтроля физической подготовленности	4
15.	*Контроль и самоконтроль*. Определение физической работоспособности студентов при занятиях физическими упражнениями. Цифровые технологии для контроля и самоконтроля физической	4
16.	Профессионально – прикладная физическая подготовка (ППФП)	8
	Итого часов в семестре	**68**

4.2.3. Самостоятельная работа обучающегося

В соответствии с рабочим учебным планом по программе специалитета 31.05.03 Стоматология 02 Здравоохранение (в сфере оказания медицинской помощи при стоматологических заболеваниях), по дисциплине Б1.0.41 Физическая культура и спорт не предусмотрена

5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Учебно-методическое и информационное обеспечение учебной дисциплины

Основная литература

п/№	Наименование, тип ресурса	Автор(ы) /редактор	Выходные данные, электронный адрес	Кол-во экз. (доступов) в БИЦ
1	2	3	4	5
1	Физическая культура: учебник для вузов	И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов	Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 450 с. URL: https://urait.ru/bcode/560410	Неогр.д.
2	Физическая культура : учебник и практикум для вузов	А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко	Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 424 с. URL: https://urait.ru/bcode/559943	Неогр.д.
3	Физическая культура и спорт в вузах: учебник	М. Н. Стрихано, В. И. Савинков	2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 160 с. URL: https://urait.ru/bcode/564215	Неогр.д.

Дополнительная литература

п/№	Наименование, тип ресурса	Автор(ы) /редактор	Выходные данные, электронный адрес	Кол-во экз. (доступов) в БИЦ
1	2	3	4	5
1	Теоретические основы физической культуры : учебник для вузов	А. А. Горелов, О. Г. Румба, В. Л. Кондаков, Е. Н. Копейкина	2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. 194 с. URL:https://urait.ru/bcode/567748	Неогр.д.
2	Самостоятельная работа студента по физической культуре: учебник для вузов	под редакцией В. Л. Кондакова	2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. 148 с. URL: https://urait.ru/bcode/566502	Неогр.д.
3	Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры: учебник для вузов	Г. Н. Германов	2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 224 с. URL: https://urait.ru/bcode/563330	Неогр.д.
4	Оздоровительные технологии в системе физического воспитания: учебник для вузов	В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Черныше ва	3-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 279 с. — URL: https://urait.ru/bcode/563115	Неогр.д.

Интернет-ресурсы

1. ЭБС «Консультант студента» http://studmedlib.ru/
2. ЭБС «Университетская библиотека online» http://www.biblioclub.ru/
3. ЭБС «Юрайт» https://urait.ru/
4. ЭБС «BookUp» https://www.books-up.ru/
5. Собственные ресурсы БИЦ ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России ТГМУ https://tgmu.ru/university/bibliotechno-informacionnyj-centr/resursy-bic/sobstvennye/

Интернет-ресурсы и инструкции по их использованию размещены на странице Библиотечно-информационного центра Библиотечно-информационный центр — ТГМУ (tgmu.ru)

5.2. Материально-техническое обеспечение учебной дисциплины (модуля)

Информация о материально-техническом обеспечении дисциплины размещена на странице официального сайта университета Материально-техническое обеспечение и оснащённость образовательного процесса. Тихоокеанский государственный медицинский университет Министерства здравоохранения Российской Федерации (tgmu.ru)

5.3. Перечень информационных технологий, используемых для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю), информационно-справочных систем, лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства:

1. PolycomTelepresence M100 Desktop Conferencing Application (ВКС)
2. SunRav Software tTester
3. 7-PDF Split & Merge
4. ABBYYFineReader
5. Kaspersky Endpoint Security
6. Система онлайн-тестирования INDIGO
7. Microsoft Windows 7
8. Microsoft Office Pro Plus 2013
9. 1С:Университет
10. Гарант
11. MOODLE (модульная объектно-ориентированная динамическая учебная среда)

6. ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ И ИНВАЛИДОВ

6.1. Наличие соответствующих условий реализации дисциплины

Для обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) на основании письменного заявления дисциплина реализуется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья (далее - индивидуальных особенностей). Обеспечивается соблюдение следующих общих требований: использование специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования, предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего такому обучающемуся необходимую техническую помощь, обеспечение доступа в здания и помещения, где проходят занятия, другие условия, без которых невозможно или затруднено изучение дисциплины.

6.2. Обеспечение соблюдения общих требований

При реализации дисциплины на основании письменного заявления обучающегося обеспечивается соблюдение следующих общих требований: проведение занятий для обучающихся-инвалидов и лиц с ОВЗ в одной аудитории совместно с обучающимися, не имеющими ограниченных возможностей здоровья, если это не создает трудностей обучающимся; присутствие в аудитории ассистента (ассистентов), оказывающего(их) обучающимся необходимую техническую помощь с учетом их индивидуальных особенностей; пользование необходимыми обучающимся техническими средствами с учетом их индивидуальных особенностей.

6.3. Доведение до сведения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в доступной для них форме всех локальных нормативных актов ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России.

Все локальные нормативные акты ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России по вопросам реализации дисциплины доводятся до сведения обучающихся с ОВЗ в доступной для них форме.

6.4. Реализация увеличения продолжительности прохождения промежуточной аттестации по отношению к установленной продолжительности для обучающегося с ограниченными возможностями здоровья

Форма проведения текущей и промежуточной аттестации по дисциплине для обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). Продолжительность прохождения промежуточной аттестации по отношению к установленной продолжительности увеличивается по письменному заявлению обучающегося с ограниченными возможностями здоровья. Продолжительность подготовки обучающегося к ответу на зачете увеличивается не менее чем на 0,5 часа.

7. КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Состав научно-педагогических работников, обеспечивающих осуществление образовательного процесса по дисциплине соответствует требованиям ФГОС ВО по специальности и размещен на сайте образовательной организации.



8. ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА

Вид воспитательной работы	Формы и направления воспитательной работы	Критерии оценки
Помощь в развитии личности	Открытые Дисциплина Б1.О.41 Физическая культура и спорт	Портфолио с описанием

	Беседы и проблемные диспуты, направленные на пропаганду здорового образа жизни. Участие в межкафедральных конференциях, посвящённых формированию культуры здорового образа жизни и развитию способности сохранять и укреплять здоровье. Массовые спортивные мероприятия, праздники, соревнования, способствующие развитию мотивации и интереса к физической культуре.	участия в беседах, дискуссиях и конференциях, соревнованиях Оценка активности и личностного прогресса в формировании здоровых привычек
	Скрытые – создание атмосферы, инфраструктуры. Дисциплина Б1.О.41 Физическая культура и спорт Формирование культуры здорового образа жизни посредством систематических занятий и воспитательных мероприятий. Создание доброжелательной и уважительной атмосферы с высоким уровнем коммуникабельности в процессе реализации дисциплины.	
Гражданские ценности	Открытые Дисциплина Б1.О.41 Физическая культура и спорт Проведение мероприятий, способствующих воспитанию гражданско-правовой культуры (круглые столы, диспуты, беседы. Актуальные короткие диспуты при наличии особенных событий.	Портфолио с описанием участия в гражданских и общественных мероприятиях Рефлексивные отчёты и эссе на темы гражданственности и спорта.
	Скрытые Дисциплина Б1.О.41 Физическая культура и спорт Формирование осознанной гражданской позиции через воспитание уважения к государственным символам, традициям и культурному наследию. Воспитание готовности к активному участию в общественной и профессиональной жизни.	
Социальные ценности	Открытые Дисциплина Б1.О.41 Физическая культура и спорт Освещение вопросов, посвященных организации здорового образа жизни на основе здоровьесберегающих технологий Освещение вопросов экологической направленности, экологические проблемы как фактор, влияющий на здоровье населения и отдельные популяционные риски. Проведение мероприятий, направленных на формирование этических норм и культуры поведения в спортивном коллективе.	Портфолио с описанием участия в командных тренировках и мероприятиях Оценка проявления социальных навыков и этического поведения
	Скрытые Дисциплина Б1.О.41 Физическая культура и спорт Формирование лидерских качеств, командного духа и чувства ответственности за общий результат. Создание условий для социализации и укрепления социальных связей. Идентификация в социальной структуре при получении образования и осуществлении профессиональной деятельности.	