

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Рукович Александр Владимирович

Должность: Директор

Дата подписания: 02.06.2025 15:03:31

Уникальный программный ключ:

f45eb7c44954caac05ea7d4f32eb8d7d0b5eb90aebd9b4bda07c4afddab7051

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования

«СЕВЕРО-ВОСТОЧНЫЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ М.К. АММОСОВА»

Технический институт (филиал) ФГАОУ ВО «СВФУ» в г. Нерюнгри

Кафедра экономических, гуманитарных и общеобразовательных дисциплин

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.О.05 Физическая культура и спорт

для программы бакалавриата

по направлению подготовки 38.03.01 - Экономика

Направленность (профиль) программы: Экономика предприятия

Форма обучения: очно-заочная

Автор(ы): Прокопенко Л.А., к.пед.н., доцент кафедры ЭГиОД, larisana4@mail.ru

| | | |
|---|---|--|
| РЕКОМЕНДОВАНО Заведующий кафедрой ЭГиОД _____/ Ахмедов Т.А. протокол № 9 от 02.04.2025 г. | ОДОБРЕНО Заведующий кафедрой ЭГиОД _____/ Ахмедов Т.А. протокол № 9 от 02.04.2025 г. | ПРОВЕРЕНО Нормоконтроль в составе ОПОП пройден Специалист УМО _____/ Бензиевская К.А. 22.04.2025 г. |
| Рекомендовано к утверждению в составе ОПОП Председатель УМС _____/ Ядреева Л.Д. протокол УМС № 9 от 24.04.2025 г. | | Зав. библиотекой _____/ Емельянова К.Н. 21.04.2025 г. |



Нерюнгри, 2025
ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат 282e0b77c015f2882407c5eb65e7822a198ac29e
Владелец Рукович Александр Владимирович
Действителен с 26.02.2024 по 21.05.2025

1. АННОТАЦИЯ

к рабочей программе дисциплины Б1.О.05 Физическая культура и спорт

Трудоемкость 2 з.е.

1.1. Цель освоения и краткое содержание дисциплины

Цель освоения дисциплины «Физическая культура и спорт» - 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: Физическая культура и спорт в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. Биологические и социально-биологические основы физической культуры. Физиологическая характеристика двигательной активности и формирования движений. Образ жизни и его отражение в профессиональной деятельности. Общая и специальная физическая подготовка. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов и специалистов.

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

| Наименование категории (группы) компетенций | Планируемые результаты освоения программы (код и содержание компетенции) | Индикаторы достижения компетенций | Планируемые результаты обучения по дисциплине | Оценочные средства |
|---|--|---|---|--|
| Универсальные компетенции | УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | 1. Обосновывает выбор здоровьесберегающей технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности (УК-7.1). 2. Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности (УК-7.2). 3. Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности (УК-7.3). 4. Устанавливает соответствие выбранных средств и методов укрепления здоровья, физического самосовершенствования | - <i>Знать</i> значение физической культуры и спорта в жизнедеятельности человека; закономерности совершенствования отдельных функциональных систем и организма в целом под воздействием направленной физической нагрузки или тренировки; факторы, определяющие здоровье человека, составляющие здорового образа жизни; методические основы физического воспитания и специальной подготовки; способы контроля и оценки индивидуального уровня здоровья. - <i>Уметь</i> осуществлять подбор средств и методов оздоровительно-профилактической направленности для регулирования работоспособности в рабочее и свободное время; подбор средств для поддержания здорового образа жизни; развития основных и специальных качеств для избранной специальности; | Подготовка конспекта, проверочные работы |

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | показателям уровня физической подготовленности (УК-7.4). 5. Определяет готовность к выполнению нормативных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО (УК-7.5). | уметь использовать полученные знания в пропаганде здорового образа жизни, в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности. - Владеть методами самодиагностики, самооценки и самокоррекции физического состояния; методами регулирования нагрузки в самостоятельных занятиях; методами поддержания здоровья, должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. | |
|--|--|--|--|--|

1.3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

| Индекс | Наименование дисциплины (модуля) | 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.О.05 | Физическая культура и спорт | 1 | Знания, умения и компетенции, полученные в среднем общеобразовательном учебном заведении. | Б1.О.04.01 Безопасность жизнедеятельности. Б3.01(Д) Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы |

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. ЭК-25(5)_ОЗО):

| | | |
|---|-------------------------------------|--|
| Код и название дисциплины по учебному плану | Б1.О.05 Физическая культура и спорт | |
| Курс изучения | 1 | |
| Семестр(ы) изучения | 1 | |
| Форма промежуточной аттестации (зачет/экзамен) | 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 , в часах |
| Объем работы (в часах) (1.1.+1.2.+1.3.): | 18 | - |
| 1.1. Занятия лекционного типа (лекции) | 8 | - |
| 1.2. Занятия семинарского типа, всего, в т.ч.: | - | - |
| - семинары (практические занятия, коллоквиумы и т.п.) | 7 | - |
| - лабораторные работы | - | - |
| - практикумы | - | - |
| 1.3. КСР (контроль самостоятельной работы, консультации) | 3 | - |
| №2. Самостоятельная работа обучающихся (СРС) (в часах) | 54 | |
| №3. Количество часов на зачет (экзамен) (при наличии экзамена в учебном плане) | | |

¹Указывается, если в аннотации образовательной программы по позиции «Сведения о применении дистанционных технологий и электронного обучения» указан ответ «да».

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

| Раздел | Всего часов | Контактная работа, в часах | | | | | | | | | Часы СРС |
|---|-------------|----------------------------|-------------------------------|--|-------------------------------|---------------------|-------------------------------|------------|-------------------------------|--------------------|-----------|
| | | Лекции | из них с применением ЭО и ЛОТ | Семинары (практические занятия, коллоквиумы) | из них с применением ЭО и ЛОТ | Лабораторные работы | из них с применением ЭО и ЛОТ | Практикумы | из них с применением ЭО и ЛОТ | КСР (консультации) | |
| 1 семестр | | | | | | | | | | | |
| Физическая культура и спорт в общекультурной и профессиональной подготовке студентов (тема 1) | 8 | 1 | - | 1 | - | - | - | - | - | - | 6 |
| Биологические и социально-биологические основы физической культуры (тема 2) | 18 | 2 | - | 2 | - | - | - | - | - | - | 14 |
| Образ жизни и его отражение в профессиональной деятельности (тема 3) | 9 | 1 | - | 1 | - | - | - | - | - | - | 7 |
| Общая и специальная физическая подготовка (тема 4) | 10 | 1 | - | 1 | - | - | - | - | - | 1 | 7 |
| Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями (тема 5) | 11 | 1 | - | 1 | - | - | - | - | - | 1 | 8 |
| Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов и специалистов (тема 6) | 16 | 2 | - | 1 | - | - | - | - | - | 1 | 12 |
| Итого 1 семестр | 72 | 8 | | 7 | | | | | | 3 | 54 |
| Всего часов | 72 | 8 | | 7 | - | - | - | - | - | 3 | 54 |

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. Физиологические механизмы и закономерности совершенствования отдельных функциональных систем и организма в целом под воздействием направленной физической нагрузки или тренировки. Физиологическая характеристика двигательной активности и формирования движений.

Тема 3. Образ жизни и его отражение в профессиональной деятельности

Основы здорового образа жизни студентов. Здоровый образ жизни и его составляющие.

Тема 4. Общая и специальная физическая подготовка

Общая физическая подготовка (ОФП). Специальная физическая подготовка. Интенсивность физических нагрузок при физической подготовке. 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 классно-урочной системы, в ходе которой так же применяются лекции-презентации с использованием мультимедийных технологий.

4. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы² обучающихся по дисциплине

| № | Наименование раздела (темы) дисциплины | Вид СРС | Трудо-емкость (в часах) | Формы и методы контроля |
|---|---|---|-------------------------|---|
| 1 | Физическая культура и спорт в общекультурной и профессиональной подготовке студентов (тема 1) | Подготовка конспекта. Проверочная работа 1 | 6 | Анализ теоретического материала, выполнения практических заданий (внеауд.СРС) |
| 2 | Биологические и социально-биологические основы физической | Подготовка конспекта. Проверочные работы 2-4 | 14 | Анализ теоретического материала, выполнения практических заданий |

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).

| | | | | |
|---|--|--|----|---|
| | культуры (тема 2) | | | (внеауд.СРС) |
| 3 | Образ жизни и его отражение в профессиональной деятельности (тема 3) | Подготовка конспекта. Проверочная работа 5 | 7 | Анализ теоретического материала, выполнения практических заданий (внеауд.СРС) |
| 4 | Общая и специальная физическая подготовка (тема 4) | Подготовка конспекта. Проверочная работа 6 | 7 | Анализ теоретического материала, выполнения практических заданий (внеауд.СРС) |
| 5 | Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями (тема 5) | Подготовка конспекта. Проверочные работы 7-8 | 8 | Анализ теоретического материала, выполнения практических заданий (внеауд.СРС) |
| 6 | Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов и специалистов (тема 6) | Подготовка конспекта. Проверочные работы 9-10 | 12 | Анализ теоретического материала, выполнения практических заданий (внеауд.СРС) |
| | Всего часов | | 54 | |

5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

В период освоения дисциплины студенты посещают лекционные и практические (семинарские) занятия. На практических (семинарских) занятиях участвуют в устном фронтальном опросе, выполняют как письменные проверочные работы, так и практические задания по определению уровня здоровья, физической подготовленности, по подбору средств и методов, направленных на формирование здорового образа жизни и укрепление здоровья.

Самостоятельная работа студентов включает проработку разделов тем, обязательной и дополнительной учебной литературы, методических указаний и рекомендаций, подготовку конспектов к практическим (семинарским) занятиям, выполнение проверочных работ.

Критериями для оценки результатов работы студента являются: сформированность общеучебных 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.

Методические указания для помощи обучающимся в успешном освоении дисциплины в соответствии с запланированными видами учебной и самостоятельной работы обучающихся размещены в СДО Moodle: <http://moodle.nfygu.ru/course/view.php?id=12958>

Рейтинговый регламент по дисциплине:

1 семестр

| № | Вид выполняемой учебной работы (контролирующие мероприятия) | Количество баллов (min) | Количество баллов (max) |
|---|--|----------------------------|----------------------------|
| 1 | Подготовка конспекта | 30 | 50 |
| 2 | Проверочные работы | 30 | 50 |
| | Итого: | 60 б. | 100 б. |

6. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

6.1. Показатели, критерии и шкала оценивания

| Коды оцениваемых компетен | Индикаторы достижения компетенций | Показатель оценивания (по п.1.2. РПД) | Шкалы оценивания уровня сформированности компетенций/элементов компетенций | | |
|---------------------------|-----------------------------------|--|--|----------|--------|
| | | | Уровни | Критерии | Оценка |
| | | | | | |

| ций | | | освоения | оценивания (дескрипторы) | |
|------|--|--|------------|---|------------|
| УК-7 | <p>Обосновывает выбор здоровьесберегающей технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности (УК-7.1).</p> <p>Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности (УК-7.2).</p> <p>Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности (УК-7.3).</p> <p>Устанавливает соответствие выбранных средств и методов укрепления здоровья, физического самосовершенствования показателям уровня физической подготовленности (УК-7.4).</p> <p>Определяет готовность к выполнению нормативных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО (УК-7.5).</p> | <p>- <i>Знать</i> значение физической культуры и спорта в жизнедеятельности человека; закономерности совершенствования отдельных функциональных систем и организма в целом под воздействием направленной физической нагрузки или тренировки; факторы, определяющие здоровье человека, составляющие здорового образа жизни; методические основы физического воспитания и специальной подготовки; способы контроля и оценки индивидуального уровня здоровья.</p> <p>- <i>Уметь</i> осуществлять подбор средств и методов оздоровительно-профилактической направленности для регулирования работоспособности в рабочее и свободное время; подбор средств для поддержания здорового образа жизни; развития основных и специальных качеств для избранной специальности; уметь использовать полученные знания в пропаганде здорового образа жизни, в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности.</p> <p>- <i>Владеть</i> методами самодиагностики, самооценки и самокоррекции физического состояния; методами регулирования нагрузки в самостоятельных занятиях; методами поддержания здоровья, должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p> | Освоено | По общей сумме баллов за различные формы СРС студент набрал 60 баллов и более | Зачтено |
| | | | Не освоено | По общей сумме баллов за различные формы СРС студент набрал менее 60 баллов | Не зачтено |

6.2. Типовые контрольные задания (вопросы) для промежуточной аттестации

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

Темы для подготовки конспектов:

К теме 1. Особенности учебной деятельности студентов. Формы гигиенической гимнастики. Производственная гимнастика для профилактики утомления студента в режиме учебного дня. Применение средств физической культуры и спорта в экзаменационный период и в свободное время студентов.

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

К теме 3. Часть 1. Основы здорового образа жизни. Факторы здоровья, ЗОЖ, содержание и критерии ЗОЖ.

К теме 3. Часть 2. Здоровье человека как индивида. Характеристика физического, психического и социального здоровья.

К теме 4. Часть 1. Структура физкультурного занятия. Задачи и содержание подготовительной, основной и заключительной частей занятия.

К теме 4. Часть 2. Древние и современные Олимпийские игры.

К теме 5. Осанка и телосложение. Соматоскопия.

К теме 6. Особенности умственного труда и задачи ППФП для развития психофизических качеств.

Требования: конспект содержит основной теоретический материал, изложение ответа обоснованное и четкое.

Критерии оценки подготовки конспекта:

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

4 балла – конспект содержит основной теоретический материал. Работа студента характеризуется смысловой цельностью; изложение материала недостаточно четко. Фактических ошибок, связанных с пониманием проблемы, нет.

3 балла – конспект содержит краткое освещение теоретического материала. Студент допускает ошибки при объяснении смысла или содержания вопроса, недостаточно четкости и полноты изложения.

6.2.2. Проверочная работа проверяет знания студентов по изученной теме.

Представляет собой задания, направленные на проверку знаний и навыков практического их применения.

Проверочная работа №1 «Оценка индивидуального уровня физической подготовленности».

Проверочная работа № 2 «Комплексное применение приемов самомассажа для отдельных частей тела».

Проверочная работа № 3 «Комплекс упражнений мышечной релаксации».

Проверочная работа № 4 «Расчеты суточных энергозатрат и энергозатрат при физической нагрузке».

Проверочная работа № 5 «Определение индивидуального уровня здоровья».

Проверочная работа № 6 «Конспект учебно-тренировочного занятия по физической культуре».

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

Проверочная работа № 8 «Ведение дневника самоконтроля».

Проверочная работа № 9 «Выбор видов спорта и упражнений в соответствии с задачами ППФП для избранной специальности».

Проверочная работа № 10 «Комплекс мероприятий оздоровительно-профилактической направленности с учетом будущей профессиональной деятельности».

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:

5 баллов – работа выполнена в соответствии с методическими указаниями, все задания и расчеты соответствуют требованиям.

4 балла – работа выполнена в соответствии с методическими указаниями, имеются незначительные ошибки в методике подбора физических упражнений, тестов, проб или мероприятий, неточности в математических расчетах, работа сдана с опозданием.

3 балла - имеются существенные ошибки в методике подбора физических упражнений, тестов, проб или мероприятий, в математических расчетах, нет полноты выводов, работа сдана с опозданием.

Не оценивается – работа требует исправлений, доработок.

6.3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания

| Характеристики процедуры | |
|---|---|
| Вид процедуры | Зачет по БРС |
| Цель процедуры | выявить степень сформированности компетенции УК-7: УК-7.1; УК-7.2; УК-7.3; УК-7.4; УК-7.5 |
| Локальные акты вуза, регламентирующие проведение процедуры | Положение о проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся СВФУ, версия 3.0, утверждено ректором СВФУ 19.02.2019 г. Положение о балльно-рейтинговой системе в СВФУ, версия 4.0, утверждено 21.02.2018 г. |
| Субъекты, на которых направлена процедура | студенты 1 курса очно-заочного отделения |
| Период проведения процедуры | зимняя экзаменационная сессия |
| Требования к помещениям и материально-техническим средствам | - |
| Требования к банку оценочных средств | - |
| Описание проведения процедуры | В соответствии с п. 5.13 Положения о балльно-рейтинговой системе в СВФУ (утвержденный приказом ректором СВФУ 21.02.2018 г.), зачет «ставится при наборе не менее 60 баллов». Таким образом, 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 электронных и печатных учебных изданий

| № | Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной литературы, вид и характеристика иных информационных ресурсов | Печатные издания: наличие в НБ ТИ (ф) СВФУ, кафедральная библиотека и кол-во экземпляров | Электронные издания: точка доступа к ресурсу (наименование ЭБС, ЭБ СВФУ) |
|----------------------------------|---|---|--|
| Основная литература | | | |
| 1 | Физическая культура студента и жизнь: учебник / В.И. Ильинич. - М.: Гардарики, 2010 УМО РФ | 17 | |
| 2 | Физическая культура и спорт: учебное пособие / А. В. Зюкин, В. С. Кунарев, А. Н. Дитятин [и др.]; под редакцией А. В. Зюкина, Л. Н. Шелковой, М. В. Габова. – Санкт-Петербург: Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена, 2019. – 372 с. – Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/98630.html | - | ЭБС IPR SMART |
| 3 | Физическая культура и спорт: учебник для обучающихся бакалавриата и специалитета по всем УГСН, реализуемым НИУ МГСУ / В. А. Никишкин, Н.Н. Бумарскова, С. И. Крамской [и др.]. — Москва: МИСИ-МГСУ, ЭБС АСВ, 2021. — 380 с. — ISBN 978-5-7264-2861-1. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/110339.html Рекомендовано УМС НИУ МГСУ | - | ЭБС IPR SMART |
| Дополнительная литература | | | |
| 1 | Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник. 2009. | 10 | - |
| 2 | Солодков А.С., Сологуб Е.Б. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная. Учебник. 2012. УМО РФ | 10 | - |
| 3 | Зациорский В.М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания. 2009. | 5 | - |
| 4 | Кислицын Ю.Л. Физическая культура и спорт в социально-биологической адаптации студентов: справочное пособие. – Москва: Российский университет дружбы народов, 2013. – 228 с. – Текст: электронный //Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. – URL: https://www.iprbookshop.ru/22226.html | - | ЭБС IPR SMART |
| 5 | Парыгина О.В. Теория физической культуры и спорта: учебное пособие. – Москва: Московская государственная академия водного транспорта, 2019. – 131 с. – Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/97326.html | - | ЭБС IPR SMART |
| 6 | Физическая культура и спорт в современных профессиях: учебное пособие. – Саратов: Вузовское образование, 2022. – 261 с. – Текст: электронный //Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/116615.html | - | ЭБС IPR SMART |

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=12958>

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 | 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 дисциплине³

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

- MS WORD, MS PowerPoint.

10.3. Перечень информационных справочных систем

Не используются.

³В 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 с использованием электронного офиса или оболочки) и т.п.

