

**1.АННОТАЦИЯ**

**к рабочей программе дисциплины**

**Б1.Б.04 Физическая культура и спорт**

Трудоемкость 2 з.е.

**1.1. Цель освоения и краткое содержание дисциплины**

Цель освоения: формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

Краткое содержание дисциплины:

1. Физическая культура и спорт в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.

2. Биологические и социально-биологические основы физической культуры.

3. Физиологическая характеристика двигательной активности и формированиядвижений.

4. Общая и специальная физическая подготовка.

5. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.

6. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов и специалистов.

**1.2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

|  |  |
| --- | --- |
| Планируемые результаты освоения программы (содержание и коды компетенций) | Планируемые результаты обучения по дисциплине |
| способностью использовать методы и средствафизической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8) | Знать: научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни.  Уметь: использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни.  Владеть: способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. |

**1.3. Место дисциплины в структуре образовательной программы**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Индекс | Наименование дисциплины (модуля), практики | Семестр изучения | Индексы и наименования учебных дисциплин (модулей), практик, | |
| на которые опирается содержание данной дисциплины (модуля) | для которых содержание данной дисциплины (модуля) выступает опорой |
| Б1.Б.04 | Физическая культура и спорт | 1-2 | Знания, умения и компетенции,  полученные в среднем общеобразовательном учебном  заведении | Б1.Б.05 Безопасность жизнедеятельности Б1.В.08 Прикладная физическая культура (по выбору) |

**1.4. Язык преподавания:** русский

**2. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся**

Выписка из учебного плана (гр. С-ГД-18):

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Код и название дисциплины по учебному плану | Б1.Б.04 Физическая культура и спорт | |
| Курс изучения | 1 | |
| Семестр(ы) изучения | 1-2 | |
| Форма промежуточной аттестации (зачет/экзамен) | Зачет/зачет | |
| Контрольная работа, семестр выполнения | - | |
| Трудоемкость (в ЗЕТ) | 2 ЗЕТ | |
| **Трудоемкость (в часах)** (сумма строк №1,2,3), в т.ч.: | 72 | |
| **№1. Контактная работа обучающихся с преподавателем (КР), в часах:** | Объем аудиторной работы,  в часах | В т.ч. с применением ДОТ или ЭО[[1]](#footnote-2), в часах |
| Объем работы (в часах) (1.1.+1.2.+1.3.): | 36/32 | - |
| 1.1. Занятия лекционного типа (лекции) | 18/16 | - |
| 1.2. Занятия семинарского типа, всего, в т.ч.: | - | - |
| - семинары (практические занятия, коллоквиумы и т.п.) | 18/16 | - |
| - лабораторные работы | - | - |
| - практикумы | - | - |
| 1.3. КСР (контроль самостоятельной работы, консультации) | - | - |
| **№2. Самостоятельная работа обучающихся (СРС) (в часах)** | 0/4 | |
| **№3. Количество часов на экзамен** (при наличии экзамена в учебном плане) | - | |

**3. Содержание дисциплины, структурированное по темам с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий**

**3.1. Распределение часов по разделам и видам учебных занятий**

1, 2 семестры

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Раздел | Всего часов | Контактная работа, в часах | | | | | | | | | Часы СРС |
| Лекции | из них с применением ЭО и ДОТ | Семинары (практические занятия, коллоквиумы) | из них с применением ЭО и ДОТ | Лабораторные работы | из них с применением ЭО и ДОТ | Практикумы | из них с применением ЭО и ДОТ | КСР (консультации) |
| Физическая культура и спорт в общекультурной и профессиональной подготовке студентов  (тема 1) | 12 | 6 | - | 6 | - | - | - | - | - | - | - |
| Биологические и социально-биологические основы физической культуры  (тема 2) | 12 | 6 | - | 6 | - | - | - | - | - | - | - |
| Физиологическая характеристика двигательной активности и формирования движений (тема 3) | 12 | 6 | - | 6 | - | - | - | - | - | - | - |
| **Всего за 1 семестр** | **36** | **18** |  | **18** |  |  |  |  |  |  |  |
| Общая и специальная физическая подготовка  (тема 4) | 12 | 6 | - | 6 | - | - | - | - | - | - | - |
| Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями  (тема 5) | 12 | 6 | - | 6 | - | - | - | - | - | - | - |
| Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов и специалистов  (тема 6) | 12 | 4 | - | 4 | - | - | - | - | - | - | 4 |
| **Всего за 2 семестр** | **36** | **16** | **-** | **16** | - | - | - | - | - | - | **4** |
| **Всего часов** | **72** | **34** |  | **34** | **-** | **-** | **-** | **-** | **-** | **-** | **4** |

**3.2. Содержание тем программы дисциплины**

**Тема 1.** Физическая культура и спорт в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.

Физическая культура и спорт как социальный феномен современного общества. Средства и основные составляющие физической культуры. Физическая культура в профессиональной подготовке студента.

**Тема 2.** Биологические и социально-биологические основы физической культуры.

Биологические основы физической культуры. Социально-биологические основы физической культуры.

**Тема 3.** Физиологическая характеристика двигательной активности и формирования движений.

Основы здорового образа жизни студентов.Физиологические механизмы и закономерности совершенствования отдельных функциональных систем и организма в целом под воздействием направленной физической нагрузки или тренировки.

**Тема 4.** Общая и специальная физическая подготовка.

Общая физическая подготовка (ОФП). Специальная физическая подготовка. Интенсивность физических нагрузок при физической подготовке. Значение мышечной релаксации (расслабления). Организация и методика учебно-тренировочных занятий.

**Тема 5.** Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Основные методические положения самостоятельных занятий. Формы, средства и основное содержание самостоятельных занятий. Врачебный, педагогический контроль и самоконтроль при занятиях физическими упражнениями и спортом.

**Тема 6.** Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов и специалистов.

Общие положения профессионально-прикладной физической подготовки студентов. Методические основы производственной физической культуры. Влияние условий труда и быта специалиста на выбор форм, методов и средств ПФК. Физическая культура и спорт в свободное время специалистов. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.

**3.3. Формы и методы проведения занятий, применяемые учебные технологии**

В процессе преподавания дисциплины используются традиционные технологии наряду с активными и интерактивными технологиями.

*Учебные технологии, используемые в образовательном процессе*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Раздел дисциплины | Семестр | Используемые активные/интерактивные образовательные технологии | Количество часов |
| Физиологическая характеристика двигательной активности и формирования движений: основы здорового образа жизни студентов | 1 | Учение через обучение | 2 |
| Физиологическая характеристика двигательной активности и формирования движений: определение индивидуального уровня здоровья | 1 | Ротация | 2 |
| Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов и специалистов | 2 | Паззл | 4 |
| Итого: |  |  | 8 |

Метод кооперативного обучения «Учение через обучение» реализуется при изучении новой темы, педагог распределяет материал малыми дозами между студентами (4-5 чел.), которые готовятся к его объяснению с использованием презентаций, доносят материал до обучающихся, по ходу задавая вопросы на понимание материала и обобщая работу, проводят экспресс-тестирование. Данный метод позволяет научить студентов учиться и передавать свои знания, повысить активность обучающихся, осознанность полученных знаний, определить какой материал (фрагменты) были освоены лучше (тема «Основы здорового образа жизни студентов»).

Метод «Ротация» организуется в малых группах в нескольких рабочих зонах, по мере выполнения задания происходит ротация по рабочим зонам и в конце подводится итог проделанной работы. В результате активизируется деятельность студентов, материал интенсивно прорабатывается (тема «Определение индивидуального уровня здоровья»).

Метод кооперативного обучения *«Паззл»* для выполнения проверочной работы реализуется через создание экспертов по 3 человека в группе, которые самостоятельно вне аудитории готовят материал по трем смысловым фрагментам, затем встречаются в аудитории, обсуждают подобранный материал в своей группе, затем обмениваются мнениями по своим смысловым фрагментам с экспертами других групп, возвращаются в свою группу и дорабатывают проверочную работу, обогащая ее новыми сведениями. Благодаря этому методу студенты учатся работать в команде, повышается позитивная ответственность, углубленное изучение материала, обогащение его разнообразными сведениями (тема «Комплекс мероприятий оздоровительно-профилактической направленности с учетом будущей профессии».

**4. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы[[2]](#footnote-3) обучающихся по дисциплине**

**Содержание СРС**(2 семестр)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование раздела (темы) дисциплины | Вид СРС | Трудо-  емкость (в часах) | Формы и методы контроля |
| 1 | Комплекс мероприятий оздоровительно-профилактической направленности с учетом будущей профессиональной деятельности (к теме 6) | Индивидуальное задание | 4 | Анализ теоретического материала, выполненияиндивидуального задания, текущая проверка знаний (внеауд.СРС) |
|  | Всего часов |  | 4 |  |

**Самостоятельная внеаудиторная работа** студентов включает письменную проработку разделов темы, обязательной и дополнительной учебной литературы с подготовкой конспекта, выполнением практических заданий по подбору специально направленных оздоровительно-профилактических мероприятий, комплексов и видов физических упражнений для будущей профессиональной деятельности.

1. **Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

Методические указания для помощи обучающимся в успешном освоении дисциплины в соответствии с запланированными видами учебной и самостоятельной работы обучающихся находятся в читальном зале ТИ (ф) СВФУ:

1. Прокопенко Л.А. Средства и методы регулирования работоспособности студентов в отдельные периоды учебного года // Методические рекомендации к выполнению заданий методико-практического раздела дисциплины «Физическая культура» студентов первого курса всех направлений и специальностей (очной формы обучения). - ТИ (ф) СВФУ, 2014. – 40 с. (к теме 1).
2. Хода Л.Д. Социально-биологические основы адаптации человека к физической и умственной деятельности, факторам среды обитания // Методические рекомендации к выполнению заданий методико-практического раздела дисциплины «Физическая культура» студентов первого курса (очной формы обучения). - ТИ (ф) СВФУ, 2013. – 44 с. (к теме 2).
3. Прокопенко Л.А. Методы оценки уровня здоровья и функционального состояния организма // Методические рекомендации для студентов высших учебных заведений к дисциплине «Физическая культура». - ТИ (ф) СВФУ, 2017. – 41 с. (к теме 3).
4. Хода Л.Д. Физкультурное занятие // Методические рекомендации к семинарским занятиям дисциплины «Физическая культура» для студентов очной формы обучения. - ТИ (ф) СВФУ, 2015. – 51 с. (к теме 4).
5. Прокопенко Л.А. Методы оценки и средства коррекции осанки и телосложения студентов // Методические рекомендации к выполнению проверочных работ по дисциплине «Физическая культура» для студентов высших учебных заведений (очная и заочная форма обучения). - ТИ (ф) СВФУ, 2017. – 47 с. (к теме 5).
6. Прокопенко Л.А. Профессионально-прикладная физическая подготовка будущих специалистов // Методические рекомендации к выполнению проверочных заданий дисциплины «Физическая культура» для студентов всех направлений и специальностей (очной и заочной формы обучения). - ТИ (ф) СВФУ, 2015. – 48 с. (к теме 6).

Методические рекомендации по выполнению индивидуального задания:

1. Хода Л.Д., Новичихина Е.В., Боровская Л.М. Физическая культура: учебно-методическое пособие. - ТИ (ф) СВФУ, 2011. – 90 с.

*Требования к индивидуальному заданию:*

**1. Индивидуальное задание**должна быть выполнено в программе MicrosoftOfficeWord в одном файле. Формат А4, книжная ориентация.

**2. В структуру** должны входить: титульный лист с названием министерства, учреждения, на базе которого идет обучение, название работы, ФИО автора, преподавателя; план с указанием страниц; введение (краткое), основная часть, выводы или заключение, список литературы, приложения.

**3. Оформление:**

**3.1. Объем** от 5 до 7 страниц А4 формата, основное содержание статьи и список литературы (шрифт - 14 TimesNewRoman, интервал – 1.5, поля: слева – 2,5 см, справа – 1 см, верх, низ – 2 см), включая таблицы, рисунки, список литературы, приложения.

**3.2. Список литературы** – не менее 3 источников. Список литературы должен минимум на 70% состоять из работ, опубликованных за последние 10 лет.

Методические рекомендации размещены в СДО Moodle:

http://moodle.nfygu.ru/course/view.php?id=4124

**Рейтинговый регламент по дисциплине:**

*1,2 семестры*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *№* | Вид выполняемой учебной работы  (контролирующие материалы) | Количество баллов (min) | Количество баллов (max) |
|  | Семестр 1 |  |  |
| 1 | Подготовка конспекта | 4 х 5 б. = 20 б. | 4 х 10б. = 40 б. |
| 2 | Проверочные работы на практических занятиях | 5 х 8 б.= 40 б. | 5 х 12 б.= 60 б. |
|  | **Количество баллов для получения зачета (min-max)** | **60** | **100** |
|  | Семестр 2 |  |  |
| 1 | Подготовка конспекта | 4 х 5 б. = 20 б. | 4 х 10 б. = 40 б. |
| 2 | Проверочные работы на практических занятиях | 4 х 8 б.= 32 б. | 4 х 12 б.= 48 б. |
| 3 | Индивидуальное задание | 1 х 8 б. = 8 б. | 1 х 12 б. = 12б. |
|  | **Количество баллов для получения зачета (min-max)** | **60** | **100** |

1. **Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации**

**обучающихся по дисциплине**

**6.1. Показатели, критерии и шкала оценивания**

*1, 2 семестры*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Коды оцениваемых компетенций | Показатель оценивания  (по п.1.2.РПД) | Уровни освоения | Критерии оценивания (дескрипторы) | Оценка |
| ОК-8 | Знать: научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни.  Уметь: использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни.  Владеть: способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. | Освоено | Демонстрирует знания по теме, дает развернутый ответ на поставленный вопрос, раскрывает основные методические положения вопросов на практических занятиях.  Поверочные работы и индивидуальное задание выполнены в соответствии с требованиями к их подготовке. | зачтено |
|  |  |
| Не освоены | Ответы по теме имеют ошибки, изложение нелогично. Отсутствуют методические положения.  *или* Отказ от ответа. Поверочные работы, индивидуальное задание не выполнены или выполнены не в полном объеме. | Не зачтено |

**6.2. Типовые контрольные задания (вопросы) для промежуточной аттестации**

В рамках дисциплины осуществляется промежуточный контроль в форме зачета (выставляется по итогам набранных баллов).

В соответствии с п. 5.13 Положения о балльно-рейтинговой системе в СВФУ (утвержденный приказом ректором СВФУ от 21.02.2018 г.), зачет «ставится при наборе 60 баллов». Таким образом, процедура зачета не предусмотрена.

В период освоения дисциплины студенты посещают лекционные занятия, готовят конспекты, изучают дополнительный теоретический материал. На практических (семинарских) занятиях участвуют в устном фронтальном опросе, выполняют проверочные работы. Самостоятельная работа студентов включает выполнение индивидуального задания.

Критериями для оценки результатов работы студента являются: сформированностьобщеучебных умений, владение теоретическими положениями по темам, знание терминологии, умение использовать теоретические знания при выполнении проверочных работ, практических заданий, обоснованность и четкость изложения ответов, логичность выводов.

Текущие аттестации в каждом семестре для контроля знаний, умений и навыков включают подготовку конспектов и устные ответы на вопросы по изучаемым темам; подготовку проверочных работ с выполнением практических заданий; в 4-ом семестре выполнение индивидуального задания.

**6.2.2. Подготовка конспекта** предполагает проработку теоретических вопросов, составление конспекта и ответы на вопросы преподавателя по изучаемой теме на практических занятиях.

Темы для подготовки конспектов практических (семинарских) занятий:

**1 семестр**

Тема 1.1.Особенности учебной деятельности студентов. Формы гигиенической гимнастики. Производственная гимнастика для профилактики утомления студента в режиме учебного дня.

Тема 1.2. Применение средств физической культуры и спорта в экзаменационный период и в свободное время студентов.

Тема 2. Действие самомассажа на системы организма, общие противопоказания к самомассажу и правила самомассажа.

Тема 3. Здоровье человека как индивида. Характеристика физического, психического и социального здоровья.

**2 семестр**

Тема 4.1. Структура физкультурного занятия. Задачи и содержание подготовительной, основной и заключительной частей занятия.

Тема 4.2. Классификация общеразвивающих упражнений. Гимнастическая терминология. Методика составления и проведения комплекса общеразвивающих упражнений.

Тема 5. Методы оценки осанки и телосложения. Средства коррекции осанки и телосложения студентов.

Тема 6. Характеристика профессии в связи с задачами профессионально-прикладной физической подготовки.

Требования: конспект содержит основной теоретический материал, обоснованность и четкость изложения ответа.

**Критерии оценки подготовки конспекта:**

**10 баллов**- конспект содержит основной теоретический материал. Работа студента характеризуется смысловой цельностью, связностью, четкостью и последовательностью изложения, дается развернутые ответы на поставленные вопросы.

**9-8 баллов** – конспект содержит основной теоретический материал. Работа студента характеризуется смысловой цельностью; изложение материала недостаточно четко. Фактических ошибок, связанных с пониманием проблемы, нет.

**7-6 баллов** – конспект содержит краткое освещение теоретического материала. Студент допускает ошибки при объяснении смысла или содержания вопроса, недостаточно четкости и полноты изложения.

**5 баллов** – конспект содержит краткое освещение теоретического материала,студент на заданные вопросы отвечает нечетко и неполно.

**6.2.3. Проверочная работа**проверяет знания студентов по изученной теме. Представляет собой задания, направленные на проверку знаний и навыков практического их применения.

**1 семестр**

Проверочная работа №1 «Средства и методы регулирования работоспособности студентов в отдельные периоды учебного года».

Проверочная работа № 2 «Комплексное применениеприемов самомассажа».

Проверочная работа № 3 «Комплекс упражнений мышечной релаксации».

Проверочная работа № 4 «Расчет двигательной активности и суточных энерготрат».

Проверочная работа № 5«Определение индивидуального уровня здоровья».

**2 семестр**

Проверочная работа № 6 «Конспект учебно-тренировочного занятия по избранному виду спорта».

Проверочная работа № 7 «Оценка осанки и телосложения. Комплекс упражнений для коррекции осанки и телосложения студентов».

Проверочная работа № 8 «Дневник самоконтроля».

Проверочная работа № 9 «Профессиограмма. Виды спорта и упражнения ППФП».

Требования к проверочным работам: правильность оформления, правильность выполнения задания; методическая грамотность в подборе физических упражнений, тестов, проб мероприятий; точность математических расчетов; правильность методики проведения упражнений; грамотность сделанных выводов.

**Критерии оценки проверочной работы:** 12 баллов – работа соответствует всем требованиям; 11-10 баллов – имеются неточности в оформлении работы; 9-8 баллов - имеются неточности в математическом расчете или отсутствуют выводы, допущены ошибки, выполнена не в полном объеме.

**6.2.4.Индивидуальное задание**студентов включает подготовку конспекта, выполнение практических заданий по подбору специально направленных оздоровительно-профилактических мероприятий, комплексов и видов физических упражнений для будущей профессиональной деятельности.

Тема индивидуального задания«Комплекс мероприятий оздоровительно-профилактической направленности с учетом будущей профессиональной деятельности».

Требования: правильность оформления, конспект содержит основной теоретический материал, обоснованность и четкость изложения вопросов; точность выполнения заданий; методическая грамотность в подборе мероприятий, комплексов и видов физических упражнений; логичность сделанных выводов.

**Критерии оценки индивидуального задания:**

12 баллов – работа соответствует всем требованиям: правильно оформлена;в конспекте раскрывается основной теоретический материал, прослеживается смысловая цельность, связность, четкость и последовательность, даются развернутые ответы на поставленные вопросы; задания точно выполнены; отмечается методическая грамотность в подборе мероприятий и видов физических упражнений; вывод логичны.

11-10 баллов – работа в основном соответствует требованиям; конспект содержит теоретический, осмысленный материал,недостаточно полноты материала; имеются ошибки и неточности в отдельных требованиях по оформлению и выполнению заданий; выводы логичны.

9-8 баллов -работа выполнена не в полном объеме; конспект содержит краткое освещение теоретического материала, допущены ошибки в логике освещения материала и выводах; имеются неточности и ошибки при выполнении заданий, не выдержаны методические требования,неправильно оформлена, работа сдана не в срок.

В случае грубых ошибок и недостаточного объема работа отдается студенту на доработку и исправление ошибок.

* 1. **Методические материалы, определяющие процедуры оценивания**

1, 2 семестры

|  |  |
| --- | --- |
| **Характеристики процедуры** |  |
| Вид процедуры | зачет по БРС |
| Цель процедуры | выявить степень сформированности компетенции ОК-8 |
| Локальные акты вуза, регламентирующие проведение процедуры | Положение о проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся СВФУ, версия 2.0, утверждено ректором СВФУ 15.03.2016 г.  [Положение о балльно-рейтинговой системе в СВФУ,версия 4.0,утверждено 21.02.2018 г.](http://nti.s-vfu.ru/downloads/doc/pol_BRS_04.pdf) |
| Субъекты, на которых направлена процедура | студенты 1 курса специалитета |
| Период проведения процедуры | Зимняя экзаменационная сессия / Летняя экзаменационная сессия |
| Требования к помещениям и материально-техническим средствам | - |
| Требования к банку оценочных средств | - |
| Описание проведения процедуры | процедура зачета не предусмотрена |
| Шкалы оценивания результатов | шкала оценивания результатов приведена в п.6.1. РПД |
| Результаты процедуры | Для получения зачета студент должен набрать не менее 60 баллов. |

**7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины[[3]](#footnote-4)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной литературы, вид и характеристика иных информационных ресурсов | Наличие грифа, вид грифа | Библиотека ТИ (ф) СВФУ, кол-во экземпляров | Электронные издания: точка доступа к ресурсу (наименование ЭБС, ЭБ СВФУ) | Количество студентов |
| Основная литература[[4]](#footnote-5) | | | | |  |
| 1 | Физическая культура студента и жизнь: учебник / В.И. Ильинич. - М.: Гардарики, 2010 | УМО РФ | 17 | - | 22 |
| 2 | Чертов Н.В. Физическая культура: учебное пособие. - Ростов: Изд-во Южного федерального университета, 2012 | - |  | <http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=241131&sr=1> | 22 |
| Дополнительная литература | | | | |  |
| 1 | Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник. 2009. |  | 1 | - | 22 |
| 2 | Солодков А.С., Сологуб Е.Б. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная. Учебник. 2012. | УМО РФ | 1 |  | 22 |
| 3 | Зациорский В.М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания. 2009. |  | 1 |  | 22 |

**8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее сеть-Интернет), необходимых для освоения дисциплины**

1. Электронная информационно-образовательная среда «Moodle»:

<http://moodle.nfygu.ru/course/view.php?id=7942> (ОГР-18) <http://moodle.nfygu.ru/course/view.php?id=4124> (кафедра ОД)

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Виды учебных занятий\*** | **Наименование аудиторий, кабинетов, лабораторий и пр.** | **Перечень оборудования** |
| 1. | Лекционные и семинарские занятия | Мультимедийный кабинет:  Ауд. 01 с/к «Олимп» | интерактивная доска, ноутбук, мультимедийный проектор |
| 2. | Подготовка к СРС | Кабинет для СРС № 402 АУК | Компьютер, доступ к интернет |

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

10.1. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине[[5]](#footnote-6)

При осуществлении образовательного процесса по дисциплине используются следующие информационные технологии:

- использование на занятиях электронных изданий (чтение лекций с использованием слайд-презентаций, электронного учебного пособия);

- организация взаимодействия с обучающимися посредством СДО Moodle.

10.2. Перечень программного обеспечения

-

10.3. Перечень информационных справочных систем

Не используются.

**ЛИСТ АКТУАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

**Б1.Б.04 Физическая культура и спорт**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Учебный год | Внесенные изменения | Преподаватель (ФИО) | Протокол заседания выпускающей кафедры (дата,номер), ФИО зав.кафедрой, подпись |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

*В таблице указывается только характер изменений (например, изменение темы, списка источников по теме или темам, средств промежуточного контроля) с указанием пунктов рабочей программы. Само содержание изменений оформляется приложением по сквозной нумерации.*

1. Указывается, если в аннотации образовательной программы по позиции «Сведения о применении дистанционных технологий и электронного обучения» указан ответ «да». [↑](#footnote-ref-2)
2. Самостоятельная работа студента может быть внеаудиторной (выполняется студентом самостоятельно без участия преподавателя – например, подготовка конспектов, выполнение письменных работ и др.) и аудиторной (выполняется студентом в аудитории самостоятельно под руководством преподавателя – например, лабораторная или практическая работа). [↑](#footnote-ref-3)
3. Для удобства проведения ежегодного обновления перечня основной и дополнительной учебной литературы рекомендуется размещать раздел 7 на отдельном листе,с обязательной отметкой в Учебной библиотеке. [↑](#footnote-ref-4)
4. Рекомендуется указывать не более 3-5 источников (с грифами). [↑](#footnote-ref-5)
5. В перечне могут быть указаны такие информационные технологии, как использование на занятиях электронных изданий (чтение лекций с использованием слайд-презентаций, электронного курса лекций, графических объектов, видео- аудио- материалов (через Интернет), виртуальных лабораторий, практикумов), специализированных и офисных программ, информационных (справочных) систем, баз данных, организация взаимодействия с обучающимися посредством электронной почты, форумов, Интернет-групп, скайп, чаты, видеоконференцсвязь, компьютерное тестирование, дистанционные занятия (олимпиады, конференции), вебинар (семинар, организованный через Интернет), подготовка проектов сиспользованием электронного офиса или оболочки) и т.п. [↑](#footnote-ref-6)