

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Невинномысский технологический институт (филиал) СКФУ

УТВЕРЖДАЮ

И.о директора НТИ (филиал) СКФУ

_____ В.В Кузьменко

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Физическая культура и спорт
(Электронный документ)

| | |
|-------------------------|---|
| Направление подготовки | 15.03.04 Автоматизация технологических процессов и производств |
| Профиль | Информационно-управляющие системы |
| Квалификация выпускника | Бакалавр |
| Форма обучения | очная |
| Год начала обучения | 2020 |
| Изучается | 1,2 семестры |

1. Цель и задачи освоения дисциплины

Целью физического воспитания студентов в вузе является 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 профессиональной деятельности будущего бакалавра-инженера по направлению подготовки 15.03.04 Автоматизация технологических процессов и производств. Для достижения поставленной цели предусматривается решение следующих воспитательных, образовательных, развивающих и оздоровительных задач:

- умение использовать методы и инструменты физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;
- понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- знание научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях

Физическими упражнениями и спортом;

- 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;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к базовому циклу Б1.Б.18. Ее освоение происходит в 1-2 семестре.

3. Связь с предшествующими дисциплинами

4. Связь с последующими дисциплинами

Элективные курсы по физической культуре и спорту

Государственная итоговая аттестация

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

5.1 Наименование компетенций

| Код | Формулировка |
|------|--|
| ОК-7 | способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности |

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

| Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), характеризующие этапы формирования компетенций | Формируемые компетенции |
|--|-------------------------|
| Знать: - основы физической культуры и здорового образа жизни; - способы контроля и оценки физического развития; - методы и средства физической культуры для возможности поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и пропаганды активного долголетия. | ОК-7 |
| Уметь: -использовать методы и средства физической культуры для организации и проведения, индивидуальных и коллективных физкультурно-оздоровительных занятий с целью обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и пропаганды активного долголетия. | ОК-7 |
| Владеть: - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья и физического совершенствования; - ценностями физической культуры личности для успешной социальной и профессиональной деятельности для возможности поддерживать должный уровень физической подготовленности и пропаганды здорового образа жизни. | ОК-7 |

| | | |
|------------------------|----------------|------|
| | Астр. часов | з.е |
| Объем занятий: Итого | 54.00 | 2.00 |
| В том числе аудиторных | 37.50 | |
| Из них: | | |
| Лекция | 25.50 | |
| Практическое занятие | 12.00 | |
| Самостоятельная работа | 16.50 ч. | |
| Зачет 1-2 семестр | | |

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

7.1 Тематический план дисциплины

| № | Раздел (тема) дисциплины | Реализуемые компетенции | Контактная работа обучающихся с преподавателем, часов(астр) | | | | |
|---|-----------------------------|----------------------------|--|-------------------------|------------------------|---------------------------|--------------------------------------|
| | | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные работы | Групповые консультации | Самостоятель ная работа, часов |
| 1 семестр Раздел 1. Методико-практические основы физической культуры | | | | | | | |

| | | | | | | | |
|---|---|------|------|--|--|--|--|
| 1 | Физическая культура и спорт – часть общечеловеческой культуры. | ОК-7 | 1.50 | | | | |
| 2 | Физическая культура и спорт и спорт как средства сохранения и укрепления здоровья студентов | ОК-7 | 1.50 | | | | |
| 3 | Методы и инструменты физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | ОК-7 | 1.50 | | | | |
| 4 | Развитие быстроты игровых передвижений, используя подвижные игры. | ОК-7 | 1.50 | | | | |
| 5 | Характеристика физиологических состояний организма при занятиях | ОК-7 | 1.50 | | | | |

Тема 2. Социально-биологические основы физической культуры

| | | | | | | | |
|---------------------------|--|------|------|--|--|--|------|
| 6 | Роль у упражнений и функциональные показатели тренированности организма в покое и при различных видах нагрузки. | ОК-7 | 1.50 | | | | |
| 7 | Влияние физической нагрузки на обмен веществ. | ОК-7 | 1.50 | | | | |
| 8 | Особенности воздействия нагрузки на органы пищеварения и выделения | ОК-7 | 1.50 | | | | |
| 9 | Функциональные системы организма | ОК-7 | 1.50 | | | | 1.50 |
| 10 | Мышечная система и ее функции. | ОК-7 | | | | | 1.50 |
| 11 | Физиологические системы организма.. | ОК-7 | | | | | 1.50 |
| 12 | Сердечно-сосудистая система организма. | ОК-7 | | | | | 1.50 |
| 13 | Дыхательная система организма | ОК-7 | | | | | 1.50 |
| 14 | Нервная система организма | ОК-7 | | | | | 1.50 |
| 15 | Физиологические механизмы и закономерности совершенствования отдельных систем организма под воздействием направленной физической тренировки. | ОК-7 | | | | | 1.50 |
| 16 | Воздействие природных и социально-экологических факторов на организм и жизнедеятельность человека | ОК-7 | | | | | 1.50 |
| 17 | Система пищеварения и выделения организма. | ОК-7 | | | | | 1.50 |
| ИТОГО за 1 семестр | | | 13.5 | | | | 13.5 |

2 семестр Тема 3. Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья.

| | | | | | | | |
|---|--|------|------|--|--|--|--|
| 1 | Ценностные ориентации и отношение студентов к физической культуре и спорту. | ОК-7 | 1.50 | | | | |
| 2 | Физическая культура и спорт и спорт как средство сохранения и укрепления здоровья студентов и их физического и спортивного совершенствования. Влияние производственной | ОК-7 | 1.50 | | | | |

| | | | | | | | |
|---|--|------|-------|-------|--|--|-------|
| | гимнастики на эмоциональную и физическую устойчивость персонала | | | | | | |
| 3 | Основы законодательства российской федерации о физической культуре и спорте. | ОК-7 | 1.50 | 1.50 | | | |
| 4 | Организационно-правовые основы физической культуры и спорта. | ОК-7 | | 1.50 | | | |
| 5 | Физическая культура и спорт личности | ОК-7 | | 1.50 | | | |
| 6 | Деятельностная сущность физической культуры в различных сферах жизни | ОК-7 | | 1.50 | | | |
| Тема 4. Физическая культура и спорт как социальные феномены общества | | | | | | | |
| 7 | Ценности физической культуры | ОК-7 | | 1.50 | | | |
| 8 | Физическая культура и спорт и спорт как социальные феномены общества | ОК-7 | | 1.50 | | | |
| 9 | Основы здорового образа жизни студента. | ОК-7 | | 1.50 | | | |
| 10 | Здоровье человека как ценность и факторы, его определяющие. | ОК-7 | 1.50 | | | | |
| 11 | Взаимосвязь общей культуры студента и его образа жизни. | ОК-7 | 1.50 | | | | |
| 12 | Функциональное проявления здоровья в различных сферах жизнедеятельности. | ОК-7 | 1.50 | | | | |
| 13 | Образ жизни студентов и его влияние на здоровье. | ОК-7 | 1.50 | | | | |
| 14 | Наследственность и ее влияние на здоровье. | ОК-7 | 1.50 | | | | 1.50 |
| 15 | Баскетбол. Обучение технико-тактическим действиям | ОК-7 | | 1.50 | | | |
| 16 | Профессионально-прикладная физическая подготовка студента | ОК-7 | 1.50 | | | | 1.50 |
| | ИТОГО за 2 семестр | | 12.00 | 12.00 | | | 3.00 |
| | ИТОГО | | 25.50 | 12.00 | | | 16.50 |

7.2 Наименование и содержание лекций

| № Темы дисциплины | Наименование тем дисциплины, их краткое содержание | Объем часов (астр) | Интерактивная форма проведения |
|---|--|--------------------|--------------------------------|
| 1 семестр Тема 1. Методико-практические основы физической культуры | | | |
| Тема 1. Физическая культура и спорт. Основы. Упражнения на скорость | | | |
| 1 | 1. Физическая культура – часть общечеловеческой | 1.50 | |

| | | | |
|--|---|------|--|
| | культуры. Ознакомление с основными положениями организации физической культуры в высшем учебном заведении. | | |
| 2 | 1. Методы и инструменты физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности Правила применения общеразвивающих гимнастических упражнений в движении. Повторить основы техники спринтерского бега - специальные беговые упражнения. | 1.50 | |
| 3 | 1. Роль у упражнений и функциональные показатели тренированности организма в покое и при различных видах нагрузки. | 1.50 | |
| 4 | 1. Влияние физической нагрузки на обмен веществ. Ценностные ориентации и отношение студентов к физической культуре и спорту. Физическая культура личности. | 1.50 | |
| 5 | 1. Сердечно-сосудистая система организма. (Характеристика, основные функции). | 1.50 | |
| Тема 2. Социально-биологические основы физической культуры | | | |
| 6 | Упражнения на выносливость различными методами. 1. Дыхательная система организма (Характеристика, основные функции). | 1.50 | |
| 7 | Упражнения на выносливость различными методами. 1. Система пищеварения и выделения организма. (Характеристика, основные функции). | 1.50 | |
| 8 | Упражнения на выносливость различными методами. 1. Нервная система организма. (Характеристика, основные функции). | 1.50 | |
| 9 | Упражнения на выносливость различными методами. 1. Физиологические механизмы и закономерности совершенствования отдельных систем организма под воздействием направленной физической тренировки. | 1.50 | |
| Итого за семестр | | 13.5 | |
| 2 семестр | | | |
| Тема 3. Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья. | | | |
| 10 | . Упражнения на развитие игровой ловкости, совершенствование передач в баскетболе. 1. Физическая культура и спорт как социальные феномены общества | 1.50 | |
| 11 | . Упражнения на развитие игровой ловкости, совершенствование передач в баскетболе. 1. Здоровье человека как ценность и факторы, его определяющие. | 1.50 | |
| 12 | Упражнения на развитие игровой ловкости, совершенствование передач в баскетболе. 1. Взаимосвязь общей культуры студента и его образа жизни. | 1.50 | |

| | | | |
|---|---|-------|--|
| 13 | Упражнения на развитие игровой ловкости, совершенствование передач в баскетболе. 1. Функциональное проявления здоровья в различных сферах жизнедеятельности. | 1.50 | |
| Тема 4. Физическая культура и спорт как социальные феномены общества | | | |
| 14 | Баскетбол. Теория и практика. 1. Ценностные ориентации и отношение студентов к физической культуре и спорту. | 1.50 | |
| 15 | Баскетбол. Теория и практика. 1. Физическая культура и спорт как средство сохранения и укрепления здоровья студентов и их физического и спортивного совершенствования. | 1.50 | |
| 16 | Баскетбол. Теория и практика. 1. Основы законодательства российской федерации о физической культуре и спорте. | 1.50 | |
| 17 | Баскетбол. Теория и практика. 1. Ценности физической культуры | 1.50 | |
| Итого за семестр | | 12.0 | |
| Итого | | 25.50 | |

7.3 Наименование лабораторных работ.

Не предусмотрено учебным планом

7.4 Наименование практических занятий

| № Темы дисциплины | Наименование тем практических занятий | Объем часов (астр) | Интерактивная форма проведения |
|-------------------|---|--------------------|--------------------------------|
| 2 семестр | | | |
| 1 | Практическое занятие №1 Основы законодательства российской федерации о физической культуре и спорте. Ознакомление с основными положениями организации физической культуры в высшем учебном заведении. | 1.50 | |
| 2 | Практическое занятие №2 Основы законодательства российской федерации о физической культуре и спорте. Правила применения общеразвивающих гимнастических упражнений в движении. Повторить основы техники спринтерского бега - специальные беговые упражнения. | 1.50 | |
| 3 | Практическое занятие №3 Физическая культура и спорт личности. Развитие быстроты игровых передвижений (приставной шаг, бег спиной | 1.50 | |

| | | | |
|---------------------------|--|-------|--|
| | вперед, бег с поворотами, много скоки и др.). | | |
| 4 | Практическое занятие №4 Деятельностная сущность физической культуры в различных сферах жизни Развитие силовой выносливости ног методом круговой тренировки (степ-шаг, приседания, приседания на одной ноге, выпрыгивания из приседа и др.). | 1.50 | |
| 5 | Практическое занятие №5 Ценности физической культуры. Развитие скоростно-силовых качеств методом круговой тренировки (передачи набивного мяча в парах, «двойные» прыжки на скакалке, выпрыгивания из приседа, прыжки с группировкой, челночный бег, передвижения с опорой на руки). Специальная физическая подготовка. Повторение волейбольных передач на стенку, в парах на месте и с передвижением. | 1.50 | |
| 6 | Практическое занятие №6 Физическая культура и спорт и спорт как социальные феномены общества Развитие скоростной выносливости методом круговой тренировки (прыжки на скакалке, выпрыгивание из приседа сериями, перескоки через скамейку, ч/б, приставной шаг). | 1.50 | |
| 7 | Практическое занятие №7 Ценности физической культуры Выполнение контрольного норматива: челночный бег, брюшной пресс за 60 сек. | 1.50 | |
| 8 | Практическое занятие №8 Основы здорового образа жизни студента. Общеразвивающие упражнения и их возможность применения для коррекции телосложения. быстроты игровых передвижений (приставной шаг, бег спиной вперед, бег с поворотами, много скоки и др.). | 1.50 | |
| Итого за 2 семестр | | 12.00 | |
| Итого | | 12.00 | |

7.5 Технологическая карта самостоятельной работы обучающихся

| Код реализуемой 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-7 | Подготовка к лекции | Устный отчет | Собеседование | 1.22 | 0.13 | 1.35 |
| ОК-7 | Подготовка к практическому занятию | Индивидуальное задание | Собеседование | 3.65 | 0.40 | 4.05 |

| | | | | | | |
|---------------------------|-------------------------------------|------------------------|----------------|--------------|-------------|-------------|
| ОК-7 | Самостоятельное изучение литературы | Устный отчет | Собеседование, | 7.29 | 0.81 | 8.1 |
| Итого за 1 семестр | | | | 12.16 | 1.34 | 13.5 |
| 2 Семестр | | | | | | |
| ОК-7 | Подготовка к лекции | Устный отчет | Собеседование | 0.27 | 0.03 | 0.3 |
| | Подготовка к практическому занятию | Индивидуальное задание | Собеседование | 0.81 | 0.09 | 0.9 |
| ОК-7 | Самостоятельное изучение литературы | Устный отчет | Собеседование, | 1.62 | 0.18 | 1.8 |
| Итого за 1 семестр | | | | 2.7 | 0.3 | 3 |

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

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

| Код оцениваемой компетенции | Этап формирования компетенции (№ темы) | Средства и технологии оценки | Вид контроля, аттестация | Тип контроля с использованием технических средств | Наименование оценочного средства |
|-----------------------------|--|------------------------------|--------------------------|---|----------------------------------|
| ОК-7 | 1,2,3,4 | Собеседование | Текущий | Устный | Вопросы для собеседования |
| | | Контрольное тестирование | Промежуточный | прием нормативов | Зачет |

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-7 | | | | | |
| Базовый | Знать: основы физической культуры и здорового образа жизни; - способы контроля и оценки физического развития; - методы и средства физической культуры для | Знание в недостаточном объеме основ физической культуры и здорового образа жизни; - способы контроля и оценки физического развития; - методы и средства | Поверхностное знание основ физической культуры и здорового образа жизни; способов контроля и оценки физического развития; - методов и средств физической | Знание основ физической культуры и здорового образа жизни; - способы контроля и оценки физического развития; - методы и средства физической культуры для | |

| | | | | |
|---|--|--|---|--|
| <p>возможности поддерживать должный уровень физической подготовленности и для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и пропаганды активного долголетия.</p> | <p>физической культуры для возможности поддерживать должный уровень физической подготовленности и для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и пропаганды активного долголетия.</p> | <p>культуры для возможности поддерживать должный уровень физической подготовленности и для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и пропаганды активного долголетия.</p> | <p>возможности поддерживать должный уровень физической подготовленности и для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и пропаганды активного долголетия.</p> | |
| <p>Умение использовать методы и средства физической культуры для организации и проведения, индивидуальных и коллективных физкультурно-оздоровительных занятий с целью обеспечения полноценной социальной профессиональной деятельности и пропаганды активного долголетия.</p> | <p>Недостаточное умение использовать средства и методы физического воспитания для профессионального-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни. использовать теоретические знания и методические умения, в применении разнообразных средств физической культуры, спортивной и профессионального-прикладной физической подготовки студентов; - обеспечивать необходимую двигательную активность; - поддерживать оптимальный</p> | <p>Ограниченное умение использовать средства и методы физического воспитания для профессионального-личностного развития, физического самосовершенствования</p> | <p>Умение использовать методы и средства физической культуры для организации и проведения, индивидуальных и коллективных физкультурно-оздоровительных занятий с целью обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и пропаганды активного долголетия.</p> | |

| | | | | | |
|------------|---|--|---|---|--|
| | | уровень физической и функциональной подготовленности. | | | |
| | Владение средствами и методами укрепления индивидуального здоровья и физического самосовершенствования; - ценностями физической культуры личности для успешной социальной и профессиональной деятельности для возможности поддерживать должный уровень физической подготовленности и пропаганды здорового образа жизни | Отсутствие навыков владения средствами и методами укрепления индивидуального здоровья и физического самосовершенствования; - ценностями физической культуры личности для успешной социальной и профессиональной деятельности для возможности поддерживать должный уровень физической подготовленности и пропаганды здорового образа жизни | Неуверенно владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья и физического самосовершенствования; - ценностями физической культуры личности для успешной социальной и профессиональной деятельности для возможности поддерживать должный уровень физической подготовленности и пропаганды здорового образа жизни | Владение средствами и методами укрепления индивидуального здоровья и физического самосовершенствования; - ценностями физической культуры личности для успешной социальной и профессиональной деятельности для возможности поддерживать должный уровень физической подготовленности и пропаганды здорового образа жизни; -методами использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей; целенаправленно и творчески использовать средства физической культуры и спорта для приобретения личного опыта. | |
| Повышенный | Знать основы физической культуры и здорового образа жизни; - способы | | | | Прочное знание основ физической культуры и здорового образа жизни; |

| | | | | |
|--|--|--|--|---|
| <p>контроля и оценки физического развития; - методы и средства физической культуры для возможности поддерживать должный уровень физической подготовленност и для обеспечения полноценной социальной и профессиональн ой деятельности и пропаганды активного долголетия.</p> | | | | <p>- способы контроля и оценки физического развития; - методы и средства физической культуры для возможности поддерживать должный уровень физической подготовленност и для обеспечения полноценной социальной и профессиональн ой деятельности и пропаганды активного долголетия.</p> |
| <p>Умение использовать основы физической культуры и здорового образа жизни; - способы контроля и оценки физического развития; - методы и средства физической культуры для возможности поддерживать должный уровень физической подготовленност и для обеспечения полноценной социальной и профессиональн ой деятельности и пропаганды</p> | | | | <p>Профессиональн ое умение использовать основы физической культуры и здорового образа жизни; -способы контроля и оценки физического развития; - методы и средства физической культуры для возможности поддерживать должный уровень физической подготовленност и для обеспечения полноценной социальной и профессиональн ой деятельности и пропаганды</p> |

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| активного долголетия. | | | | активного долголетия. |
| Владение средствами и методами укрепления индивидуального здоровья и физического самосовершенствования; - ценностями физической культуры личности для успешной социальной и профессиональной деятельности для возможности поддерживать должный уровень физической подготовленности и пропаганды здорового образа жизни. | | | | Уверенное владение средствами и методами укрепления индивидуального здоровья и физического самосовершенствования; - ценностями физической культуры личности для успешной социальной и профессиональной деятельности для возможности поддерживать должный уровень физической подготовленности и пропаганды здорового образа жизни. |

Описание шкалы оценивания

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

Текущий контроль

Рейтинговая оценка знаний студента

Не предусмотрена программой

Промежуточная аттестация

Промежуточная аттестация в форме зачета

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

Зачет выставляется по результатам работ в семестре, 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».

| 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, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

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

Зачет является накопительной формой отчетности и проставляется по результатам всех выполненных работ, предусмотренных программой дисциплины.

Текущий контроль обучающихся проводится преподавателями, ведущими практические занятия по дисциплине, в следующих формах:

- Самостоятельное изучение литературы
- Подготовка к практическому занятию

Критерии оценивания результатов самостоятельной работы:

приведены в Фонде оценочных средств по дисциплине

9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

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 | Изучение литературы | 1,2 | 1,2 | 1 | 1,2 |
| 2 | Подготовка к практическому занятию | 1,2 | 1,2 | 1 | 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. Туманян Г.С. Здоровый образ жизни и физическое совершенствование: Учебное пособие. - М.:
2. Быченков, С. В. Физическая культура [Электронный ресурс] : учебник для студентов высших учебных заведений / С. В. Быченков, О. В. Везеницын. — Электрон. текстовые данные. — Саратов : Вузовское образование, 2016. — 270 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/49867.html>
3. Алёшин, В. В. Физическая подготовка студента [Электронный ресурс] : учебное пособие / В. В. Алёшин, С. Ю. Татарова, В. Б. Татаров. — Электрон. текстовые данные. — М. : Научный

консультант, 2017. — 98 с. — 978-5-6040844-8-9. — Режим доступа:

<http://www.iprbookshop.ru/80802.html>

10.1.2. Перечень дополнительной литературы:

1. Передельский, А. А. Физическая культура и спорт в отражении философских и социологических наук. Социология спорта [Электронный ресурс] : учебник / А. А. Передельский. — Электрон. текстовые данные. — М. : Издательство «Спорт», 2016. — 416 с. — 978-5-906839-04-6. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/55570.html>

2. Физиологические технологии повышения работоспособности в физической культуре и спорте [Электронный ресурс] : учебное пособие / сост. И. Н. Калинина, С. Ю. Калинин. — Электрон. текстовые данные. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. — 111 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/64984.html>

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

1. Методические рекомендации для студентов по организации самостоятельной работы по дисциплине «Физическая культура и спорт» для направлений подготовки 13.03.02 Электроэнергетика и электротехника, 15.03.02 Технологические машины и оборудование, 15.03.04 Автоматизация технологических процессов и производств, 18.03.01 Химические технологии/ сост.: М.В. Должикова, А.А. Евдокимов, Е.Н. Павленко, А.И. Колдаев, А.В. Пашковский, Т.С. Чередниченко - Невинномысск: НТИ (филиал) СКФУ, 2019. - 45 с.

2. Методические указания по выполнению практических работ по дисциплине «Физическая культура» для направлений подготовки 13.03.02, 15.03.02, 18.03.01. - Невинномысск: НТИ (филиал) СКФУ, 2017 - 21 с.

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

<http://www.iprbookshop.ru> – Электронно-библиотечная система IPRbooks;

<http://window.edu.ru> – Информационная система "Единое окно доступа к образовательным ресурсам";

<http://catalog.ncfu.ru> – электронные каталоги Ассоциации электронных библиотек учебных заведений и организаций СКФО;

<https://openedu.ru> – Национальный портал онлайн обучения «Открытое образование».

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем, перечень технических средств связи для проведения видеоконференций.

При чтении лекций используется компьютерная техника, демонстрации презентационных мультимедийных материалов.

На практических занятиях студенты представляют расчеты, подготовленные ими в ходе самостоятельной работы. На лабораторных работах представляют отчеты, подготовленные ими в ходе самостоятельной работы.

При реализации дисциплин с применением ЭО и ДОТ материал может размещаться как в системе управления обучением СКФУ, так и в используемой в университете информационно-библиотечной системе.

Информационные справочные системы:

Информационно-справочные и информационно-правовые системы, используемые при изучении дисциплин

<http://www.garant.ru/> – информационно-правовой портал;

<https://tech.company-dis.ru/> – Актуальная профессиональная справочная система «Техэксперт»;

<https://apps.webofknowledge.com/> – база данных Web of Science;

<https://elibrary.ru/> – база данных Научной электронной библиотеки eLIBRARY.RU.

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

| | |
|--|--|
| Спортивный зал | Баскетбольные щиты Волейбольная сетка Передвижной стол для настольного тенниса — 4 шт. |
| Помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования (Аудитория №310) | Набор инструментов для профилактического обслуживания учебного оборудования, комплектующие для компьютерной и офисной техники |
| Помещение для самостоятельной работы обучающихся (Аудитория №319) | Компьютер Pentium IV — 6 шт. Доска 3-х секционная — 1 шт. Комплект ученической мебели (стол 3-х местный + 3 стула) — 4 шт. Комплект мебели для преподавателя (стол + стул) — 1 шт. Комплект компьютерной мебели (стол компьютерный + стул) — 9 шт. Переносное демонстрационное оборудование (проектор + экран + ноутбук) — 1 шт. Шкаф встроенный — 2 шт. Шкаф-стеллаж — 1 шт. |

13. Особенности освоения дисциплины (модуля) 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 (модуля) обучающимися с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано совместно с другими обучающимися, а так же в отдельных группах.

Освоение дисциплины (модуля) 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 (модуля) 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 и 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.