



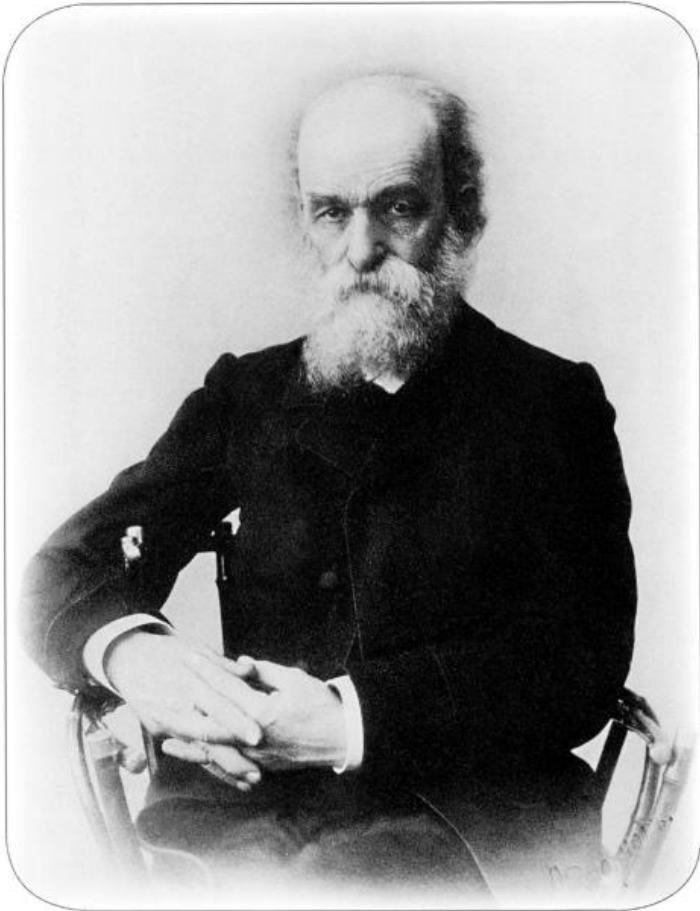
Physical education in medical and pharmaceutical universities of Russia



1. **Physical education in Russian universities. History of University sports**
2. **The content of the state curriculum on physical education for medical and pharmaceutical universities**
3. **Informational, methodological and organizational support of physical culture at a medical university**
4. **Extracurricular work at a medical university**



Peter Frantsevich Lesgaft (1837 - 1909)



Петр Францевич ЛЕСГАФТ. 1837—1909

Founder
of the national system
of physical education

History of the student sports movement of Russia

- 1901** – athletics and physical development courses were opened on the basis of St. Petersburg University
- 1910** - the student sports league was formed, uniting 13 St. Petersburg student societies
- 1911** - the first official student competitions in Russia (athletics, men) were held
- 1929** - physical education is introduced in the country's universities as a **compulsory subject**

Stages of development of the student sports movement

Stage 1 – late 20s – mid 30s of the twentieth century:

organizational design of student sports, creation of physical culture collectives in educational institutions of the country, organization and holding of the first All-Union student competitions

Stage 2 1936-1937:

voluntary sports societies are being formed, with the name «Medik»



Stages of development of the student sports movement

The third stage

In **1957** . - Creation of the All-Union Student sports society "**Burevestnik**";

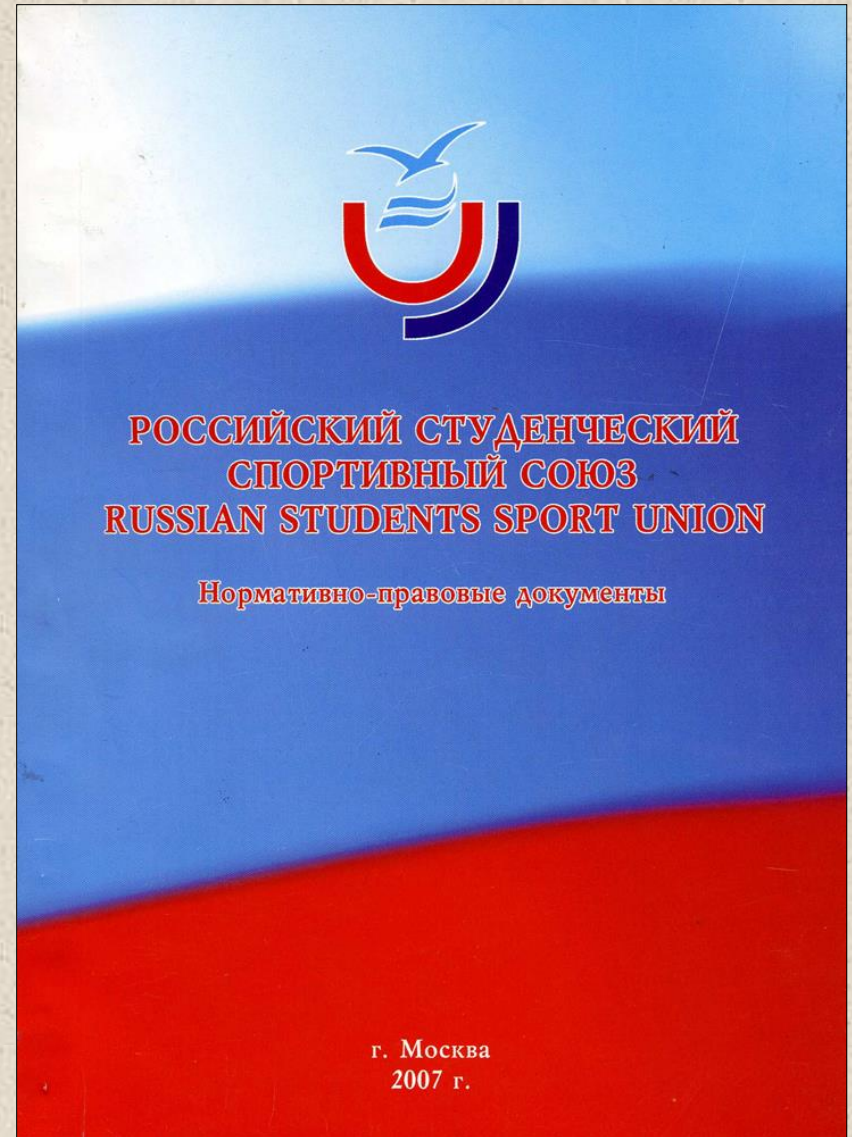
In **1987**, "**Burevestnik**" Central Sports Club was transformed into the Central Sports Club "**Burevestnik**"; of Trade Unions.



Stages of development of the student sports movement

The fourth stage

**October 1993 formed
Russian StudentSports
Union**







***Ministry of
Sports of the
Russian
Federation***

***Ministry of
Education and
Science of the
Russian Federation***



***A set of measures to improve the system of physical
education in educational institutions of higher education
in the Russian Federation***



**The complex includes:
a list of measures for the organizational support
of the development of student sports, defines
the forms and methods of measures of state
support for the student sports movement, its
status and place in the physical culture and
sports movement of the Russian Federation.
It is also planned to create intercollegiate centers
for the development of student sports in federal
districts and training centers for student
national teams**



*Unified calendar plan
of interregional, All-Russian and international physical culture
and sports events among students*



23 all- Russian sports competitions



In order to coordinate the development of student sports, a trilateral Cooperation Agreement was signed between the Ministry of Sports of Russia, the Ministry of Education and Science of Russia and the Russian Student Sports Union. To facilitate this process, the Association of Student Sports Clubs was established in 2013.





To increase the motor activity of students, the All-Russian Summer and Winter Universiades, the All-Russian Festival of Student Sports and other sports competitions are held annually, in which about **200 thousand people** take part in total.

In addition, student sports leagues have been created in **15 sports** (basketball, boxing, mini-football, soccer, handball, judo, sambo, table tennis, taekwondo, volleyball, rugby, karate, floorball, aesthetic gymnastics, sailing).





Since 2011, an openpublic All-Russian review competition of educational institutions for the best organization of physical culture and sports work among students has been held, organized by the Ministry of Sports of the Russian Federation and the Ministry of Education and Science of the Russian Federation and the competition "Healthy Lifestyle University"



History of University sports



The beginning of the twentieth century – formation of university sports associations

1923 - the first international sports games between higher educational institutions and the **International Sports Congress of Universities** was created

The first official competitions **were summer in 1924 and winter in 1928 Student World Championships**

History of University sports

1945 - the International Student Union (UIE) is formed, and then International Federation University sports(FISU)



History of University sports

1959 - The World Student Games are called
the Universiades



ИТОГИ ЛЕТНИХ УНИВЕРСИАД

По итогам Универсиады-2013 сборная России заняла 1-е место в медальном зачете, на втором месте китайцы, на третьем – японцы



2013

Первая пятерка

	З	С	Б	Всего
1 Россия	155	75	62	292
2 Китай	26	29	22	77
3 Япония	24	28	32	84
4 Юж. Корея	17	12	12	41
5 Белоруссия	13	13	14	40



Universiade SHENZHEN 2011

2011

	З	С	Б	Всего
1 Китай	75	39	31	145
2 Россия	42	45	45	132
3 Юж. Корея	28	21	30	79
4 Япония	23	26	38	87
5 США	17	22	11	50



25th Universiade
BELGRADE
2009

2009

	З	С	Б	Всего
1 Россия	27	22	27	76
2 Китай	22	21	15	58
3 Юж. Корея	21	11	15	47
4 Япония	20	21	32	73
5 США	13	13	13	39



24th UNIVERSIADE
BANGKOK 2007

2007

	З	С	Б	Всего
1 Китай	33	31	28	92
2 Россия	28	28	39	95
3 Украина	28	22	20	70
4 Япония	19	15	22	56
5 Юж. Корея	15	18	18	51



23rd Universiade
Izmir, Turkey

2005

	З	С	Б	Всего
1 Россия	26	16	23	65
2 Китай	21	16	12	49
3 Япония	18	18	20	56
4 Украина	18	16	18	52
5 США	17	12	14	43



Летняя Универсиада-2015. Медальный зачет

Место	Команда	Золото	Серебро	Бронза	Итого
1	 Korea	47	32	29	108
2	 Russian Fed.	34	39	49	122
3	 China	34	22	16	72
4	 Japan	25	25	35	85
5	 United States	20	15	18	53
6	 France	13	9	8	30
7	 Italy	11	14	17	42
8	 Ukraine	8	17	6	31
9	 IR Iran	7	2	6	15
10	 Chinese Taipei	6	12	18	36

XXIX летняя Универсиада. Тайбэй. Медальный зачет



TAIPEI 2017
29TH SUMMER UNIVERSIADE



М	Имя	Золото	Серебро	Бронза	Всего
1	Япония	37	27	37	101
2	Корея	30	22	30	82
3	Тайвань	26	34	30	90
4	Россия	25	31	38	94
5	США	16	19	16	51
6	Украина	12	11	13	36
7	КНДР	12	5	6	23
8	Италия	9	6	17	32
9	Китай	9	6	2	17
10	Иран	8	4	11	23
11	Польша	7	9	9	25
12	Германия	7	6	11	24

XXX летняя Универсиада 2019 г., Неаполь. Медальный зачет



место	страна	золото	серебро	бронза	всего
1	Япония	33	21	28	82
2	Россия	22	24	36	82
2	Китай	22	13	8	43
4	США	21	17	15	53
5	Южная Корея	17	17	16	50
6	Италия	16	13	16	44
7	Тайвань	9	13	10	32
8	Мексика	8	7	6	21
9	Иран	7	3	7	17
10	ЮАР	6	8	4	18



KRASNOYARSK 2019
29TH WINTER UNIVERSIADE



XXIX зимняя Универсиада 2019 г., Красноярск



МЕДАЛЬНЫЙ ЗАЧЕТ

Российская сборная завоевала на Зимней универсиаде-2019 самое большое за всю историю зимних мировых соревнований наград – 112 (из 228). (Для сравнения: в Пхенчхане в 2018 году сборная Норвегии поставила рекорд зимних Олимпиад, завоевав 39 наград). Следом за нашей сборной идет команда Южной Кореи (14 медалей, из которых 6 – «золото»).

Страна	Золото	Серебро	Бронза	Итог
Россия	41	39	32	112
Корея	6	4	4	14
Япония	5	4	4	13
Австрия	3	3	-	6
Финляндия	3	2	7	12
Норвегия	3	2	3	8
Франция	2	4	7	13
Швейцария	2	2	3	7
Швеция	2	1	2	5
Германия	2	1	2	5



State curriculum on physical education for students of medical and pharmaceutical universities

- *In 1989*, at the final All-Union Conference of heads of physical education departments of medical and pharmaceutical universities, a separate program for the discipline was approved.
- *In 2011*, the UMO of the Ministry of Health of the Russian Federation approved an approximate Program and an approximate Work Program for the discipline "Physical Culture«
- *In 2015*, "Physical education" in med. and pharm. universities are implemented within the framework of two academic disciplines: "Physical culture and sports" and "Applied physical culture" in the amount of 400 hours (72+328 hours).

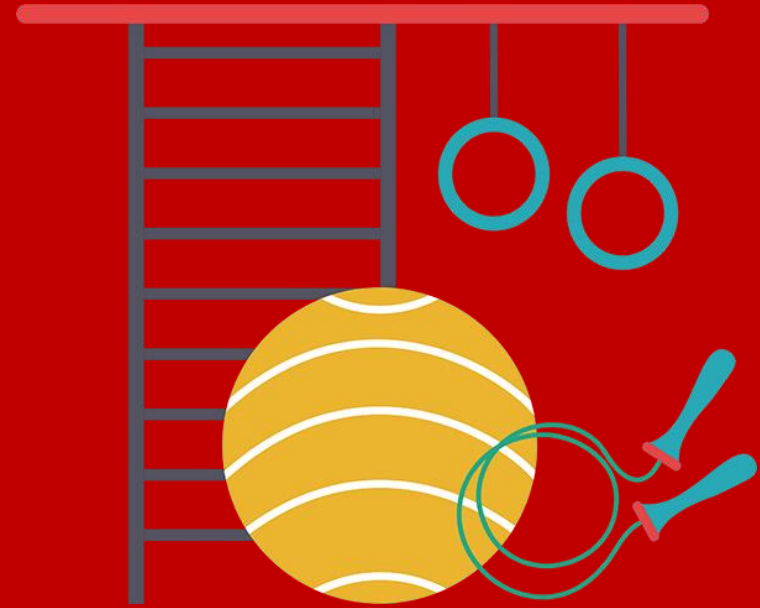
Specific features of studying at a medical university



- The longest school day
- The longest periods of study
- Long transport movements around the city
- The need to work after studying in the library, in departments with drugs
- Working in contact with patients
- Psychoemotional experiences associated with illness and sometimes death of patients

THE PURPOSE OF PHYSICAL EDUCATION AT THE UNIVERSITY

- formation of medical students' attitude to physical culture as a necessary link of general cultural value and general health practice in professional activity**



In accordance with the Federal State Educational Standard of Higher Education of the third generation

a specialist in the direction of the profile of medical education should solve the following professional tasks

in preventive activities:

- implementation of measures to form a motivated attitude of the adult population and adolescents to preserve and strengthen their own health and the health of others, to implement recommendations aimed at increasing physical activity, the distribution of patients into groups for physical culture and sports, taking into account their health status, attracting the attached contingent to active physical culture and sports;
- the use of physical therapy, physiotherapy, non-traditional methods of therapy (reflexology, phytotherapy, homeopathy) and the main resort factors in adults and adolescents in need of rehabilitation.

In accordance with the Federal State Educational Standard of Higher Education of the third generation

a specialist in the direction of the profile of medical education should solve the following professional tasks

in psychological and pedagogical activity:

- formation of positive behavior in the adult population and adolescents aimed at maintaining and improving the level of health;
- formation of motivation among the adult population, adolescents and their family members to introduce elements of a healthy lifestyle, including the elimination of bad habits that adversely affect the health of the younger generation.

In accordance with the Federal State Educational Standard of Higher Education of the third generation

a specialist in the direction of the profile of medical education should solve the following professional tasks

in rehabilitation activities:

- the ability and willingness to apply various rehabilitation measures (medical, social and professional) among adults and adolescents with the most common pathological conditions and injuries of the body, to determine indications for the transfer of patients to specialized groups for physical education after diseases;
- the ability and willingness to make recommendations on choosing the optimal mode of motor activity depending on the morphofunctional status, to determine indications and contraindications for the appointment of therapeutic physical culture, physiotherapy, reflexology, phytotherapy, homeopathy and other non-drug therapy, to use the main resort factors in the treatment of adults and adolescents;
- ability and readiness to teach adults, adolescents and their relatives basic hygienic measures of a health-improving nature, contributing to health promotion and prevention of diseases, to the formation of healthy lifestyle skills that contribute to maintaining their motor activity at the proper level, eliminating bad habits.

At the end of studying the discipline, the student should know:

- **The social role of physical culture in the development of personality and its preparation for professional activity;**
- **Principles of a healthy lifestyle.**



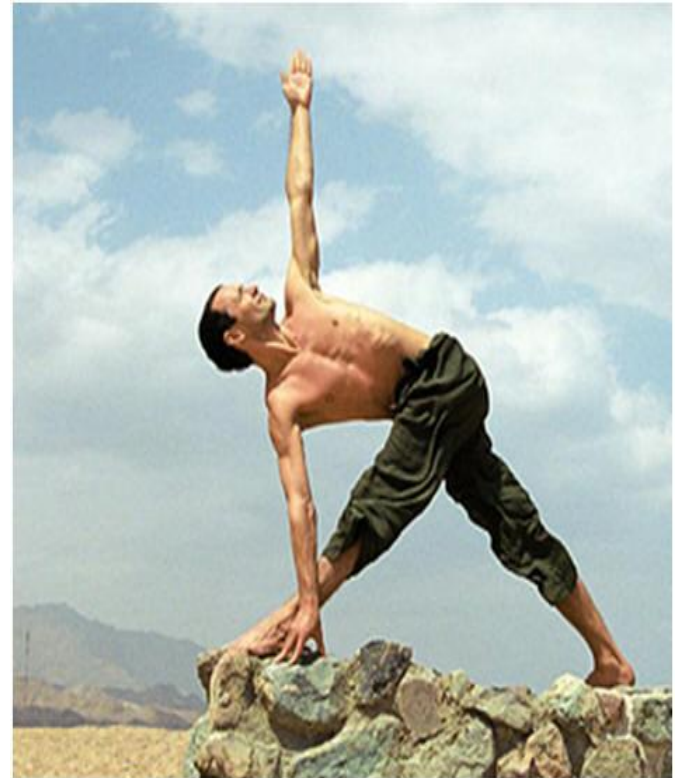
Upon completion of the study of the discipline, the student must be able to:

- **Understand the issues of physical culture used for prevention and treatment.**

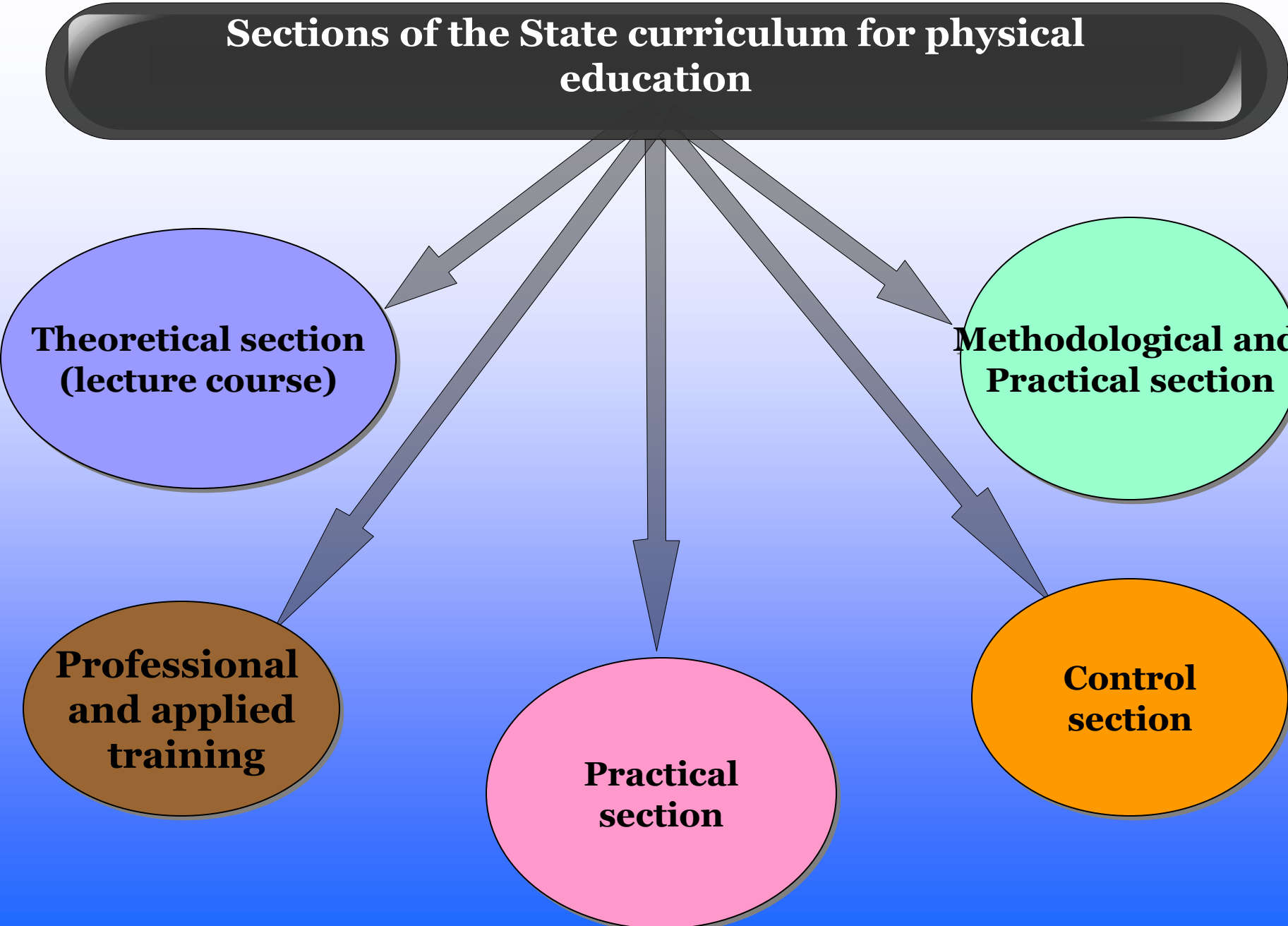


Upon completion of the study of the discipline, the student must have the following skills:

- **Methods of physical self-improvement and self-education**



Sections of the State curriculum for physical education



```
graph TD; A[Sections of the State curriculum for physical education] --> B(Theoretical section<br/>(lecture course)); A --> C(Methodological and Practical section); A --> D(Professional and applied training); A --> E(Practical section); A --> F(Control section);
```

**Theoretical section
(lecture course)**

**Methodological and
Practical section**

**Professional
and applied
training**

**Practical
section**

**Control
section**

The scope of the discipline "Physical culture and sports" (72 hours)

Types of educational work	Total hours/ credits	Course /semesters							
Classroom classes	72 /2 credits	1		2		3		4	
		I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
Lecture halls	40	4	4	4	4	6	6	6	6
Practical, including:									
Methodological and practical	32	4	4	4	4	4	4	4	4
Control									
Test		+	+	+	+	+	+	+	+
Total labor intensity, hours	72	8	8	8	8	10	10	10	10
credits	2				1,0				1,0

Topics of lectures

№	Lecture topics	Number of hours
1	Physical culture and sports in Russia	2
2	Physical education in medical and pharmaceutical universities of the Russian Federation	2
3	Psychophysiological foundations of educational work and intellectual activity.	2
4	Means of physical culture in the regulation of working capacity	2
5	Natural science foundations of physical education	2
6	Biomedical and methodological foundations of sports training	2
7	Hygienic basics of physical education. Part 1: Technical means and simulators in the health service	2
8	Hygienic basics of physical education. Part 2: Auxiliary hygiene products for improving and restoring working capacity	2
9	Basics of massage. Self-massage	2
10	Doping and stimulants in sports	2

Topics of lectures

Cem-p	Lecture topics	Number of hours
11	Methods for assessing the physical and functional state of a person	2
12	Olympic Games. From Greece to the present day	2
13	Adaptive physical culture and sports for the disabled	2
14	Development of mass sports and physical education of the population of the Russian Federation.	2
15	Professionally applied physical training of a doctor, pharmacist	2
16	University – the territory of a healthy lifestyle	2
17	Optimization of physical activity of the population	2
18	Physical education of students and students with disabilities in health	2
19	Physical culture and sports in the family	2
20	The specifics of diseases and injuries in physical education and sports. Safety precautions during classes.	2

Topics of methodological and practical classes

№	Subject matter
1	Basic physical qualities
	Endurance. Methods of development and control
	Power. Methods of development and control
	Flexibility. Methods of development and control
	Quickness. Methods of development and control.
	Dexterity. Methods of development and control.
2	Wellness systems
	N.E. Semenova's wellness system
	The method of classical hardening
	The wellness system of S. Kneipp
	Wellness system "Baby" P.K. Ivanov
3	Respiratory systems
	Paradoxical gymnastics by A. Strelnikova
	Breathing exercises according to the method of K. Buteyko
	Breathing exercises Hatha Yoga
	Breathing exercises "Body Flex"

Тематика методико-практических занятий

№	Содержание
4	Массаж и самомассаж
	Различные виды массажа
	Точечный массаж
	Точечный массаж по А. Уманской
	Точечный массаж Су-Джок
5	Двигательные системы
	Оздоровительная двигательная система Н. Амосова
	Оздоровительная двигательная система К. Купера
	Оздоровительная двигательная система А. Микулина
	Стретчинг

Тематика методико-практических занятий

№	Содержание
6	Нетрадиционные методы оздоровления
	Аэрозоль и фитотерапия
	Искусственное ультрафиолетовое облучение
	Релаксационная лечебно-профилактическая гимнастика
	Аутогенная тренировка
	Функциональная музыка
7	Контроль и самоконтроль
	Методика экспресс-анализа переносимости нагрузки
	Определение физической работоспособности
	Оценка физического состояния
	Оценка функционального состояния студентов СУО
	Оптимальный двигательный режим и рациональное питание
8	ППФП
	Методика составления и проведения УГГ
	Составление программы профессионально-прикладной физической подготовки врача

ТЕМАТИКА ФАКУЛЬТАТИВНОГО КУРСА

<i>Темы лекций для студентов II курса</i>	<i>Кол-во часов</i>
Валеология – наука о здоровье	2
Современные подходы к закаливанию	2
Целительные мудры	2
Медико-биологические и социальные факторы риска в современном обществе	2
Использование сауны и бани в оздоровительных и лечебно-профилактических целях	2
Современные методы оценки функционального состояния человека	2
Идеальный вес, идеальная фигура	2
Оптимальный двигательный режим и рациональное питание при беременности	2
Апитерапия	2
Проблема физической и социальной реабилитации людей с ограниченными возможностями в России	2
<i>Темы лекций для студентов III курса</i>	
Использование метода биологической обратной связи в медицине и спорте	2
Функциональная музыка – помощник в учебе, работе, спорте, профилактике и лечении заболеваний	2
Резервы организма человека	2
Основы метода психологической саморегуляции	2
Влияние цветовой гаммы на физическую работоспособность и психологическое состояние человека	2
Основы межличностных отношений в коллективе	2
Современные оздоровительные системы в профилактике и лечении различных заболеваний	2
Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	2
Физическая культура и занятия спортом в семье	2

Объём дисциплины «Прикладная физическая культура» (328 часов)

Виды учебной работы	Всего часов	Курс /семестры							
		I		II		III		IV	
		1	2	3	4	5	6	7	8
Аудиторные занятия	328								
Практические	328	42	42	42	42	40	40	40	40
Зачет (выполнено)		+	+	+	+	+	+	+	+
Общая трудоемкость, часы	328	42	42	42	42	40	40	40	40

Формы занятий физической культурой



1

*Учебно-практические, методические,
лекционные занятия*

2

*Физические упражнения в
режиме учебного дня*

3

*Массовые физкультурно-оздоровительные и
спортивные мероприятия во внеучебное время*

4

Занятия в спортивных секциях

5

Самостоятельные занятия

Учебные отделения

**Основное
учебное
отделение**

**Отделение
спортивного
совершенствования**



**Специальное
учебное
отделение**

**Отделение
ЛФК**

Группы здоровья

группа здоровья I — студенты здоровые, с нормальным развитием и нормальным уровнем функций;

группа здоровья II — студенты здоровые, но с факторами риска по возникновению патологии, функциональными и некоторыми морфологическими отклонениями, хроническими заболеваниями в стадии стойкой клинικο-лабораторной ремиссии не менее 3-5 лет, врожденными пороками развития, не осложненными заболеваниями одноименного органа или нарушением его функций, а также со сниженной сопротивляемостью к острым хроническим заболеваниям;

группа здоровья III — студенты с хроническими заболеваниями и врожденными пороками развития разной степени активности и компенсации, с сохраненными функциональными возможностями;

группа здоровья IV — студенты, имеющие значительные отклонения в состоянии здоровья постоянного (хронические заболевания в стадии субкомпенсации или временного характера, но без выраженного нарушения самочувствия, со сниженными функциональными возможностями;

группа здоровья V — студенты, больные хроническими заболеваниями в состоянии декомпенсации, со значительно сниженными функциональными возможностями.

Медицинские группы



Основная

Подготовительная



Специальная

ЛФК

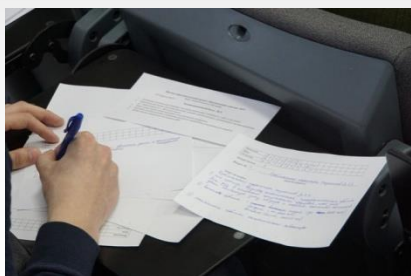


«Физическая культура и спорт» зачётные требования

прохождение медицинского обследования



100% посещаемость лекций и методико-практических занятий



**сдача зачета по теоретическому разделу
программы**

«Прикладная физическая культура» зачётные требования



прохождение медицинского обследования



100% посещаемость учебных занятий

сдача контрольных нормативов и тестов



Паспорт здоровья студента

программа 18-01-07 25-01-09 [Режим совместимости] - Microsoft Excel

Главная Вставка Разметка страницы Формулы Данные Рецензирование Вид

Вставить Буфер обмена Шрифт Вываживание Число Стили Ячейки Редактирование

Times New Rom 11 A A

Ж К Ч

Общий

Условное форматирование Форматировать как таблицу Стили ячеек

Вставить Удалить Формат

Сортировка и фильтр Найти и выделить

P1

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P
1																
2	Индивидуальный анализ результатов				1 Для сравнения		2 Расчет динамики									
3																
4																
5	Фамилия	Горбунова	Индекс Пинье	30,5	Определяет тип конституции											
6	Имя	Юлия	Индекс Кетле, г/см	308	Росто-весовой индекс (муж 325-400, жен 300-375, спорт >400)											
7	Отчество	Александровна	Индекс Брока	-14	Вес = рост - 100 см											
8	Пол	жен	Индекс Ливи, %	51	Развитие грудной клетки (средний 50-55%)											
9	Год рождения	1989	Индекс Эрисмана	1	Развитие грудной клетки (спортсмены муж +5,8, жен +3,8)											
10	Факультет	лечебный														
11	Курс	3	Тип конституции	АСТЕНИК												
12	Группа	10														
13	Год поступления	2006-2007	ОСНОВНАЯ ГРУППА													
14	Дата обследования	01.04.2007														
15																
16	Данные обследования		Астеники	I	II	III	IV	V	VI	VII						
17	Рост, см	164	Рост, см	154	159	164	167	171	174	177						
18	Масса тела, кг	50,5	Масса тела, кг	44	47	50	54	59	63	67						
19	Окружность грудной клетки в покое, см	83	Окружность грудной	74	75	78	81	84	86	88						
20	Окружность грудной клетки на вдохе, см	86	Окружность грудной	79	82	83	87	89	92	94						
21	Окружность грудной клетки на выдохе, см	79	Окружность грудной	72	73	74	78	81	83	85						
22	Экскурсия грудной клетки, см	7	Экскурсия грудной	4	6	7	9	10	11	14						
23	Толщина кожной складки, мм	8	Толщина кожной	6	8	9	10	12	14	16						
24	Сила правой руки, кг	25	Сила правой руки, кг	20	25	27	30	35	40	42						
25	Сила левой руки, кг	21	Сила левой руки, кг	18	20	25	28	31	37	40						
26	Становая сила, кг	70	Становая сила, кг	47	53	60	70	76	90	100						
27	Гибкость, см	20	Гибкость, см	7	10	13	17	20	23	27						
28	Время 10 хлопков, с	5,9	10 хлопков, с	5,2	5,5	5,7	6	6,4	6,8	7						
29	Прыжок в длину с места, см	180	Прыжок в длину с	150	155	168	180	190	200	202						
30	Челночный бег, с	23,5	Челночный бег, с	22,1	22,8	23,2	24	24,7	25,4	26						
31	Силовой норматив, ед	38	Силовой норматив, ед	32	40	44	50	52	58	61						
32	Бег 100 м, с	17,1	Бег 100 м, с	15	15,7	16	16,8	17,7	18,4	19						

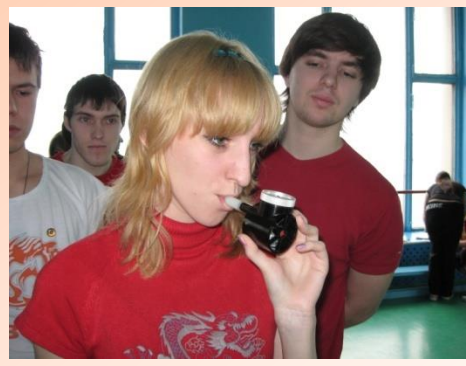
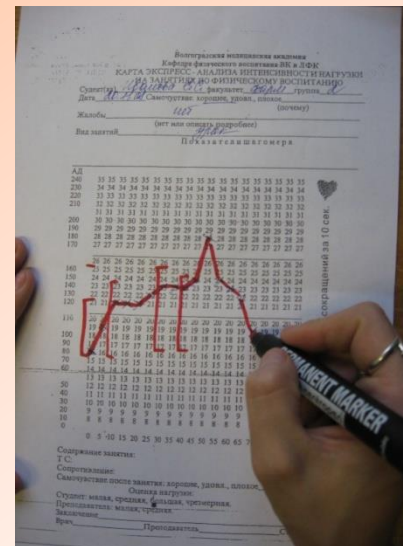
ИНСТРУКЦИЯ База данных Отчет Динамика НОРМОСТЕНИК АСТЕНИК ГИПЕРСТЕНИК

Готово 100%

Наталья Садыкова ... программа Microsoft Excel - np...

21:55

Методика оценки физического и функционального состояния студентов специальной медицинской группы.



05/06/2008

Балльно-рейтинговая система оценки качества подготовки студентов по дисциплинам «Физическая культура и спорт» и «Прикладная физическая культура»



ВОЛГОГРАДСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
МЕДИЦИНСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ

БАЛЛЬНО-РЕЙТИНГОВАЯ СИСТЕМА
В ОЦЕНКЕ ОСВОЕНИЯ КУРСА
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
СТУДЕНТАМИ МЕДИЦИНСКИХ
И ФАРМАЦЕВТИЧЕСКИХ ВУЗОВ



Составляющие рейтинга студента (до 100 б.)



Аттестация по дисциплинам	61 балл
Основные требования	Медицинский осмотр
	Посещаемость
	Тестирование по теории
Физическая подготовленность	Тестирование физической подготовленности
	Контроль приобретенных умений и навыков
Спортивно-массовая работа	Тренировки в секциях и абонементных группах
	Участие в соревнованиях (ранг, занятое место)
	Спортивные разряды, значкисты ГТО
	Участие в судействе соревнований
	О/с лагерь
Учебно-исследовательская работа	Написание рефератов
	Написание научных статей
	Доклад на конференции (ранг конференции, поощрение за выступление)
	Участие в конференции
	Посещение факультативного курса

Внеучебная работа по физическому воспитанию в вузе

Учёными установлено, что оптимальное количество активных занятий физическими упражнениями для лиц умственного труда в недельном цикле должно составлять **6-9 часов**

Формы внеучебных занятий:

- выполнение физических упражнений и рекреационных мероприятий в режиме учебного дня;
- занятия в спортивных клубах, секциях, группах по интересам;
- самостоятельные занятия физическими упражнениями, спортом, туризмом;
- массовые оздоровительные, физкультурные и спортивные мероприятия



Физическая культура и здоровье

Под редакцией
В.В. Пономаревой

Учебник



Москва, 2006

КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ

1. Назовите основные этапы развития российского и международного студенческого спортивного движения.
2. Укажите причины разработки отдельной учебной программы по физическому воспитанию для студентов медицинских и фармацевтических вузов.
3. Назовите содержание (разделы) учебной программы по дисциплинам физического воспитания для студентов медицинских и фармацевтических вузов.
4. Перечислите формы занятий физической культурой в медицинском вузе.
5. Назовите учебные отделения по физическому воспитанию.
6. Укажите критерии для зачисления в учебные отделения по физическому воспитанию.
7. Назовите цель и задачи физического воспитания в вузе.
8. Дайте характеристику содержанию внеучебной работы по физическому воспитанию в вузе.
9. Перечислите зачётные требования по дисциплинам физического воспитания.