

**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Мордовский государственный педагогический
университет имени М.Е. Евсевьева»**

Факультет истории и права

Кафедра теории и методики физической культуры и безопасности
жизнедеятельности

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Физическая культура и спорт**

Направление подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование

Профиль подготовки: Право

Форма обучения: Заочная

Разработчики:

канд. пед. наук, старший преподаватель кафедры Теории и методики физической культуры и безопасности жизнедеятельности Мамаев А. Р.

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 7 от 18.02.2021 года

Зав. кафедрой  Якимова Е. А.

1. Цель и задачи изучения дисциплины

Цель изучения дисциплины - формирование физической культуры личности, способности использовать разнообразные формы физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, качественной жизни и эффективной профессиональной деятельности

Задачи дисциплины:

- овладение знаниями педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- понимание значения целостности физической культуры в общекультурном, профессиональном и специальном развитии человека;
- понимание социальной значимости физической культуры, её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями;
- создание основ для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений;
- приобретение творческого опыта использования деятельности в сфере физической культуры и спорта для достижения жизненных и профессиональных целей;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте;
- воспитание чувства гражданственности, патриотизма, уважения к правам и свободам человека; воли и настойчивости при выполнении принятых правовых решений, нетерпимости к любому нарушению закона.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

2 Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина К.М.4 «Физическая культура и спорт» относится к обязательной части учебного плана.

Дисциплина изучается на 1 курсе, в 2 триместре.

Для изучения дисциплины требуется: понимать социальную значимость физической культуры, её роль в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности, создавать основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

Освоение дисциплины К.М.4 «Физическая культура и спорт» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.0 Производственная (педагогическая) практика.

Область профессиональной деятельности, на которую ориентирует дисциплина «Физическая культура и спорт», включает: 01 Образование и наука (в сфере начального общего, основного общего, среднего общего образования, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного образования).

Типы задач и задачи профессиональной деятельности, к которым готовится обучающийся, определены учебным планом.

3 Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

Компетенция в соответствии ФГОС ВО

Индикаторы достижения компетенций	Образовательные результаты
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	

УК-7.1 Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений; <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Оздоровлять организм физическими упражнениями; <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками оздоровления организма.
УК-7.2 Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Уровни сформированности показателей физического развития; <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Определять сформированность показателей физического развития и физической подготовленности; <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Навыками формирования показателей физического развития.
УК-7.3 Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Физические упражнения с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности; <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Подбирать физические упражнения с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности; <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Навыками подбора упражнений с учетом их воздействий на функциональные и двигательные возможности.
УК-7.4 Демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Комплексы избранные физические упражнения; <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Подбирать комплексы физических упражнений; <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Навыками подбора физических упражнений.

4 Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Второй триместр
Контактная работа (всего)	6	6
Практические	6	6
Самостоятельная работа (всего)	62	62
Виды промежуточной аттестации	4	4
Зачет	4	4
Общая трудоемкость часы	72	72
Общая трудоемкость зачетные единицы	2	2

5 Содержание дисциплины

5.1 Содержание разделов дисциплины

Раздел 1. Лёгкая атлетика:

Техника безопасности на занятиях по легкой атлетике.

Раздел 2. Спортивные игры:

Основы техники видов ходьбы и бега. Техника различных вариантов старта в беге на короткие дистанции.

52. Содержание дисциплины: Практические (6 ч.) Раздел 1. Лёгкая атлетика (2 ч.)

Тема 1. Техника безопасности на занятиях по легкой атлетике (2 ч.)

1. Инструктаж по технике безопасности на занятиях по легкой атлетике.
2. Правила поведения занимающихся на спортивных объектах.
3. Основные требования, предъявляемые к студентам, занимающимся легкой атлетикой.

Раздел 2. Спортивные игры (4 ч.)

Тема 2. Основы техники видов ходьбы и бега (2 ч.)

1. Разминка: бег, общеразвивающие упражнения (ОРУ), специально-беговые упражнения (СБУ).
2. Техника видов ходьбы (обычная, строевая, походная, спортивная).
3. Техника бега и умение ее изменять в беге с различной интенсивностью (100 м, 400 м, 1000 м).
4. Развитие скоростно-силовых качеств по средствам прыжковых упражнений и эстафет.
5. Упражнения на восстановление дыхания.

Тема 3. Техника различных вариантов старта в беге на короткие дистанции (2 ч.)

1. Разминка: бег, ОРУ, СБУ, строевые упражнения на месте и в движении.
2. Бег на короткие дистанции, специальные упражнения спринтера.
3. Бег на короткие дистанции из различных стартовых положений.
4. Общая физическая подготовка (ОРУ, прыжковые упражнения, подвижные и спортивные игры, эстафеты).
5. Упражнения на восстановление дыхания.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (разделу)

6/1 Вопросы и задания для самостоятельной работы

Второй триместр (93 ч.)

Раздел 1. Лёгкая атлетика (46,5 ч.)

Вид СРС: *Подготовка письменных работ (эссе, рефератов, докладов)

Тема 1. Основные понятия системы физической культуры: физическая культура, спорт, физическое образование, физическое воспитание, физическое совершенство, физическое развитие, жизненно необходимые умения и навыки, физическая и функциональная подготовленность.

Тема 2. Цели и задачи системы физического воспитания.

Тема 3. Основные направления системы физического воспитания.

Тема 4. Роль двигательной активности в жизнедеятельности человека. Двигательная активность студентов и школьников.

Тема 5. Формы, содержание и организация самостоятельных занятий физическими упражнениями студенческой молодежи.

Тема 6. Формы, содержание и организация самостоятельных занятий физическими упражнениями школьников.

Тема 7. Влияние физического воспитания на умственную работоспособность.

Тема 8. Туризм в системе физического воспитания.

Тема 9. Руководство физическим воспитанием в школе.

Тема 10. Физическое воспитание в детском лагере отдыха.

Тема 11. Понятие «здоровье». Факторы, влияющие на здоровье.

Тема 12. Физическая культура и спорт в жизни студентов. Понятие «здоровый образ жизни» (ЗОЖ).

Тема 13. Средства физического воспитания.

Тема 14. Физические упражнения.

Вид СРС: *Выполнение индивидуальных заданий

1. Подготовка план-конспекта учебно-тренировочного занятия по виду спорта (на выбор).
2. Подготовка к проведению вводной части учебно-тренировочного занятия.
3. Составление комплекса утренней гигиенической гимнастики для младших школьников.
4. Составление комплекса утренней гигиенической гимнастики для средних школьников.
5. Составление комплекса утренней гигиенической гимнастики для старших школьников.
6. Составление комплекса утренней гигиенической гимнастики для пожилых людей
7. Подготовка к проведению подвижных игр или эстафет.

Раздел 2. Спортивные игры (46,5 ч.)

Вид СРС: *Подготовка письменных работ (эссе, рефератов, докладов)

Тема 1. Основные понятия системы физической культуры: физическая культура, спорт, физическое образование, физическое воспитание, физическое совершенство, физическое развитие, жизненно необходимые умения и навыки, физическая и функциональная подготовленность.

Тема 2. Цели и задачи системы физического воспитания.

Тема 3. Основные направления системы физического воспитания.

Тема 4. Роль двигательной активности в жизнедеятельности человека. Двигательная активность студентов и школьников.

Тема 5. Формы, содержание и организация самостоятельных занятий физическими упражнениями студенческой молодежи.

Тема 6. Формы, содержание и организация самостоятельных занятий физическими упражнениями школьников.

Тема 7. Влияние физического воспитания на умственную работоспособность.

Тема 8. Туризм в системе физического воспитания.

Тема 9. Руководство физическим воспитанием в школе.

Тема 10. Физическое воспитание в детском лагере отдыха.

Тема 11. Понятие «здоровье». Факторы, влияющие на здоровье.

Тема 12. Физическая культура и спорт в жизни студентов. Понятие «здоровый образ жизни» (ЗОЖ).

Тема 13. Средства физического воспитания.

Тема 14. Физические упражнения.

Вид СРС: *Выполнение индивидуальных заданий

1. Подготовка план-конспекта учебно-тренировочного занятия по виду спорта (на выбор).
2. Подготовка к проведению вводной части учебно-тренировочного занятия.
3. Составление комплекса утренней гигиенической гимнастики для младших школьников.
4. Составление комплекса утренней гигиенической гимнастики для средних школьников.
5. Составление комплекса утренней гигиенической гимнастики для старших школьников.
6. Составление комплекса утренней гигиенической гимнастики для пожилых людей
7. Подготовка к проведению подвижных игр или эстафет.

7. Тематика курсовых работ(проектов)

Курсовые работы (проекты) по дисциплине не предусмотрены.

8. Оценочные средства

81. Компетенции и этапы формирования

№ п/п	Оценочные средства	Компетенции, этапы их формирования
1	Модуль здоровья и безопасности жизнедеятельности	УК-7.

82. Показатели и критерии оценивания компетенций, шкалы оценивания

Шкала, критерии оценивания и уровень сформированности компетенции			
2 (не зачтено) ниже порогового	3 (зачтено) пороговый	4 (зачтено) базовый	5 (зачтено) повышенный
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности			
УК-7.1 Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.			
Не способен Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.	В целом успешно, но бессистемно Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.	В целом успешно, но с отдельными недочетами Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.	Способен в полном объеме Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.
УК-7.2 Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.			
Не способен Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	В целом успешно, но бессистемно Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	В целом успешно, но с отдельными недочетами Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	Способен в полном объеме Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.
УК-7.3 Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.			

Не способен Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.	В целом успешно, но бессистемно Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.	В целом успешно, но с отдельными недочетами Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.	Способен в полном объеме Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.
--	--	--	---

УК-7.4 Демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.

Не способен Демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.	В целом успешно, но бессистемно Демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.	В целом успешно, но с отдельными недочетами Демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.	Способен в полном объеме Демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.
---	---	---	--

Уровень сформированности компетенции	Шкала оценивания для промежуточной аттестации		Шкала оценивания по БРС
	Экзамен (дифференцированный зачет)	Зачет	
Повышенный	5 (отлично)	зачтено	90 – 100%
Базовый	4 (хорошо)	зачтено	76 – 89%
Пороговый	3 (удовлетворительно)	зачтено	60 – 75%
Ниже порогового	2 (неудовлетворительно)	незачтено	Ниже 60%

8.3. Вопросы промежуточной аттестации

Второй триместр (Зачет, УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3, УК-7.4)

1. Обоснуйте социальную значимость физической культуры и спорта.
2. Сформулируйте понятия: предмет, цели, задачи и содержание физического воспитания.
3. Перечислите основные понятия физической культуры.
4. Расскажите историю развития физической культуры и спорта от зарождения до наших дней.

5. Охарактеризуйте физическую культуру как учебную дисциплину в системе высшего образования.
6. Расскажите историю возникновения и развития легкой атлетики в мире и России.
7. Расскажите историю возникновения и развития волейбола в мире и России.
8. Расскажите историю возникновения и развития баскетбола в мире и России.
9. Расскажите историю возникновения и развития лыжного спорта в мире и России.
10. Раскройте понятие «Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке бакалавра».
11. Расскажите о здоровье человека как ценности. Факторах, определяющих здоровье.
12. Сформулируйте понятие «Здоровый образ жизни и его составляющие».
13. Определите мотивы формирования здорового образа жизни.
14. Назовите физические качества человека. Дайте им определение.
15. Расскажите о силовых способностях человека и методах их воспитания.
16. Расскажите о физическом качестве «выносливость» и методах ее воспитания.
17. Расскажите о физическом качестве «быстрота» и методах ее воспитания.
18. Расскажите о физическом качестве «гибкость» и методах ее воспитания.
19. Расскажите о физическом качестве «ловкость» и методах ее воспитания.
20. Расскажите об организме человека как единой биологической системе. Функциональные системы организма человека.
21. Расскажите о средствах физического воспитания.
22. Дайте характеристику методам физического воспитания.
23. Расскажите о структуре учебно-тренировочного занятия по физической культуре.
24. Раскройте содержание частей учебно-тренировочного занятия по физической культуре.
25. Расскажите историю возникновения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) и современное развитие Комплекса.
26. Расскажите о профилактике профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.
27. Расскажите об организации процесса физического воспитания в вузе.
28. Охарактеризуйте медицинские группы для занятий физической культурой.
29. Дайте понятие адаптивной физической культуре.
30. Расскажите об организации процесса физического воспитания со студентами с отклонениями в состоянии здоровья.

8.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Процедура промежуточной аттестации в институте регулируется «Положением о зачетно-экзаменационной сессии в ФГБОУ ВПО «Мордовский государственный педагогический институт имени М. Е. Евсевьева» (утверждено на заседании Ученого совета 29.05.2014 г., протокол №14); «Положением о независимом мониторинге качества образования студентов в ФГБОУ ВПО «Мордовский государственный педагогический институт имени М. Е. Евсевьева» (утверждено на заседании Ученого совета 29.05.2014 г., протокол №14), «Положением о фонде оценочных средств дисциплины в ФГБОУ ВПО «Мордовский государственный педагогический институт имени М. Е. Евсевьева» (утверждено на заседании Ученого совета 29.05.2014 г., протокол №14), «Положением о курсовой работе студентов в ФГБОУ ВПО «Мордовский государственный педагогический институт имени М. Е. Евсевьева» (утверждено на заседании Ученого совета 20.10.2014 г., протокол №4).

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета.

Зачет служит формой проверки усвоения учебного материала практических и семинарских занятий, готовности к практической деятельности, успешного выполнения студентами лабораторных и курсовых работ, производственной и учебной практик и выполнения в процессе этих практик всех учебных поручений в соответствии с утвержденной программой.

При балльно-рейтинговом контроле знаний итоговая оценка выставляется с учетом набранной суммы баллов.

Собеседование (устный ответ) на зачете

Для оценки сформированности компетенции посредством собеседования (устного ответа)

студенту предварительно предлагается перечень вопросов или комплексных заданий, предполагающих умение ориентироваться в проблеме, знание теоретического материала, умения применять его в практической профессиональной деятельности, владение навыками и приемами выполнения практических заданий.

При оценке достижений студентов необходимо обращать особое внимание на:

- усвоение программного материала;
- умение излагать программный материал научным языком;
- умение связывать теорию с практикой;
- умение отвечать на видоизмененное задание;
- владение навыками поиска, систематизации необходимых источников литературы по изучаемой проблеме;
- владение навыками и приемами выполнения практических заданий;
- умение подкреплять ответ иллюстративным материалом.

Тесты (контрольные нормативы)

При определении уровня достижений студентов с помощью тестового контроля необходимо обращать особое внимание на следующее:

- оценивается полностью комплекс выполненных нормативов;
- преподавателем должна быть определена максимальная оценка за комплекс нормативов, включающий определенное количество тестов;
- преподавателем может быть определена максимальная оценка за один контрольный тест.

9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

Основная литература

1. Евсеев, Ю. И. Физическая культура: учеб. пособие для студентов вузов / Ю. И. Евсеев. – 9-е изд., стер. – Ростов н/Д : Феникс, 2014. – 445 с.
2. Манжелей, И.В. Физическая культура: компетентностный подход [Электронный ресурс] / И.В. Манжелей, Е.А. Симонова. - М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 183 с. Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=364912&sr=1
3. Чеснова, Е. Л. Практикум по физической культуре [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / Е. Л. Чеснова. – М. : Директ-Медиа, 2013. – 68 с. – Режим доступа : http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=210956&sr=1

Дополнительная литература

1. Холодов, Ж. К. Теория и методика физической культуры и спорта [текст] : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – 10-е изд., испр. – М. : Академия, 2012. – 479 с.
2. Шулятьев, В.М. Физическая культура студента [Электронный ресурс]: учебное пособие / В.М. Шулятьев, В.С. Побыванец. – М. : Российский университет дружбы народов, 2012. – 287 с. – Режим доступа: <http://www.biblioclub.ru>

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. <http://teoriya.ru/ru> - Журнал "Теория и практика физической культуры и спорта"
2. <http://www.volleyballsport.ucoz.ru/index/0-21> - Волейбол спорт [Электронный ресурс] Электронный справочник, 2011
3. <http://basketball.ru/> - Все о баскетболе. Новости российских и международных турниров
4. <http://www.minsport.gov.ru/> - Министерство спорта Российской Федерации
5. <http://cnit.ssau.ru> (вопросы физической культуры и спорта); - интернет-источник 1

II. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля)

Для максимального изучения дисциплины «Физическая культура и спорт» необходимо обратить внимание студентов на то, что:

- учебный процесс организуется в соответствии с требованиями балльно-рейтинговой системы (БРС) оценки успеваемости студентов;
- сущностью БРС является изучение учебного материала отдельными блоками с оценкой знаний обучающегося в виде суммы баллов за каждый из них;
- необходимо активное посещение всех занятий данной дисциплины, чтобы ее эффективно

освоить;

– практические занятия направлены на изучение основ технической и тактической подготовки по различным видам спорта с помощью использования специальных тренировочных упражнений, на совершенствование спортивных навыков, улучшения физического состояния и здоровья;

– на каждом занятии к студентам предъявляются требования в соблюдении опрятного внешнего вида, наличию соответствующей одежды и обуви для занятий физическими упражнениями, чистоты и порядка, бережного отношения к оборудованию и инвентарю, правил поведения при выполнении физических упражнений;

– преподаватель систематически контролирует уровень физической подготовленности занимающихся, учитывая данные медицинских осмотров и результаты тестирования;

– тестирование уровня физической подготовленности проводится не реже двух раз в год;

– в процессе изучения курса предполагается тестирование по основным вопросам физической культуры и спорта, результаты которого лежат в основе оценки теоретических знаний по учебной дисциплине;

– для дополнительного источника информации по дисциплине необходимо использовать интернет-ресурсы.

В отличие от других предметов на занятиях студенты дифференцируются по медицинским показателям, физической и спортивной подготовленности. По медицинским показателям студенты делятся на группы: основную (практически здоровые), подготовительную (с ослабленным здоровьем), специальную (имеющие отклонения в состоянии здоровья) и группу инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. Для этих категорий студентов занятия физической культурой предусмотрены в составе учебных отделений: основном, специальном, спортивном и ЛФК. Численный состав учебных групп в основном отделении 12–15 студентов. В рамках учебного расписания с тем же объемом часов занимаются и студенты специального отделения.

Студенты, имеющие отклонения в состоянии здоровья, дифференцируются в зависимости от характера заболевания и степени ограниченности возможностей в соответствии с результатами медицинского осмотра. Занятия со студентами с ОВЗ организуются в следующих видах:

– по интеллектуальным видам спорта;

– по малоподвижным видам спорта;

– как подвижные занятия адаптивной физической культурой в специально оборудованных спортивных, тренажерных залах или на открытом воздухе.

Студенты, освобожденные от практических занятий по состоянию здоровья, не освобождаются от сдачи зачета по физкультуре и оцениваются по результатам самостоятельной работы с элементами исследовательской работы, которая проводится под руководством преподавателя кафедры физического воспитания и спортивных дисциплин.

12. Перечень информационных технологий

Электронные учебные пособия, информационно-коммуникационная среда (социальные сети, электронная почта), интерактивный диалог.

12.1 Перечень программного обеспечения

(обновление производится по мере появления новых версий программы)

1. <Объект не найден> (9074:9 bb000505683152e11ebbabfac4c0e44)

2. Microsoft Office Professional Plus 2010

12.2 Перечень информационных справочных систем (обновление выполняется еженедельно)

12.3 Перечень современных профессиональных баз данных

13. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля)

Для проведения аудиторных занятий необходим стандартный набор специализированной учебной мебели и учебного оборудования, а также мультимедийное оборудование для демонстрации презентаций на лекциях. Для проведения практических занятий, а также организации

самостоятельной работы студентов необходим компьютерный класс с рабочими местами, обеспечивающими выход в Интернет.

Индивидуальные результаты освоения дисциплины фиксируются в электронной информационно-образовательной среде университета.

Реализация учебной программы обеспечивается доступом каждого студента к информационным ресурсам – электронной библиотеке и сетевым ресурсам Интернет. Для использования ИКТ в учебном процессе необходимо наличие программного обеспечения, позволяющего осуществлять поиск информации в сети Интернет, систематизацию, анализ и презентацию информации, экспорт информации на цифровые носители.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

Спортивный зал общефизической подготовки.

Основное оборудование:

Брусья гимнастические мужские массовые; канаты для лазания; козел гимнастический прыжковый; конь гимнастический прыжковый; мостик гимнастический подпружиненный; сетка заградительная; стенка гимнастическая шведская (дерево); ферма выноса баскетбольного щита; щит баскетбольный с корзиной; маты гимнастические; мячи футбольные; мячи баскетбольные; сетка волейбольная; скамейки гимнастические; стол теннисный; ракетки для тенниса; перекладина.

Стадион с твердым покрытием.

Основное оборудование:

Легкоатлетическое ядро (беговые дорожки, сектора для прыжков в длину, высоту, толкания ядра, яма «стипель-чез»), открытая баскетбольная площадка, открытая волейбольная площадка, футбольное поле стадиона, хоккейный корт, площадка для игры в мини-футбол, теннисный корт, площадка «Воркаут», площадка уличных тренажеров, скалодром, военизированная полоса препятствий, учебно-тренировочная пожарная вышка.

Помещение для самостоятельной работы

Читальный зал электронных ресурсов № 101б.

Основное оборудование:

Компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета: автоматизированные рабочие места (компьютер – 12 шт.).

Мультимедийный проектор, многофункциональное устройство, принтер.

Учебно-наглядные пособия:

Презентации, электронные диски с учебными и учебно-методическими пособиями.