Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Шебзухова Татьяна Александровна

Должность: Директор Пятигорского института (филиал) Северо-Кавказского

федерального университета

Дата подписания: 06.10.2023 14:49:33

Уникальный программный ключ:

d74ce93cd40e39275c3ba2f58486412a1c8ef961

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное автономное

образовательное учреждение высшего образования

«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Пятигорский институт (филиал) СКФУ

УТВЕРЖДАЮ
Директор института
Т.А. Шебзухова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Физическая культура и спорт

(ЭЛЕКТРОННЫЙ ДОКУМЕНТ)

Специальность	<u>38.05.01 Экономическая безопасность</u>
Направленность (профиль)	Финансово-экономическое обеспечение федеральных государственных органов, обеспечивающих безопасность Российской Федерации
Квалификация выпускника	Экономист
Форма обучения	Очная
Год начала обучения	2021 г.
Изучается в <u>1, 2</u> семестре	

Пятигорск, 2021

1. Цель и задачи освоения дисциплины

Данная дисциплина предназначена для подготовки специалистов с высшим образованием по специальности: 38.05.01 Экономическая безопасность.

Целью преподавания данной дисциплины – получение базовых знаний, умений и навыков в использовании многообразных средств физической культуры для поддержания своего здоровья, продления профессионального долголетия. При проведении занятий решаются следующие воспитательные, образовательные, развивающие и оздоровительные задачи:

- понимание роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- познание научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения студентов к физической культуре, установки на здоровый образ жизни;
- физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребность в регулярных занятиях физической культурой и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и свойств личности;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности;
- приобретение опыта для использования физкультурно-спортивной деятельности в достижении жизненных и профессиональных целей.

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Физическая культура и спорт» входит в базовую часть блока Б1 Дисциплины (модули) ОП по специальности 38.05.01 Экономическая безопасность. Ее освоение происходит в 1, 2 семестрах.

3. Связь с предшествующими дисциплинами

Дисциплина не имеет связи с предшествующими дисциплинами.

4. Связь с последующими дисциплинами

Изучение данной дисциплины связано с изучением дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту».

5. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесённых с планируемыми результатами освоения образовательной программы

5.1 Наименование компетенций

Код	Формулировка:
ОК-9	способностью организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни

5.2 Знания, умения, навыки и (или) опыт деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций

Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций	Формируемые компетенции
Знать: законодательство Российской Федерации о физической культуре и спорте; основные понятия, термины физической культуры; способы сохранения и укрепления здоровья; содержание видов физической	ОК-9

<p>культуры: базовая - спорт, туризм; профессионально-прикладная; оздоровительно-реабилитационная; спортивно-реабилитационная, фоновые виды – гигиеническая, рекреативная; средства физического воспитания для физического совершенствования человека; методы самоконтроля, содержание методов самоконтроля за физической подготовленностью; цели и задачи производственной физической культуры, ее организационные основы; механизмы формирования двигательных умений и навыков; физические качества, средства и методы их развития; формы и организацию самостоятельных занятий; влияние физических упражнений на функциональные системы организма; действие и механизмы закаливания для укрепления здоровья; научно-биологические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни.</p>	
<p>Уметь: составлять долгосрочный план по физическому самосовершенствованию; составлять комплекс гигиенической гимнастики; составлять комплекс общеразвивающих упражнений индивидуально и в группе, комплексы производственной гимнастики (до занятий, физкультпауза, физкультминутка, микропауза) с учетом характера производственного труда; контролировать уровень и интенсивность нагрузки при самостоятельных занятиях физической культурой; определять оптимальный уровень физической нагрузки по ЧСС и ЧДД организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни.</p>	ОК-9
<p>Владеть: технологиями построения программы самостоятельных занятий физическими упражнениями; методиками оценки функциональной подготовленности и физического развития; технологиями определения уровня физической подготовленности посредством функциональных проб и физиологических индексов здоровья; технологиями проведения производственной гимнастики с учетом заданных условий и характера труда; технологиями разработки корригирующих комплексов физических упражнений (комплексы упражнений на осанку; технологиями разработки комплексов физических упражнений для развития физических качеств отдельных групп мышц; технологиями регулирования психоэмоционального состояния на занятиях физическими упражнениями и во внеаудиторное время; технологиями проведения закаливающих процедур; способами оценки и самооценки физического состояния организма.</p>	ОК-9

6. Объем учебной дисциплины/модуля

Объем занятий: Итого	<u>54</u> ч.	<u>23</u> .е.
В т.ч. аудиторных	<u>54</u> ч.	
Из них:		
Лекций	<u>27</u> ч.	
Практических занятий	<u>27</u> ч.	
Зачет <u>2</u> семестр		

7. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества астрономических часов и видов занятий

7.1 Тематический план дисциплины

№	Раздел (тема) дисциплины	Реализуемые компетенции	Контактная работа обучающихся с преподавателем, часов (астр.)				Самостоятельная работа, часов
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	Групповые консультации	
1 семестр							
1	Тема 1.Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов	ОК-9	1,5	-	-	-	13,5
2	Тема 2.Социально-биологические основы физической культуры. Организм как единая физиологическая система	ОК-9	1,5	-	-	-	
3	Тема 3.Социально-биологические основы физической культуры. Влияние объективных и субъективных факторов на организм человека	ОК-9	1,5	-	-	-	
4	Тема 4.Здоровье человека и его компоненты	ОК-9	1,5	-	-	-	
5	Тема 5.Основы здорового образа жизни и его составляющие	ОК-9	1,5	-	-	-	
6	Тема 6.Общие понятия и критерии работоспособности	ОК-9	1,5	-	-	-	
7	Тема 7.Средства физической культуры в регулировании работоспособности	ОК-9	1,5	-	-	-	
8	Тема 8.Основы общей физической и специальной подготовки	ОК-9	1,5	-	-	-	
9	Тема 9.Организация и структура тренировочного занятия	ОК-9	1,5	-	-	-	
Итого за 1 семестр:			13,5	-	-	-	13,5
2 семестр							
10	Тема 10.Формы и организация самостоятельных занятий	ОК-9	1,5	1,5	-	-	-

	физическими упражнениями						
11	Тема 11.Методика проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями	ОК-9	1,5	1,5	-	-	
12	Тема 12.Самоконтроль. Методы самоконтроля за физическим развитием организма	ОК-9	1,5	1,5	-	-	
13	Тема 13.Самоконтроль. Методы самоконтроля за функциональным состоянием организма	ОК-9	1,5	1,5	-	-	
14	Тема 14.Самоконтроль. Методы самоконтроля за двигательной подготовленностью	ОК-9	1,5	1,5	-	-	
15	Тема 15.Спорт и его разновидности	ОК-9	1,5	1,5	-	-	
16	Тема 16.Спорт. Особенности занятий избранным видом спорта	ОК-9	1,5	1,5	-	-	
17	Тема 17.Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) в деятельности специалиста. Производственная физическая культура	ОК-9	1,5	1,5	-	-	
	Итого за 2 семестр:		12	12	-	-	3
	Итого:		25,5	12	-	-	16,5

7. 2 Наименование и содержание лекций

№ Темы	Наименование тем дисциплины, их краткое содержание	Объем часов (астр.)	Интерактивная форма проведения
1 семестр			
1	Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов Физическая культура – часть общечеловеческой культуры. Компоненты физической культуры: физическое воспитание, физическое развитие, физкультурное образование, физическое совершенство. Виды физической культуры. Функции физической культуры и спорта. Физическая культура личности. Деятельностная сущность физической культуры в различных сферах жизни. Ценности физической культуры. Организационно-правовые основы физической культуры и спорта.	1,5	-
2	Тема 2. Социально-биологические основы физической культуры. Организм как единая физиологическая система Организм человека как единая саморазвивающаяся система. Основные анатомо-морфологические понятия. Функциональные системы	1,5	-

	организма: сердечно-сосудистая, дыхательная, выделительная, эндокринная, опорно-двигательный аппарат.		
3	Тема 3. Социально-биологические основы физической культуры. Влияние объективных и субъективных факторов на организм человека Природные и социально-экологические факторы и их воздействие на организм. Понятие адаптации организма. Функциональные изменения организма при физических нагрузках.	1,5	Лекция-дискуссия
4	Тема 4. Здоровье человека и его компоненты Понятие «здоровье», его содержание и критерии. Здоровье человека как ценность. Компоненты здоровья: соматический, физический, психический, сексуальный, нравственный Влияние окружающей среды на здоровье. Физическое самовоспитание и самосовершенствование личности.	1,5	-
5	Тема 5. Основы здорового образа жизни и его составляющие Здоровый образ жизни и его составляющие. Взаимосвязь общей культуры студента и его образа жизни. Структура жизнедеятельности студентов и ее отражение в образе жизни. Личное отношение к здоровью как условие формирования здорового образа жизни.	1,5	Лекция-дискуссия
6	Тема 6. Общие понятия и критерии работоспособности Понятие работоспособности. Умственная и физическая работоспособность Психофизиологические характеристики интеллектуальной деятельности. Работоспособность и влияние на нее различных факторов. Общие закономерности изменения работоспособности студентов в процессе обучения.	1,5	-
7	Тема 7. Средства физической культуры в регулировании работоспособности Активный отдых как средство регулирования работоспособности. Использование дыхательных упражнений и психической саморегуляции в повседневной жизни. «Малые формы» физической культуры в режиме учебного труда студентов.	1,5	-
8	Тема 8. Основы общей физической и специальной подготовки Методические принципы физического воспитания. Средства физического воспитания. Общая и специальная физическая подготовка. Развитие физических качеств.	1,5	Лекция-дискуссия
9	Тема 9. Организация и структура тренировочного занятия Формы занятий физическими упражнениями. Учебно-тренировочное занятие как основная форма обучения физическим упражнениям. Структура и направленность учебно-тренировочного занятия. Дозирование физических нагрузок.	1,5	-
	Итого за 1 семестр:	13,5	4,5

2 семестр			
10	Тема 10. Формы и организация самостоятельных занятий физическими упражнениями Формирование мотивов, организация самостоятельных занятий. Понятие двигательной активности. Формы и содержание самостоятельных занятий. Характеристика оздоровительных систем физических упражнений.	1,5	-
11	Тема 11. Методика проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями Планирование объема и интенсивности физических упражнений. Интенсивность физической нагрузки, связь ее с ЧСС. Признаки чрезмерной нагрузки. Гигиена самостоятельных занятий.	1,5	Лекция-дискуссия
12	Тема 12. Самоконтроль. Методы самоконтроля за физическим развитием организма Виды диагностики. Врачебный и педагогический контроль. Самоконтроль, его основные методы, показатели. Наружный осмотр (самотоскопия) и антропометрия (соматометрия). Методы стандартов, антропометрических индексов для оценки физического развития организма. Осанка человека. Нарушения осанки в сагитальной и фронтальной плоскости. Типы телосложения.	1,5	-
13	Тема 13. Самоконтроль. Методы самоконтроля за функциональным состоянием организма Методы номограмм, функциональных проб для оценки функционального состояния организма: сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной систем.	1,5	Лекция-дискуссия
14	Тема 14. Самоконтроль. Методы самоконтроля за двигательной подготовленностью Двигательная подготовленность. Контрольные упражнения для оценки уровня развития силовых, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости. Оценка двигательной (физической) подготовленности. Дневник самоконтроля.	1,5	-
15	Тема 15. Спорт и его разновидности Понятие «спорт». Массовый спорт, его направленность, цели, задачи, критерии эффективности. Спорт высших достижений, его направленность, цели, задачи, критерии эффективности. Профессиональный спорт. Функции современного спорта. История возникновения олимпийских игр, символика олимпиады.	1,5	-
16	Тема 16. Спорт. Особенности занятий избранным видом спорта Психофизическая характеристика основных видов спорта. Планирование тренировки в избранном виде спорта. Выбор вида спорта и систем физических упражнений для активного отдыха.	1,5	Лекция-дискуссия
17	Тема 17. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) в деятельности бакалавра Понятия, основные задачи, средства ППФП. Требования к физической подготовленности трудящихся в различных сферах современного профессионального	1,5	-

	труда и тенденции их изменения. Комплекс ГТО (готов к труду и обороне). Формирование профессионально-прикладных качеств на занятиях физической культурой. Производственная физическая культура. Вводная гимнастика. Физкультурная пауза. Физкультурная минутка. Физкультурные микропаузы. Содержание и методика проведения производственной физической культуры.		
	Итого за 2 семестр:	12	4,5
	Итого:	25,5	9

7.3 Наименование лабораторных работ

Данный вид работы не предусмотрен учебным планом

7.4 Наименование практических занятий

№ Те мы	Наименование тем практических занятий	Объем часов	Интерактивная форма проведения
	2 семестр		
10	Практическое занятие №1. Характеристика оздоровительных систем физических упражнений	1,5	-
11	Практическое занятие №2. Интенсивность физической нагрузки, связь ее с ЧСС	1,5	-
12	Практическое занятие №3. Методы стандартов, антропометрических индексов для оценки физического развития организма	1,5	Дискуссия
13	Практическое занятие №4. Методы номограмм, функциональных проб для оценки функционального состояния организма: сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной систем	1,5	-
14	Практическое занятие №5. Контрольные упражнения для оценки уровня развития силовых, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости	1,5	Дискуссия
15	Практическое занятие №6. Массовый спорт, его направленность, цели, задачи, критерии эффективности. Спорт высших достижений, его направленность, цели, задачи, критерии эффективности	1,5	-
16	Практическое занятие №7. Психофизическая характеристика основных видов спорта	1,5	Дискуссия
17	Практическое занятие №8. Комплекс ГТО (готов к труду и обороне). Формирование профессионально-прикладных качеств на занятиях физической культурой. Содержание и методика проведения производственной физической культуры	1,5	-
	Итого за 2 семестр:	13,5	4,5
	Итого:	27	9

7.5 Технологическая карта самостоятельной работы обучающегося

Коды реализуемых компетенции	Вид деятельности студентов	Итоговый продукт самостоятельной работы	Средства и технологии оценки	Объем часов, в том числе		
				СРС	Контактная работа с преподавателем	Всего
1 семестр						
ОК-9	Самостоятельное изучение литературы по темам №1 - №9.	Конспект	Собеседование	12,15	1,35	13,5
Итого за 1 семестр				12,15	1,35	13,5
2 семестр						
ОК-9	Подготовка к практическим занятиям	Конспект	Собеседование	2,7	0,3	3
Итого за 2 семестр				2,7	0,3	3
Итого за 3 семестр				14,85	1,65	16,5

8. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

8.1 Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения ОП ВО. Паспорт фонда оценочных средств

Код оцениваемой компетенции	Этап формирования компетенции (№ темы)	Средства и технологии оценки	Вид контроля, аттестация (текущий/промежуточный)	Тип контроля (устный, письменный или с использованием технических средств)	Наименование оценочного средства
ОК-9	Темы № 1,3,5,7-9,10,11,13,15,17-18	Собеседование	Текущий	Устный	Вопросы для собеседования
ОК-9	Темы № 2,4,6,11,14,16	Собеседование	Текущий	Устный	Перечень дискуссионных тем

8.2 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Уровни сформированности компетенций	Индикаторы	Дескрипторы			
		2 балла	3 балла	4 балла	5 баллов
ОК-9					
Базовый	Знать: законодательство Российской Федерации о физической культуре и спорте; основные понятия, термины физической	Обучающийся не знает: законодательство Российской Федерации о физической культуре и спорте; основные понятия, термины	Имеет слабое, ограниченное представление: законодательство Российской Федерации о физической культуре	Демонстрирует достаточно полное знание: законодательство Российской Федерации о физической культуре и	

	оценки и самооценки физического состояния организма.	процедур;способами оценки и самооценки физического состояния организма.	процедур;способами оценки и самооценки физического состояния организма.	процедур;способами оценки и самооценки физического состояния организма.	
Повыше нный	<p>Знать:законодательство Российской Федерации о физической культуре и спорте;основные понятия, термины физической культуры;способы сохранения и укрепления здоровья;содержание видов физической культуры: базовая - спорт, туризм; профессионально-прикладная; оздоровительно-реабилитационная; спортивно-реабилитационная, фоновые виды – гигиеническая, рекреативная;средства физического воспитания для физического совершенствования человека;методы самоконтроля, содержание методов самоконтроля за физической подготовленностью;цели и задачи производственной физической культуры, ее организационные основы;механизмы формирования двигательных умений и навыков; физические качества, средства и методы их развития;формы и организацию самостоятельных занятий;влияние физических упражнений на функциональные системы организма;действие и механизмы закаливания для укрепления здоровья;научно-биологические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни.</p>				<p>Демонстрирует глубокое и прочное знание:законодательство Российской Федерации о физической культуре и спорте;основные понятия, термины физической культуры;способы сохранения и укрепления здоровья;содержание видов физической культуры: базовая - спорт, туризм; профессионально-прикладная; оздоровительно-реабилитационная; спортивно-реабилитационная, фоновые виды – гигиеническая, рекреативная;средства физического воспитания для физического совершенствования человека;методы самоконтроля, содержание методов самоконтроля за физической подготовленностью;цели и задачи производственной физической культуры, ее организационные основы;механизмы формирования двигательных умений и навыков; физические качества, средства и методы их развития;формы и организацию самостоятельных занятий;влияние физических упражнений на функциональные системы организма;действие и механизмы закаливания для укрепления здоровья;научно-биологические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни.</p>
	<p>Уметь:составлять долгосрочный план по</p>				<p>Демонстрирует умение:составлять</p>

	<p>физическому самосовершенствованию;составлять комплекс гигиенической гимнастики;составлять комплекс общеразвивающих упражнений индивидуально и в группе, комплексы производственной гимнастики (до занятий, физкультпауза, физкультминутка, микропауза) с учетом характера производственного труда;контролировать уровень и интенсивность нагрузки при самостоятельных занятиях физической культурой; определять оптимальный уровень физической нагрузки по ЧСС и ЧДД организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни.</p>				<p>долгосрочный план по физическому самосовершенствованию;составлять комплекс гигиенической гимнастики;составлять комплекс общеразвивающих упражнений индивидуально и в группе, комплексы производственной гимнастики (до занятий, физкультпауза, физкультминутка, микропауза) с учетом характера производственного труда;контролировать уровень и интенсивность нагрузки при самостоятельных занятиях физической культурой; определять оптимальный уровень физической нагрузки по ЧСС и ЧДД организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни.</p>
	<p>Владеть:технологиями построения программы самостоятельных занятий физическими упражнениями;методиками оценки функциональной подготовленности и физического развития; технологиями определения уровня физической подготовленности посредством функциональных проб и физиологических индексов здоровья;технологиями проведения производственной гимнастики с учетом заданных условий и характера труда; технологиями разработки корригирующих комплексов физических упражнений (комплексы упражнений на осанку;технологиями</p>				<p>Демонстрируетвладение:технологиями построения программы самостоятельных занятий физическими упражнениями;методиками оценки функциональной подготовленности и физического развития; технологиями определения уровня физической подготовленности посредством функциональных проб и физиологических индексов здоровья;технологиями проведения производственной гимнастики с учетом заданных условий и характера труда; технологиями разработки корригирующих комплексов</p>

	разработки комплексов физических упражнений для развития физических качеств отдельных групп мышц;технологиями регулирования психоэмоционального состояния на занятиях физическими упражнениями и во внеаудиторное время;технологиями проведения закаливающих процедур;способами оценки и самооценки физического состояния организма.				физических упражнений (комплексы упражнений на осанку;технологиями разработки комплексов физических упражнений для развития физических качеств отдельных групп мышц;технологиями регулирования психоэмоционального состояния на занятиях физическими упражнениями и во внеаудиторное время;технологиями проведения закаливающих процедур;способами оценки и самооценки физического состояния организма.
--	--	--	--	--	---

Описание шкалы оценивания

В рамках рейтинговой системы успеваемость обучающихся по каждой дисциплине оценивается в ходе текущего контроля и промежуточной аттестации.

Текущий контроль

Рейтинговая оценка знаний студента

№ п/п	Вид деятельности студентов	Сроки выполнения	Количество баллов
1 семестр			
1.	Практическое занятие №4	8 неделя	25
2.	Практическое занятие №8	16 неделя	30
	Итого за 1 семестр		55
	Итого		55
2 семестр			
3.	Практическое занятие №4	8 неделя	25
4.	Практическое занятие №8	16 неделя	30
	Итого за 2 семестр		55
	Итого		55

Максимально возможный балл за весь текущий контроль устанавливается равным **55**. Текущее контрольное мероприятие считается сданным, если студент получил за него не менее 60% от установленного для этого контроля максимального балла. Рейтинговый балл, выставяемый студенту за текущее контрольное мероприятие, сданное студентом в установленные графиком контрольных мероприятий сроки, определяется следующим образом:

Уровень выполнения контрольного задания	Рейтинговый балл (в % от максимального балла за контрольное задание)
Отличный	100
Хороший	80
Удовлетворительный	60
Неудовлетворительный	0

Промежуточная аттестация

Промежуточная аттестация в форме зачета (2 семестр)

Процедура зачета как отдельное контрольное мероприятие не проводится, оценивание знаний обучающегося происходит по результатам текущего контроля.

Зачет выставляется по результатам работы в семестре, при сдаче всех контрольных точек, предусмотренных текущим контролем успеваемости. Если по итогам семестра обучающийся имеет от 33 до 60 баллов, ему ставится отметка «зачтено». Обучающемуся, имеющему по итогам семестра менее 33 баллов, ставится отметка «не зачтено».

Количество баллов за зачет ($S_{зач}$) при различных рейтинговых баллах по дисциплине по результатам работы в семестре

Рейтинговый балл по дисциплине по результатам работы в семестре ($R_{сем}$)	Количество баллов за зачет ($S_{зач}$)
$50 \leq R_{сем} \leq 60$	40
$39 \leq R_{сем} < 50$	35
$33 \leq R_{сем} < 39$	27
$R_{сем} < 33$	0

8.3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Процедура зачета (2 семестр) как отдельное контрольное мероприятие не проводится, оценивание знания обучающегося происходит по результатам текущего контроля.

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

Текущая аттестация студентов проводится преподавателями, ведущими практические занятия по дисциплине «Физическая культура и спорт» в следующих формах: собеседование.

Максимальное количество баллов студент получает, если он:

- систематически посещает занятия по физической культуре;
- в установленные сроки предоставляет конспекты лекций;
- активно участвует в обсуждении тем на семинарских занятиях, делает адекватные выводы.

Основанием для снижения оценки являются:

- пропуски занятий по неуважительной причине;
- непредоставление или отсутствие конспектов лекций;
- неучастие в обсуждении тем занятий на практических (семинарских) занятиях.

Критерии оценивания сформированности компетенций и результатов самостоятельной работы приведены в Фонде оценочных средств по дисциплине «Физическая культура и спорт».

9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

На первом этапе необходимо ознакомиться с рабочей программой дисциплины, в которой рассмотрено содержание тем практических занятий, темы и виды самостоятельной работы. По каждому виду самостоятельной работы предусмотрены определённые формы отчетности. Для успешного освоения дисциплины, необходимо

выполнить следующие виды самостоятельной работы, используя рекомендуемые источники информации.

№ п/п	Виды самостоятельной работы	Рекомендуемые источники информации (№ источника)			
		Основная	Дополнительная	Методическая	Интернет-ресурсы
1	Самостоятельное изучение литературы по темам №1 - №9.	1-2	1-2	1-3	1-2

10. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

10.1. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины

10.1.1. Перечень основной литературы:

1. Манжелей, И.В. Физическая культура: компетентностный подход / И.В. Манжелей, Е.А. Симонова. - Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2015. - 183 с.: ил. - ISBN 978-5-4475-5233-6; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364912>
2. Евсеев, Ю.И. Физическая культура: учебное пособие / Ю.И. Евсеев.- 9-е изд., стер. - Ростов-н/Д : Феникс, 2014 - 448 с. : табл. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-222-21762-7; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=271591>

10.1.2. Перечень дополнительной литературы:

1. Физическая культура и физическая подготовка: учебник / И.С. Барчуков, Ю.Н. Назаров, В.Я. Кикоть и др. ; под ред. В.Я. Кикоть, И.С. Барчуков. - М. :Юнити-Дана, 2012. - 432 с. - ISBN 978-5-238-01157-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=117573>
2. Губа, В. П. Научно-практические и методические основы физического воспитания учащейся молодежи : учебное пособие / В. П. Губа, О. С. Морозов, В. В. Парфененков. — Москва : Советский спорт, 2008. — 206 с. — ISBN 978-5-9718-0242-6. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/9863.html>

10.2. Перечень учебно-методического обеспечения самостоятельной работы обучающихся по дисциплине:

1. Бабченко, А.П., Коваль, Л.Н. Гзирьян, Р.В. Педагогические технологии развития двигательных качеств: учебное пособие [Текст] / А.П. Бабченко, Л.Н. Коваль, Р.В. Гзирьян; (филиал) СКФУ в г. Пятигорске. – Ставрополь: Ставролит, 2016. – 180 с.
2. Коваль, Л.Н., Богданов, О.Г., Ярошенко, Е.В., Алексеева, Е.Н. Теоретические основы физической культуры. Учебно-методическое пособие по дисциплине «Физическая культура» для студентов очной и заочной форм обучения всех направлений подготовки бакалавриата и специалитета / Л.Н. Коваль, О.Г. Богданов, Е.В. Ярошенко, Е.Н. Алексеева. – Пятигорск: СКФУ, 2015. – 143 с.
3. Стрельченко, В.Ф., Марков, Р.К., Брагин, С.Ю., Апальков, В.Э. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО: учебно-методическое пособие / В.Ф. Стрельченко, Р.К. Марков, С.Ю. Брагин, В.Э. Апальков. – Ставрополь, 2016. – 175 с.

10.3. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

Интернет-ресурсы:

1. <http://www.fizkult-ura.ru/> - сайт полезной информации, касающейся физической культуры.
2. <http://www.fizkultura-vsem.ru/> - занятия физ.культурой самостоятельно, в домашних условиях

Электронные библиотечные системы:

1. <http://biblioclub.ru/> - Университетская библиотека ONLINE
2. <http://www.iprbookshop.ru> – Электронная библиотечная система «IPRbooks»

Профессиональные базы данных:

1. <https://www.minsport.gov.ru/>-Официальный сайт Министерства спорта РФ.
3. <http://government.ru/> - Официальный сайт Правительства РФ.

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

Информационные справочные системы:

1. Справочно-правовая система **Консультант Плюс.**

Программное обеспечение

Комплект лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows профессиональная; Базовый пакет программ Microsoft Office Standard 2013.

12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, выполнения курсовых работ, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектованная специализированной мебелью, техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории: комплект учебной мебели на 63 посадочных места, учебно-наглядные пособия в виде тематических презентаций, соответствующих рабочим программам дисциплин, доска, трибуна, компьютер в сборе с доступом к сети «Интернет», экран ScreenMedia, проектор Epson с потолочным кронштейном. Имеется необходимый комплект лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows профессиональная; Базовый пакет программ Microsoft Office Standard 2013.

Помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования: набор инструментов для профилактического обслуживания учебного оборудования, комплектующие для компьютерной и офисной техники.

13. Особенности освоения дисциплины лицами с ограниченными возможностями здоровья

Обучающимся с ограниченными возможностями здоровья предоставляются специальные учебники, учебные пособия и дидактические материалы, специальные технические средства обучения коллективного и индивидуального пользования, услуги ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, а также услуги сурдопереводчиков и тифлосурдопереводчиков.

Освоение дисциплины обучающимися с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано совместно с другими обучающимися, а так же в отдельных группах.

Освоение дисциплины обучающимися с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных

возможностей и состояния здоровья.

В целях доступности получения высшего образования по образовательной программе лицами с ограниченными возможностями здоровья при освоении дисциплины обеспечивается:

1) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:

- присутствие ассистента, оказывающий студенту необходимую техническую помощь с учетом индивидуальных особенностей (помогает занять рабочее место, передвигаться, прочитать и оформить задание, в том числе, записывая под диктовку),
- письменные задания, а также инструкции о порядке их выполнения оформляются увеличенным шрифтом,
- специальные учебники, учебные пособия и дидактические материалы (имеющие крупный шрифт или аудиофайлы),
- индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс,
- при необходимости студенту для выполнения задания предоставляется увеличивающее устройство;

2) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- присутствие ассистента, оказывающий студенту необходимую техническую помощь с учетом индивидуальных особенностей (помогает занять рабочее место, передвигаться, прочитать и оформить задание, в том числе, записывая под диктовку),
- обеспечивается наличие звукоусиливающей аппаратуры коллективного пользования, при необходимости обучающемуся предоставляется звукоусиливающая аппаратура индивидуального пользования;
- обеспечивается надлежащими звуковыми средствами воспроизведения информации;

3) для лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата (в том числе с тяжелыми нарушениями двигательных функций верхних конечностей или отсутствием верхних конечностей)

- письменные задания выполняются на компьютере со специализированным программным обеспечением или надиктовываются ассистенту;
- по желанию студента задания могут выполняться в устной форме.