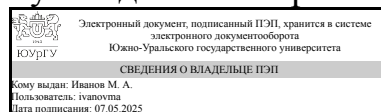


# ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:  
Руководитель направления



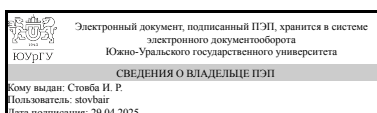
М. А. Иванов

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины 1.Ф.01.01 Адаптивная физическая культура и спорт  
для направления 15.03.01 Машиностроение  
уровень Бакалавриат  
форма обучения очная  
кафедра-разработчик Физическое воспитание и здоровье

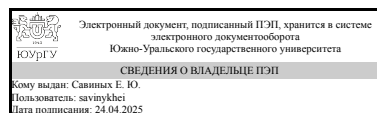
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 15.03.01 Машиностроение, утверждённым приказом Минобрнауки от 09.08.2021 № 727

Зав.кафедрой разработчика,  
к.пед.н., доц.



И. Р. Стомба

Разработчик программы,  
к.биол.н., доцент



Е. Ю. Савиних

## **1. Цели и задачи дисциплины**

Цель: максимально возможное развитие жизнеспособности студента, имеющего устойчивые отклонения в состоянии здоровья, за счет обеспечения оптимального режима функционирования отпущенных природой и имеющихся в наличии его двигательных возможностей и духовных сил, их гармонизации для максимальной самореализации в качестве социально и индивидуально значимого субъекта. Задачи: 1 Сохранение и укрепление здоровья студентов, содействие правильному формированию и всестороннему развитию организма, поддержание высокой работоспособности на протяжении всего периода обучения. 2 Понимание социальной значимости адаптивной физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности. 3 Знание научно-биологических, педагогических и практических основ адаптивной физической культуры и здорового образа жизни. 4 Формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом. 5 Овладение системой специальных знаний, практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, коррекцию имеющихся отклонений в состоянии здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, формирование профессионально значимых качеств и свойств личности. 6 Приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту. 7 Создание основы для самостоятельного и методически обоснованного использования физических упражнений и физкультурно-спортивной деятельности для поддержания (повышения) уровня физической подготовленности, увеличения объема двигательной активности, для достижения жизненных и профессиональных целей. 8 Овладение современными оздоровительными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью.

## **Краткое содержание дисциплины**

Общая физическая подготовка, ее цели и задачи, совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств. Способы и методы самоконтроля занятиях адаптивной физической культурой. Основы техники безопасности на занятиях гимнастикой. Гимнастика: общеразвивающие упражнения, упражнения для воспитания силы, выносливости, гибкости, ловкости. Методы воспитания выносливости, силы, ловкости, быстроты. Легкая атлетика в физической подготовке студентов. Основы техники безопасности на занятиях легкой атлетикой. Совершенствование знаний, умений, навыков и развитие физических качеств в легкой атлетике. Адаптированная техника выполнения легкоатлетических упражнений для лиц, имеющих ограничения в состоянии здоровья. Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма средствами легкой атлетики. Особенности организации и планирования занятий легкой атлетикой в связи с выбранной профессией. Спортивные игры в физической подготовке студентов. Основы техники безопасности на занятиях адаптивными спортивными

играми. Обучение элементам техники спортивных игр (адаптивные виды и формы): бочче, голбол, волейбол сидя, лапта по упрощенным правилам. Характеристика возможностей влияния адаптивных спортивных игр на физическое развитие, функциональную подготовленность, психические качества и свойства личности. Роль профилактической и оздоровительной гимнастики в профессионально-прикладной физической подготовке студентов, имеющих ограничения в состоянии здоровья. Виды оздоровительной гимнастики и методические особенности занятий. Методические особенности использования средств профилактической и оздоровительной гимнастики для профилактики заболеваний: нарушений опорно-двигательного аппарата; органов пищеварения и мочевыделительной системы; нарушений зрения; нарушений слуха; кровообращения; органов дыхания, сердечно-сосудистой системы и ЦНС. Показания и противопоказания к применению физических упражнений при данных заболеваниях. Методики видов дыхательных гимнастик: бодифлекс, А. Стрельниковой, К. Бутейко. Методики закаливания солнцем, воздухом и водой. Методы психорегуляции в адаптивной физической культуре. Техники и приемы снятия психоэмоционального напряжения, психосаморегуляции. Роль адаптивной физической культуры в будущей профессиональной деятельности. Виды производственной гимнастики: вводная гимнастика, физкультминутки, физкультпаузы, комплексы упражнений для снятия утомления и повышения работоспособности. Методы, формы и средства производственной гимнастики. Методика составления комплексов упражнений производственной гимнастики с учетом будущей профессиональной деятельности студента и имеющихся физических и функциональных ограничений в состоянии здоровья. Современные оздоровительные системы в физической подготовке студентов, имеющих ограничения в состоянии здоровья. Классификация современных оздоровительных систем функциональной направленности. Основные характеристики современных оздоровительных систем: атлетическая гимнастика, аэробика, степ-аэробика, стрейтчинг, шейпинг, калланетика, фитбол-гимнастика, пилатес, корригирующая гимнастика для профилактики и коррекции нарушений осанки и плоскостопия. Методические особенности обучения основам техники упражнений современных оздоровительных систем. Методика составления тренировочных программ с учетом возрастных, гендерных особенностей и ограничений в состоянии здоровья. Коррекция физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами адаптивной физической культуры. Адаптивная физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра. Особенности занятий адаптивными видами спорта в профессионально-прикладной физической подготовке (ППФП) бакалавра.

## **2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины**

Планируемые результаты освоения ОП ВО (компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Знает: Основы физиологии человека и рациональные условия его деятельности; анатомо-физические последствия воздействия на человека травмирующих, вредных и поражающих факторов, их идентификацию; Основы физической культуры и здорового образа

	<p>жизни, простейшие методики самооценки работоспособности, усталости, утомления и применения средств физической культуры для их направленной коррекции; Основы методики составления индивидуальных программ физического самовоспитания и занятий с оздоровительной, рекреационной и восстановительной направленностью;</p> <p>Умеет: Выполнить требования практических разделов программы по общефизической, профессионально-прикладной и спортивно-технической подготовке; Самостоятельно, целенаправленно и творчески воспроизводить основные методы и способы формирования учебных, профессиональных и жизненных умений и навыков средствами физической культуры и спорта; Применять методы самоконтроля за функциональным состоянием организма, состоянием здоровья и физического развития, владеть методами оценки и коррекции осанки и телосложения, методами самооценки специальной физической и спортивной подготовленности по избранному виду спорта; Применять методы регулирования психического (эмоционального) состояния и использовать средства и методы мышечной релаксации при занятиях физической культурой и спортом;</p> <p>Имеет практический опыт: Использования навыков сохранения и укрепления здоровья, с целью развития и совершенствования психофизических способностей и качеств для приобретения личного опыта использования физкультурно-спортивной деятельности, повышения своих функциональных и двигательных возможностей, достижения личных жизненных и профессиональных целей;</p>
<p>УК-9 Способен использовать базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах</p>	<p>Знает: понятие инклюзивной компетентности, ее компоненты и структуру; особенности применения базовых дефектологических знаний в социальной и профессиональной сферах</p> <p>Умеет: планировать и осуществлять профессиональную деятельность с лицами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам</p> <p>Имеет практический опыт: применения навыков взаимодействия в социальной и профессиональной сферах с лицами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами</p>

### 3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана	Перечень последующих дисциплин, видов работ
Нет	1.О.00 Физическая культура,

Требования к «входным» знаниям, умениям, навыкам студента, необходимым при освоении данной дисциплины и приобретенным в результате освоения предшествующих дисциплин:

Нет

#### 4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 0 з.е., 328 ч., 305,25 ч. контактной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах				
		Номер семестра				
		1	2	3	4	5
Общая трудоёмкость дисциплины	328	68	68	68	68	56
<i>Аудиторные занятия:</i>	304	64	64	64	64	48
Лекции (Л)	16	0	0	0	0	16
Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ)	288	64	64	64	64	32
Лабораторные работы (ЛР)	0	0	0	0	0	0
<i>Самостоятельная работа (СРС)</i>	22,75	3,75	3,75	3,75	3,75	7,75
Подготовка к теоретическому тестированию и прохождение теста	17	3	3	3	3	5
Подготовка к зачету	5,75	0,75	0,75	0,75	0,75	2,75
Консультации и промежуточная аттестация	1,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25
Вид контроля (зачет, диф.зачет, экзамен)	-	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет

#### 5. Содержание дисциплины

№ раздела	Наименование разделов дисциплины	Объем аудиторных занятий по видам в часах			
		Всего	Л	ПЗ	ЛР
1	Общая физическая подготовка (адаптивные формы и виды) на основе гимнастики, легкой атлетики	70	0	70	0
2	Спортивные и подвижные игры (адаптивные формы и виды)	48	0	48	0
3	Профилактическая, оздоровительная и производственная гимнастика.	62	0	62	0
4	Современные оздоровительные системы в физической подготовке студентов. Коррекция физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами физической культуры и спорта	66	0	66	0
5	Профессионально-прикладная физическая подготовка	42	0	42	0
6	Теоретические основы адаптивной физической культуры	16	16	0	0

##### 5.1. Лекции

№ лекции	№ раздела	Наименование или краткое содержание лекционного занятия	Кол-во часов
1	6	Адаптивная физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. Социально-биологические основы адаптивной физической культуры	2
2	6	Основы здорового образа жизни студента. Роль адаптивной физической культуры в обеспечении здоровья. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства адаптивной физической культуры в регулировании работоспособности и здоровьесбережения студента в учебной деятельности.	2
3	6	Развитие физических способностей в адаптивной физической культуре	2
4	6	Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре	2
5	6	Характеристика основных видов адаптивной физической культуры.	2
6	6	Адаптивный спорт. Индивидуальный выбор адаптивных видов спорта или систем физического воспитания.	2
7	6	Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и адаптивным спортом. Методы самоконтроля при занятиях адаптивной физической культурой.	2
8	6	Адаптивная физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра. Особенности занятий адаптивными видами спорта в профессионально-прикладной физической подготовке (ППФП) бакалавра.	2

## 5.2. Практические занятия, семинары

№ занятия	№ раздела	Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара	Кол-во часов
1	1	Общая адаптивная физическая подготовка (совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств) согласно возможностям занимающихся с ограничениями в состоянии здоровья. Техника безопасности на занятиях адаптивной физической культурой. Цель и задачи адаптивной физической культуры. Гимнастика: особенности выполнения общеразвивающих упражнений для лиц с ограничениями в состоянии здоровья.	2
2	1	Общая адаптивная физическая подготовка (совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств) согласно возможностям занимающихся с ограничениями в состоянии здоровья. Гимнастика: общеразвивающие упражнения. Цель и задачи адаптивной физической культуры	2
3	1	Общая адаптивная физическая подготовка (совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств) согласно возможностям занимающихся с ограничениями в состоянии здоровья. Гимнастика: общеразвивающие упражнения. Отработка навыков самоконтроля на занятиях адаптивной физической культурой	2
4	1	Общая адаптивная физическая подготовка (совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств) согласно возможностям занимающихся с ограничениями в состоянии здоровья. Отработка навыков самоконтроля на занятиях адаптивной физической культурой	2
5	1	Общая адаптивная физическая подготовка (совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств) согласно возможностям занимающихся с ограничениями в состоянии здоровья. Комплекс ГТО в практике физического воспитания студентов, имеющих ограничения в состоянии здоровья	2









70	1	Общая адаптивная физическая подготовка (совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств) согласно возможностям занимающихся с ограничениями в состоянии здоровья. Комплекс ГТО в практике физического воспитания студентов, имеющих ограничения в состоянии здоровья. Отработка навыков самоконтроля на занятиях адаптивной физической культурой	2
11	2	Роль и место спортивных и подвижных игр в физической подготовке студентов. Техника безопасности на занятиях адаптивными спортивными и подвижными играми. Отработка навыков самоконтроля на занятиях адаптивной физической культурой	2
12	2	Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма средствами адаптивных спортивных и подвижных игр. Развитие навыков оценки функционального состояния собственного здоровья. Отработка навыков самоконтроля на занятиях адаптивной физической культурой.	2
13	2	Обучение элементам техники спортивных игр (адаптивные виды и формы): бочче, голбол, волейбол сидя, лапта по упрощенным правилам, подвижные игры. Отработка навыков самоконтроля на занятиях адаптивной физической культурой	2
14	2	Обучение элементам техники спортивных игр (адаптивные виды и формы): бочче, голбол, волейбол сидя, лапта по упрощенным правилам, подвижные игры. Отработка навыков самоконтроля на занятиях адаптивной физической культурой	2
33	2	Общие и специальные упражнения для развития физической подготовки, техники и тактики избранной адаптивной спортивной игры.	2
34	2	Общие и специальные упражнения для развития физической подготовки, техники и тактики избранной адаптивной спортивной игры.	2
35	2	Общие и специальные упражнения для развития физической подготовки, техники и тактики избранной адаптивной спортивной игры.	2
36	2	Общая и специальная физическая подготовка, подготовительные и подводящие упражнения в избранном виде адаптивного спорта.	2
37	2	Общая и специальная физическая подготовка, подготовительные и подводящие упражнения в избранном виде адаптивного спорта.	2
38	2	Общая и специальная физическая подготовка, подготовительные и подводящие упражнения в избранном виде адаптивного спорта.	2
39	2	Общая и специальная физическая подготовка, подготовительные и подводящие упражнения в избранном виде адаптивного спорта.	2
40	2	Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма средствами адаптивных спортивных и подвижных игр. Развитие навыков оценки функционального состояния собственного здоровья.	2
41	2	Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма средствами адаптивных спортивных и подвижных игр. Развитие навыков оценки функционального состояния собственного здоровья.	2
42	2	Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма средствами адаптивных спортивных и подвижных игр. Развитие навыков оценки функционального состояния собственного здоровья.	2
43	2	Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма средствами адаптивных спортивных и подвижных игр. Развитие навыков оценки функционального состояния собственного здоровья.	2
44	2	Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма средствами адаптивных спортивных и подвижных игр. Развитие навыков оценки функционального состояния собственного здоровья.	2
45	2	Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма средствами адаптивных спортивных и подвижных игр. Развитие навыков	2

		оценки функционального состояния собственного здоровья.	
46	2	Совершенствование навыков проведения комплекса упражнений избранной спортивной игры для совершенствования психофизических функций (эмоциональная устойчивость, способность противостоять стрессовым ситуациям). Отработка навыков самоконтроля на занятиях адаптивной физической культурой	2
47	2	Совершенствование навыков проведения комплекса упражнений избранной спортивной игры для совершенствования психофизических функций (эмоциональная устойчивость, способность противостоять стрессовым ситуациям). Отработка навыков самоконтроля на занятиях адаптивной физической культурой	2
48	2	Совершенствование навыков проведения комплекса упражнений избранной спортивной игры для совершенствования психофизических функций (эмоциональная устойчивость, способность противостоять стрессовым ситуациям). Отработка навыков самоконтроля на занятиях адаптивной физической культурой	2
49	2	Совершенствование навыков проведения комплекса упражнений избранной спортивной игры для совершенствования психофизических функций (эмоциональная устойчивость, способность противостоять стрессовым ситуациям). Отработка навыков самоконтроля на занятиях адаптивной физической культурой	2
50	2	Оценка развития физических качеств и функциональных возможностей организма средствами адаптивных спортивных и подвижных игр.	2
71	2	Совершенствование навыков проведения комплекса упражнений избранной спортивной игры для совершенствования психофизических функций (эмоциональная устойчивость, способность противостоять стрессовым ситуациям). Отработка навыков самоконтроля на занятиях адаптивной физической культурой	2
72	2	Совершенствование навыков проведения комплекса упражнений избранной спортивной игры для совершенствования психофизических функций (эмоциональная устойчивость, способность противостоять стрессовым ситуациям). Отработка навыков самоконтроля на занятиях адаптивной физической культурой	2
28	3	Коррекционная гимнастика. Специально-оздоровительные упражнения. Отработка навыков самоконтроля на занятиях адаптивной физической культурой	2
29	3	Коррекционная гимнастика. Специально-оздоровительные упражнения. Отработка навыков самоконтроля на занятиях адаптивной физической культурой	2
30	3	Коррекционная гимнастика. Специально-оздоровительные упражнения. Отработка навыков самоконтроля на занятиях адаптивной физической культурой	2
31	3	Коррекционная гимнастика. Специально-оздоровительные упражнения. Отработка навыков самоконтроля на занятиях адаптивной физической культурой	2
32	3	Коррекционная гимнастика. Специально-оздоровительные упражнения. Отработка навыков самоконтроля на занятиях адаптивной физической культурой	2
55	3	Коррекционная гимнастика. Общеоздоровительные упражнения. Комплекс физических упражнений, рекомендованный при всех нозологиях. Роль профилактической и оздоровительной гимнастики в профессионально-прикладной физической подготовке студентов.	2
56	3	Коррекционная гимнастика. Общеоздоровительные упражнения. Развитие навыков проведения комплекса физических упражнений, рекомендованный	2

		при всех нозологиях.	
57	3	Цель, задачи и методические особенности производственной гимнастики. Методы, формы и средства производственной гимнастики. Виды производственной гимнастики: вводная гимнастика, физкультминутки, физкультпаузы, комплексы упражнений для снятия утомления и повышения работоспособности.	2
58	3	Коррекционная гимнастика. Общеоздоровительные упражнения. Развитие навыков проведения комплекса физических упражнений, рекомендованный при всех нозологиях. Виды оздоровительной гимнастики и методические особенности занятий.	2
59	3	Коррекционная гимнастика. Общеоздоровительные упражнения. Развитие навыков проведения комплекса физических упражнений, рекомендованный при всех нозологиях. Виды оздоровительной гимнастики и методические особенности занятий.	2
60	3	Коррекционная гимнастика. Общеоздоровительные упражнения. Развитие навыков проведения комплекса физических упражнений, рекомендованный при всех нозологиях.	2
65	3	Коррекционная гимнастика. Комплексы упражнений, формирующих и исправляющих осанку. Показания и противопоказания к применению физических упражнений при индивидуальных ограничениях в состоянии здоровья.	2
66	3	Коррекционная гимнастика. Комплексы упражнений для развития гибкости и растяжении мышц связок позвоночника. Комплексы упражнений, формирующих и исправляющих осанку. Корректирующая гимнастика при нарушении осанки	2
73	3	Коррекционная гимнастика. Комплексы упражнений при плоскостопии	2
74	3	Коррекционная гимнастика. Комплексы упражнений для расслабления мышц и укрепления нервной системы. Комплекс упражнений аутогенная тренировка	2
75	3	Коррекционная гимнастика. Комплексы упражнений на развитие силы мышц спины. Комплекс упражнений для профилактики остеохондроза	2
76	3	Коррекционная гимнастика. Комплексы упражнений на развитие силы мышц спины. Комплекс упражнений для профилактики остеохондроза	2
77	3	Комплексы упражнений согласно индивидуальным ограничениям в состоянии здоровья	2
80	3	Методика составления комплексов упражнений производственной гимнастики с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья	2
81	3	Комплексы упражнений производственной гимнастики с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья	2
86	3	Профилактика профессиональных заболеваний средствами производственной гимнастики	2
87	3	Методы снятия психоэмоционального напряжения средствами производственной гимнастики.	2
88	3	Комплексы упражнений по совершенствованию физических качеств с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья. Совершенствование навыков самоконтроля при занятиях.	2
89	3	Комплексы упражнений по совершенствованию физических качеств с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья. Совершенствование навыков самоконтроля при занятиях.	2
90	3	Комплексы упражнений по совершенствованию физических качеств с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья. Совершенствование навыков самоконтроля при занятиях.	2
91	3	Комплексы упражнений по совершенствованию физических качеств с учетом	2

		имеющихся отклонений в состоянии здоровья. Совершенствование навыков самоконтроля при занятиях.	
92	3	Методика дыхательной гимнастики А. Стрельниковой, К. Бутейко.	2
93	3	Комплексы упражнений по совершенствованию физических качеств с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья. Совершенствование навыков самоконтроля при занятиях.	2
94	3	Комплексы упражнений по совершенствованию физических качеств с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья. Совершенствование навыков самоконтроля при занятиях.	2
95	3	Рекомендации к составлению комплексов упражнений по совершенствованию физических качеств с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья. Оценка уровня развития физических качеств и функциональных возможностей	2
96	3	Рекомендации к составлению комплексов упражнений по совершенствованию физических качеств с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья. Оценка уровня развития физических качеств и функциональных возможностей.	2
97	4	Роль и место современных оздоровительных систем в физической подготовке студентов. Классификация современных оздоровительных систем функциональной направленности.	2
98	4	Основные характеристики современных оздоровительных систем: атлетическая гимнастика, аэробика, степ-аэробика, стрейтчинг, шейпинг, калланетика, фитбол-гимнастика, пилатес, корригирующая гимнастика для профилактики и коррекции нарушений осанки и плоскостопия.	2
99	4	Основные характеристики современных оздоровительных систем: атлетическая гимнастика, аэробика, степ-аэробика, стрейтчинг, шейпинг, калланетика, фитбол-гимнастика, пилатес, корригирующая гимнастика для профилактики и коррекции нарушений осанки и плоскостопия.	2
100	4	Совершенствование навыков проведения комплексов упражнений по совершенствованию физических качеств с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья.	2
101	4	Методические особенности обучения основам техники упражнений современных оздоровительных систем.	2
102	4	Совершенствование навыков проведения комплексов упражнений по совершенствованию физических качеств с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья.	2
103	4	Совершенствование навыков проведения комплексов упражнений по совершенствованию физических качеств с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья. Способы и методы самоконтроля при занятиях.	2
104	4	Совершенствование навыков проведения комплексов упражнений по совершенствованию физических качеств с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья. Способы и методы самоконтроля при занятиях.	2
105	4	Совершенствование навыков проведения комплексов упражнений по совершенствованию физических качеств с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья. Совершенствование навыков самоконтроля при занятиях.	2
106	4	Совершенствование навыков проведения комплексов упражнений по совершенствованию физических качеств с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья. Совершенствование навыков самоконтроля при занятиях.	2
107	4	Совершенствование навыков проведения комплексов упражнений по совершенствованию физических качеств с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья. Совершенствование навыков самоконтроля при занятиях.	2

108	4	Совершенствование навыков проведения комплексов упражнений по совершенствованию физических качеств с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья. Совершенствование навыков самоконтроля при занятиях.	2
109	4	Совершенствование навыков проведения комплексов упражнений по совершенствованию физических качеств с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья. Совершенствование навыков самоконтроля при занятиях.	2
110	4	Методика составления тренировочных программ с учетом возрастных и гендерных особенностей, ограничений в состоянии здоровья. Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма.	2
111	4	Методика составления тренировочных программ с учетом возрастных и гендерных особенностей, ограничений в состоянии здоровья. Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма.	2
112	4	Методика составления тренировочных программ с учетом возрастных и гендерных особенностей, ограничений в состоянии здоровья. Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма.	2
113	4	Методика составления тренировочных программ с учетом возрастных и гендерных особенностей, ограничений в состоянии здоровья. Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма.	2
114	4	Методика составления тренировочных программ с учетом возрастных и гендерных особенностей, ограничений в состоянии здоровья. Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма.	2
115	4	Отработка навыков составления тренировочных программ с учетом ограничений в состоянии здоровья. Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма средствами современных оздоровительных систем (на выбор).	2
116	4	Отработка навыков составления тренировочных программ с учетом ограничений в состоянии здоровья. Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма средствами современных оздоровительных систем (на выбор).	2
117	4	Отработка навыков составления тренировочных программ с учетом ограничений в состоянии здоровья. Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма средствами современных оздоровительных систем (на выбор). Оценка уровня развития физических качеств и функциональных возможностей.	2
118	4	Отработка навыков составления тренировочных программ с учетом ограничений в состоянии здоровья. Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма средствами современных оздоровительных систем (на выбор). Оценка уровня развития физических качеств и функциональных возможностей.	2
119	4	Отработка навыков составления тренировочных программ с учетом ограничений в состоянии здоровья. Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма средствами современных оздоровительных систем (на выбор). Оценка уровня развития физических качеств и функциональных возможностей.	2
120	4	Отработка навыков составления тренировочных программ с учетом ограничений в состоянии здоровья. Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма средствами современных оздоровительных систем (на выбор). Оценка уровня развития физических качеств и функциональных возможностей.	2
121	4	Роль физической культуры в коррекции физического развития, телосложения, функциональной и двигательной подготовленности студентов, имеющих ограничения в состоянии здоровья.	2

122	4	Структура и содержание занятия оздоровительной направленности. Коррекция физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами адаптивной физической культуры.	2
123	4	Коррекция физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами адаптивной физической культуры.	2
124	4	Коррекция физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами адаптивной физической культуры. Развитие навыков самоконтроля состояния здоровья и физического развития.	4
125	4	Коррекция физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами адаптивной физической культуры. Развитие навыков самоконтроля состояния здоровья и физического развития.	2
126	4	Коррекция физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами адаптивной физической культуры. Развитие навыков самоконтроля состояния здоровья и физического развития.	2
127	4	Коррекция физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами адаптивной физической культуры. Развитие навыков самоконтроля состояния здоровья и физического развития.	2
128	4	Коррекция физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами адаптивной физической культуры. Развитие навыков самоконтроля состояния здоровья и физического развития.	2
79	5	Методика составления комплексов упражнений производственной гимнастики с учетом будущей профессиональной деятельности студента	2
82	5	Комплексы упражнений производственной гимнастики с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья и будущей профессиональной деятельности.	2
83	5	Комплексы упражнений производственной гимнастики с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья и будущей профессиональной деятельности.	2
84	5	Комплексы упражнений производственной гимнастики с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья и будущей профессиональной деятельности.	2
85	5	Комплексы упражнений производственной гимнастики с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья и будущей профессиональной деятельности.	2
129	5	Профессионально-прикладная физическая подготовка. Особенности занятий адаптивными видами спорта в профессионально-прикладной физической подготовке.	2
130	5	Профессионально-прикладная физическая подготовка. Особенности занятий адаптивными видами спорта в профессионально-прикладной физической подготовке.	2
131	5	Профессионально-прикладная физическая подготовка. Комплексные тесты оценки физического состояния лиц, имеющих ограничения в состоянии здоровья	2
132	5	Профессионально-прикладная физическая подготовка. Коррекция физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами адаптивной физической культуры для повышения эффективности работоспособности лиц, имеющих ограничения в	2

		состоянии здоровья. Развитие навыков самоконтроля состояния здоровья и физического развития.	
133	5	Профессионально-прикладная физическая подготовка. Коррекция физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами адаптивной физической культуры для повышения эффективности работоспособности лиц, имеющих ограничения в состоянии здоровья. Развитие навыков самоконтроля состояния здоровья и физического развития.	2
134	5	Профессионально-прикладная физическая подготовка. Отработка навыков самостоятельного проведения занятий, направленных на физическое развитие, телосложение, двигательной и функциональной подготовленности средствами адаптивной физической культуры, необходимых в дальнейшей профессиональной деятельности. Развитие навыков самоконтроля состояния здоровья и физического развития.	2
135	5	Профессионально-прикладная физическая подготовка. Отработка навыков самостоятельного проведения занятий, направленных на физическое развитие, телосложение, двигательной и функциональной подготовленности средствами адаптивной физической культуры, необходимых в дальнейшей профессиональной деятельности. Развитие навыков самоконтроля состояния здоровья и физического развития.	2
136	5	Профессионально-прикладная физическая подготовка. Отработка навыков самостоятельного проведения занятий, направленных на физическое развитие, телосложение, двигательной и функциональной подготовленности средствами адаптивной физической культуры, необходимых в дальнейшей профессиональной деятельности. Развитие навыков самоконтроля состояния здоровья и физического развития.	2
137	5	Профессионально-прикладная физическая подготовка. Отработка навыков самостоятельного проведения занятий, направленных на физическое развитие, телосложение, двигательной и функциональной подготовленности средствами адаптивной физической культуры, необходимых в дальнейшей профессиональной деятельности. Развитие навыков самоконтроля состояния здоровья и физического развития.	2
138	5	Профессионально-прикладная физическая подготовка. Методика индивидуального подхода и применения средств направленного развития отстающих физических качеств.	2
139	5	Профессионально-прикладная физическая подготовка. Отработка навыков разработки и применения методики индивидуального подхода и применения средств направленного развития отстающих физических качеств. Оценка уровня развития физических качеств и функциональных возможностей. Отработка навыков самоконтроля на занятиях адаптивной физической культурой	2
140	5	Профессионально-прикладная физическая подготовка. Отработка навыков разработки и применения методики индивидуального подхода и применения средств направленного развития отстающих физических качеств. Оценка уровня развития физических качеств и функциональных возможностей. Отработка навыков самоконтроля на занятиях адаптивной физической культурой	2
141	5	Профессионально-прикладная физическая подготовка. Отработка навыков разработки и применения методики индивидуального подхода и применения средств направленного развития отстающих физических качеств. Оценка уровня развития физических качеств и функциональных возможностей. Отработка навыков самоконтроля на занятиях адаптивной физической культурой	2
142	5	Профессионально-прикладная физическая подготовка. Отработка навыков разработки и применения методики индивидуального подхода и применения	2



		средств направленного развития отстающих физических качеств. Оценка уровня развития физических качеств и функциональных возможностей.	
143	5	Профессионально-прикладная физическая подготовка. Отработка навыков разработки и применения методики индивидуального подхода и применения средств направленного развития отстающих физических качеств. Оценка уровня развития физических качеств и функциональных возможностей.	2
144	5	Профессионально-прикладная физическая подготовка. Отработка навыков разработки и применения методики индивидуального подхода и применения средств направленного развития отстающих физических качеств. Оценка уровня развития физических качеств и функциональных возможностей.	2

### 5.3. Лабораторные работы

Не предусмотрены

### 5.4. Самостоятельная работа студента

Выполнение СРС			
Подвид СРС	Список литературы (с указанием разделов, глав, страниц) / ссылка на ресурс	Семестр	Кол-во часов
Подготовка к теоретическому тестированию и прохождение теста	ЭУМД, осн. лит. 2, с. 84-191; ЭУМД, доп. лит. 4, с.6-89	3	3
Подготовка к зачету	ЭУМД, осн. лит. 1, с. 103-191; ПУМД доп. лит. 1, с. 61-70	3	0,75
Подготовка к зачету	ЭУМД, осн. лит. 3, с.7-44; ЭУМД, доп. лит. 4, с.6-89	1	0,75
Подготовка к теоретическому тестированию и прохождение теста	ЭУМД, осн. лит. 1, с. 12-62; ЭУМД, осн. лит. 2, с. 12-68	1	3
Подготовка к зачету	ЭУМД, осн. лит. 3, с.7-44; ЭУМД, доп. лит. 5, с. 45-115, 168-199	4	0,75
Подготовка к теоретическому тестированию и прохождение теста	ЭУМД, осн. лит. 1, с. 12-62, ЭУМД, осн. лит. 2, с. 12-68	2	3
Подготовка к зачету	ЭУМД, осн. лит. 1, с. 103-191; ЭУМД, осн. лит. 2, с. 69-105	5	2,75
Подготовка к теоретическому тестированию и прохождение теста	ЭУМД, осн. лит. 1, с. 103-191; ЭУМД, доп. лит. 5, с. 45-115, 168-199	4	3
Подготовка к теоретическому тестированию и прохождение теста	ЭУМД, осн. лит. 1, с. 103-191; ЭУМД, осн. лит. 2, с. 69-105; ЭУМД, осн. лит. 3, с.7-44	5	5
Подготовка к зачету	ЭУМД, осн. лит. 2, с. 63-102; ЭУМД, осн. лит. 3, с.7-44	2	0,75

## 6. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации

Контроль качества освоения образовательной программы осуществляется в соответствии с Положением о балльно-рейтинговой системе оценивания результатов учебной деятельности обучающихся.

### 6.1. Контрольные мероприятия (КМ)

№ КМ	Се-местр	Вид контроля	Название контрольного мероприятия	Вес	Макс. балл	Порядок начисления баллов	Учитывается в ПА
1	1	Промежуточная аттестация	Зачет 1 семестр	-	5	Зачет проводится в форме устного опроса. Порядок начисления баллов: раскрыт смысл 2 предлагаемых из списка зачетных вопросов (по 1 баллу за вопрос); студент показывает умение переложить теоретические знания на практический опыт (1 баллу за вопрос). Дан правильный ответ на дополнительный вопрос (1 балл).	зачет
2	1	Бонус	Участие в судействе соревнований Спартакиады ЮУрГУ	-	15	1 балл за судейство одного дня соревнований по видам спорта, включенных в Спартакиаду ЮУрГУ среди высших школ и институтов	зачет
3	1	Текущий контроль	Выполнение методико-практических заданий 1 - 1 семестр	30	32	Максимальный балл на каждом занятии из 16-ти - 2 ( 16 занятий * 2 = 32): 2 - выставляется студенту, если он правильно выполняет упражнение, комплекс или технико-тактическое действие, знает цели, показания и противопоказания применяемых методик, оперирует правильными формулировками и терминами, демонстрирует способность к обоснованию своих действий, 1 - выставляется студенту, если он выполняет частично упражнение, комплекс или технико-тактическое действие, не может обосновать использование данного комплекса или упражнений. 0 - отсутствует на занятии. При освобождении по медицинским показаниям студент выполняет реферат: 32 баллов - выставляется студенту, если студентом показана самостоятельность в постановке проблемы, наличие авторской позиции, самостоятельность суждений, реферат соответствует теме, показано умение работать с литературой, обобщать, анализировать различные точки зрения, систематизировать и структурировать материал, студент владеет терминологией и понятийным аппаратом проблемы, соблюдены требования к оформлению. 22 - выставляется студенту, если студентом показана самостоятельность в постановке проблемы, самостоятельность суждений реферат соответствует теме, показано умение работать с литературой, обобщать, анализировать различные	зачет

					<p>точки зрения, но отмечены некоторые неточности в систематизации, студент владеет терминологией, соблюдены требования к оформлению.</p> <p>10 - выставляется студенту, если в реферате студент не полностью раскрыл тему, показал недостаточное умение работать с литературой, неспособность к обобщению материала, соблюдены требования к оформлению.</p> <p>0 - выставляется студенту, если студент не раскрыл тему реферата, не владеет терминологией, отсутствует умение к сопоставлению и анализу различных точек зрения, не соблюдены требования к оформлению.</p>		
4	1	Текущий контроль	Выполнение методико-практических заданий 2 - 1 семестр	30	32	<p>Максимальный балл на каждом занятии из 16-ти - 2 ( 16 занятий * 2 = 32):</p> <p>2 - выставляется студенту, если он правильно выполняет упражнение, комплекс или технико-тактическое действие, знает цели, показания и противопоказания применяемых методик, оперирует правильными формулировками и терминами, демонстрирует способность к обоснованию своих действий,</p> <p>1 - выставляется студенту, если он выполняет частично упражнение, комплекс или технико-тактическое действие, не может обосновать использование данного комплекса или упражнений.</p> <p>0 - отсутствует на занятии.</p> <p>При освобождении по медицинским показаниям студент выполняет реферат:</p> <p>32 баллов - выставляется студенту, если студентом показана самостоятельность в постановке проблемы, наличие авторской позиции, самостоятельность суждений, реферат соответствует теме, показано умение работать с литературой, обобщать, анализировать различные точки зрения, систематизировать и структурировать материал, студент владеет терминологией и понятийным аппаратом проблемы, соблюдены требования к оформлению.</p> <p>22 - выставляется студенту, если студентом показана самостоятельность в постановке проблемы, самостоятельность суждений реферат соответствует теме, показано умение работать с литературой, обобщать, анализировать различные точки зрения, но отмечены некоторые неточности в систематизации, студент владеет терминологией, соблюдены</p>	зачет

						<p>требования к оформлению.</p> <p>10 - выставляется студенту, если в реферате студент не полностью раскрыл тему, показал недостаточное умение работать с литературой, неспособность к обобщению материала, соблюдены требования к оформлению.</p> <p>0 - выставляется студенту, если студент не раскрыл тему реферата, не владеет терминологией, отсутствует умение к сопоставлению и анализу различных точек зрения, не соблюдены требования к оформлению.</p>	
5	1	Текущий контроль	Тесты-нормативы	30	5	<p>Вычисляется средний балл всех нормативов, сданных в данном семестре на практических занятиях согласно шкалы оценивания выполнения упражнений.</p>	зачет
6	1	Текущий контроль	Тестирование в Электронном ЮУрГУ	10	10	<p>Тестовые задания (ТЗ) размещены в системе "MOODLE". Студенту даётся 3 попытки для прохождения теста. Каждая попытка включает в себя 10 тестовых заданий. На одну попытку даётся 15 минут. После завершения попытки задания автоматически меняются. В зачёт идёт лучшая попытка из 3-х возможных. Максимальный балл -10</p>	зачет
7	2	Промежуточная аттестация	Зачет 2 семестр	-	5	<p>Зачет проводится в форме устного опроса. Порядок начисления баллов: раскрыт смысл 2 предлагаемых из списка зачетных вопросов (по 1 баллу за вопрос); студент показывает умение переложить теоретические знания на практический опыт (1 баллу за вопрос). Дан правильный ответ на дополнительный вопрос (1 балл).</p>	зачет
8	2	Бонус	Участие в судействе соревнований Спартакиады ЮУрГУ	-	15	<p>1 балл за судейство одного дня соревнований по видам спорта, включенных в Спартакиаду ЮУрГУ среди высших школ и институтов</p>	зачет
9	2	Текущий контроль	Выполнение методико-практических заданий 1 - 2 семестр	30	32	<p>Максимальный балл на каждом занятии из 16-ти - 2 ( 16 занятий * 2 = 32):</p> <p>2 - выставляется студенту, если он правильно выполняет упражнение, комплекс или технико-тактическое действие, знает цели, показания и противопоказания применяемых методик, оперирует правильными формулировками и терминами, демонстрирует способность к обоснованию своих действий,</p> <p>1 - выставляется студенту, если он выполняет частично упражнение, комплекс или технико-тактическое действие, не может обосновать</p>	зачет

					<p>использование данного комплекса или упражнений.  0 - отсутствует на занятии.  При освобождении по медицинским показаниям студент выполняет реферат:  32 баллов - выставляется студенту, если студентом показана самостоятельность в постановке проблемы, наличие авторской позиции, самостоятельность суждений, реферат соответствует теме, показано умение работать с литературой, обобщать, анализировать различные точки зрения, систематизировать и структурировать материал, студент владеет терминологией и понятийным аппаратом проблемы, соблюдены требования к оформлению.  22 - выставляется студенту, если студентом показана самостоятельность в постановке проблемы, самостоятельность суждений реферат соответствует теме, показано умение работать с литературой, обобщать, анализировать различные точки зрения, но отмечены некоторые неточности в систематизации, студент владеет терминологией, соблюдены требования к оформлению.  10 - выставляется студенту, если в реферате студент не полностью раскрыл тему, показал недостаточное умение работать с литературой, неспособность к обобщению материала, соблюдены требования к оформлению.  0 - выставляется студенту, если студент не раскрыл тему реферата, не владеет терминологией, отсутствует умение к сопоставлению и анализу различных точек зрения, не соблюдены требования к оформлению.</p>		
10	2	Текущий контроль	Выполнение методико-практических заданий 2 - 2 семестр	30	32	<p>Максимальный балл на каждом занятии из 16-ти - 2 ( 16 занятий * 2 = 32):  2 - выставляется студенту, если он правильно выполняет упражнение, комплекс или технико-тактическое действие, знает цели, показания и противопоказания применяемых методик, оперирует правильными формулировками и терминами, демонстрирует способность к обоснованию своих действий,  1 - выставляется студенту, если он выполняет частично упражнение, комплекс или технико-тактическое действие, не может обосновать использование данного комплекса или упражнений.  0 - отсутствует на занятии.</p>	зачет

						<p>При освобождении по медицинским показаниям студент выполняет реферат: 32 баллов - выставляется студенту, если студентом показана самостоятельность в постановке проблемы, наличие авторской позиции, самостоятельность суждений, реферат соответствует теме, показано умение работать с литературой, обобщать, анализировать различные точки зрения, систематизировать и структурировать материал, студент владеет терминологией и понятийным аппаратом проблемы, соблюдены требования к оформлению.</p> <p>22 - выставляется студенту, если студентом показана самостоятельность в постановке проблемы, самостоятельность суждений реферат соответствует теме, показано умение работать с литературой, обобщать, анализировать различные точки зрения, но отмечены некоторые неточности в систематизации, студент владеет терминологией, соблюдены требования к оформлению.</p> <p>10 - выставляется студенту, если в реферате студент не полностью раскрыл тему, показал недостаточное умение работать с литературой, неспособность к обобщению материала, соблюдены требования к оформлению.</p> <p>0 - выставляется студенту, если студент не раскрыл тему реферата, не владеет терминологией, отсутствует умение к сопоставлению и анализу различных точек зрения, не соблюдены требования к оформлению.</p>	
11	2	Текущий контроль	Тесты-нормативы	30	5	Вычисляется средний балл всех нормативов, сданных в данном семестре на практических занятиях согласно шкалы оценивания выполнения упражнений.	зачет
12	2	Текущий контроль	Тестирование в Электронном ЮУрГУ	10	10	Тестовые задания (ТЗ) размещены в системе "MOODLE". Студенту даётся 3 попытки для прохождения теста. Каждая попытка включает в себя 10 тестовых заданий. На одну попытку даётся 15 минут. После завершения попытки задания автоматически меняются. В зачёт идёт лучшая попытка из 3-х возможных. Максимальный балл -10	зачет
13	3	Промежуточная аттестация	Зачет 3 семестр	-	5	Зачет проводится в форме устного опроса. Порядок начисления баллов: раскрыт смысл 2 предлагаемых из списка зачетных вопросов (по 1 баллу за вопрос); студент показывает умение переложить теоретические знания на	зачет

						практический опыт (1 баллу за вопрос). Дан правильный ответ на дополнительный вопрос (1 балл).	
14	3	Бонус	Участие в судействе соревнований Спартакиады ЮУрГУ	-	15	1 балл за судейство одного дня соревнований по видам спорта, включенных в Спартакиаду ЮУрГУ среди высших школ и институтов	зачет
15	3	Текущий контроль	Выполнение методико- практических заданий 1 - 3 семестр	30	32	Максимальный балл на каждом занятии из 16-ти - 2 ( 16 занятий * 2 = 32): 2 - выставляется студенту, если он правильно выполняет упражнение, комплекс или технико-тактическое действие, знает цели, показания и противопоказания применяемых методик, оперирует правильными формулировками и терминами, демонстрирует способность к обоснованию своих действий, 1 - выставляется студенту, если он выполняет частично упражнение, комплекс или технико-тактическое действие, не может обосновать использование данного комплекса или упражнений. 0 - отсутствует на занятии. При освобождении по медицинским показаниям студент выполняет реферат: 32 баллов - выставляется студенту, если студентом показана самостоятельность в постановке проблемы, наличие авторской позиции, самостоятельность суждений, реферат соответствует теме, показано умение работать с литературой, обобщать, анализировать различные точки зрения, систематизировать и структурировать материал, студент владеет терминологией и понятийным аппаратом проблемы, соблюдены требования к оформлению. 22 - выставляется студенту, если студентом показана самостоятельность в постановке проблемы, самостоятельность суждений реферат соответствует теме, показано умение работать с литературой, обобщать, анализировать различные точки зрения, но отмечены некоторые неточности в систематизации, студент владеет терминологией, соблюдены требования к оформлению. 10 - выставляется студенту, если в реферате студент не полностью раскрыл тему, показал недостаточное умение работать с литературой, неспособность к обобщению материала, соблюдены требования к оформлению. 0 - выставляется студенту, если студент не	зачет

						раскрыл тему реферата, не владеет терминологией, отсутствует умение к сопоставлению и анализу различных точек зрения, не соблюдены требования к оформлению.	
16	3	Текущий контроль	Выполнение методико-практических заданий 2 - 3 семестр	30	32	<p>Максимальный балл на каждом занятии из 16-ти - 2 ( 16 занятий * 2 = 32):</p> <p>2 - выставляется студенту, если он правильно выполняет упражнение, комплекс или технико-тактическое действие, знает цели, показания и противопоказания применяемых методик, оперирует правильными формулировками и терминами, демонстрирует способность к обоснованию своих действий,</p> <p>1 - выставляется студенту, если он выполняет частично упражнение, комплекс или технико-тактическое действие, не может обосновать использование данного комплекса или упражнений.</p> <p>0 - отсутствует на занятии.</p> <p>При освобождении по медицинским показаниям студент выполняет реферат:</p> <p>32 баллов - выставляется студенту, если студентом показана самостоятельность в постановке проблемы, наличие авторской позиции, самостоятельность суждений, реферат соответствует теме, показано умение работать с литературой, обобщать, анализировать различные точки зрения, систематизировать и структурировать материал, студент владеет терминологией и понятийным аппаратом проблемы, соблюдены требования к оформлению.</p> <p>22 - выставляется студенту, если студентом показана самостоятельность в постановке проблемы, самостоятельность суждений реферат соответствует теме, показано умение работать с литературой, обобщать, анализировать различные точки зрения, но отмечены некоторые неточности в систематизации, студент владеет терминологией, соблюдены требования к оформлению.</p> <p>10 - выставляется студенту, если в реферате студент не полностью раскрыл тему, показал недостаточное умение работать с литературой, неспособность к обобщению материала, соблюдены требования к оформлению.</p> <p>0 - выставляется студенту, если студент не раскрыл тему реферата, не владеет терминологией, отсутствует умение к сопоставлению и анализу различных</p>	зачет



						точек зрения, не соблюдены требования к оформлению.	
17	3	Текущий контроль	Тесты-нормативы	30	5	Вычисляется средний балл всех нормативов, сданных в данном семестре на практических занятиях согласно шкалы оценивания выполнения упражнений.	зачет
18	3	Текущий контроль	Тестирование в Электронном ЮУрГУ	10	10	Тестовые задания (ТЗ) размещены в системе "MOODLE". Студенту даётся 3 попытки для прохождения теста. Каждая попытка включает в себя 10 тестовых заданий. На одну попытку даётся 15 минут. После завершения попытки задания автоматически меняются. В зачёт идёт лучшая попытка из 3-х возможных. Максимальный балл -10	зачет
19	4	Промежуточная аттестация	Зачет 4 семестр	-	5	Зачет проводится в форме устного опроса. Порядок начисления баллов: раскрыт смысл 2 предлагаемых из списка зачетных вопросов (по 1 баллу за вопрос); студент показывает умение переложить теоретические знания на практический опыт (1 баллу за вопрос). Дан правильный ответ на дополнительный вопрос (1 балл).	зачет
20	4	Бонус	Участие в судействе соревнований Спартакиады ЮУрГУ	-	15	1 балл за судейство одного дня соревнований по видам спорта, включенных в Спартакиаду ЮУрГУ среди высших школ и институтов	зачет
21	4	Текущий контроль	Выполнение методико-практических заданий 1 - 4 семестр	30	32	Максимальный балл на каждом занятии из 16-ти - 2 ( 16 занятий * 2 = 32): 2 - выставляется студенту, если он правильно выполняет упражнение, комплекс или технико-тактическое действие, знает цели, показания и противопоказания применяемых методик, оперирует правильными формулировками и терминами, демонстрирует способность к обоснованию своих действий, 1 - выставляется студенту, если он выполняет частично упражнение, комплекс или технико-тактическое действие, не может обосновать использование данного комплекса или упражнений. 0 - отсутствует на занятии. При освобождении по медицинским показаниям студент выполняет реферат: 32 баллов - выставляется студенту, если студентом показана самостоятельность в постановке проблемы, наличие авторской позиции, самостоятельность суждений, реферат соответствует теме, показано умение работать с литературой,	зачет

					<p>обобщать, анализировать различные точки зрения, систематизировать и структурировать материал, студент владеет терминологией и понятийным аппаратом проблемы, соблюдены требования к оформлению.</p> <p>22 - выставляется студенту, если студентом показана самостоятельность в постановке проблемы, самостоятельность суждений реферат соответствует теме, показано умение работать с литературой, обобщать, анализировать различные точки зрения, но отмечены некоторые неточности в систематизации, студент владеет терминологией, соблюдены требования к оформлению.</p> <p>10 - выставляется студенту, если в реферате студент не полностью раскрыл тему, показал недостаточное умение работать с литературой, неспособность к обобщению материала, соблюдены требования к оформлению.</p> <p>0 - выставляется студенту, если студент не раскрыл тему реферата, не владеет терминологией, отсутствует умение к сопоставлению и анализу различных точек зрения, не соблюдены требования к оформлению.</p>		
22	4	Текущий контроль	Выполнение методико-практических заданий 2 - 4 семестр	30	32	<p>Максимальный балл на каждом занятии из 16-ти - 2 ( 16 занятий * 2 = 32):</p> <p>2 - выставляется студенту, если он правильно выполняет упражнение, комплекс или технико-тактическое действие, знает цели, показания и противопоказания применяемых методик, оперирует правильными формулировками и терминами, демонстрирует способность к обоснованию своих действий,</p> <p>1 - выставляется студенту, если он выполняет частично упражнение, комплекс или технико-тактическое действие, не может обосновать использование данного комплекса или упражнений.</p> <p>0 - отсутствует на занятии.</p> <p>При освобождении по медицинским показаниям студент выполняет реферат: 32 баллов - выставляется студенту, если студентом показана самостоятельность в постановке проблемы, наличие авторской позиции, самостоятельность суждений, реферат соответствует теме, показано умение работать с литературой, обобщать, анализировать различные точки зрения, систематизировать и структурировать материал, студент</p>	зачет

						<p>владеет терминологией и понятийным аппаратом проблемы, соблюдены требования к оформлению.</p> <p>22 - выставляется студенту, если студентом показана самостоятельность в постановке проблемы, самостоятельность суждений реферат соответствует теме, показано умение работать с литературой, обобщать, анализировать различные точки зрения, но отмечены некоторые неточности в систематизации, студент владеет терминологией, соблюдены требования к оформлению.</p> <p>10 - выставляется студенту, если в реферате студент не полностью раскрыл тему, показал недостаточное умение работать с литературой, неспособность к обобщению материала, соблюдены требования к оформлению.</p> <p>0 - выставляется студенту, если студент не раскрыл тему реферата, не владеет терминологией, отсутствует умение к сопоставлению и анализу различных точек зрения, не соблюдены требования к оформлению.</p>	
23	4	Текущий контроль	Тесты-нормативы	30	5	Вычисляется средний балл всех нормативов, сданных в данном семестре на практических занятиях согласно шкалы оценивания выполнения упражнений.	зачет
24	4	Текущий контроль	Тестирование в Электронном ЮУрГУ	10	10	Тестовые задания (ТЗ) размещены в системе "MOODLE". Студенту даётся 3 попытки для прохождения теста. Каждая попытка включает в себя 10 тестовых заданий. На одну попытку даётся 15 минут. После завершения попытки задания автоматически меняются. В зачёт идёт лучшая попытка из 3-х возможных. Максимальный балл -10	зачет
25	5	Промежуточная аттестация	Зачет 5 семестр	-	5	Зачет проводится в форме устного опроса. Порядок начисления баллов: раскрыт смысл 2 предлагаемых из списка зачетных вопросов (по 1 баллу за вопрос); студент показывает умение переложить теоретические знания на практический опыт (1 баллу за вопрос). Дан правильный ответ на дополнительный вопрос (1 балл).	зачет
26	5	Бонус	Участие в судействе соревнований Спартакиады ЮУрГУ	-	15	1 балл за судейство одного дня соревнований по видам спорта, включенных в Спартакиаду ЮУрГУ среди высших школ и институтов	зачет
27	5	Текущий контроль	Выполнение методико-	30	16	Максимальный балл на каждом занятии из 8-ти - 2 (8 занятий * 2= 16):	зачет

			практических заданий 1 - 5 семестр		<p>2 - выставляется студенту, если он правильно выполняет упражнение, комплекс или технико-тактическое действие, знает цели, показания и противопоказания применяемых методик, оперирует правильными формулировками и терминами, демонстрирует способность к обоснованию своих действий,</p> <p>1 - выставляется студенту, если он выполняет частично упражнение, комплекс или технико-тактическое действие, не может обосновать использование данного комплекса или упражнений.</p> <p>0 - отсутствует на занятии.</p> <p>При освобождении по медицинским показаниям студент выполняет реферат: 16 баллов - выставляется студенту, если студентом показана самостоятельность в постановке проблемы, наличие авторской позиции, самостоятельность суждений, реферат соответствует теме, показано умение работать с литературой, обобщать, анализировать различные точки зрения, систематизировать и структурировать материал, студент владеет терминологией и понятийным аппаратом проблемы, соблюдены требования к оформлению.</p> <p>8 - выставляется студенту, если студентом показана самостоятельность в постановке проблемы, самостоятельность суждений реферат соответствует теме, показано умение работать с литературой, обобщать, анализировать различные точки зрения, но отмечены некоторые неточности в систематизации, студент владеет терминологией, соблюдены требования к оформлению.</p> <p>4 - выставляется студенту, если в реферате студент не полностью раскрыл тему, показал недостаточное умение работать с литературой, неспособность к обобщению материала, соблюдены требования к оформлению.</p> <p>0 - выставляется студенту, если студент не раскрыл тему реферата, не владеет терминологией, отсутствует умение к сопоставлению и анализу различных точек зрения, не соблюдены требования к оформлению.</p>		
28	5	Текущий контроль	Выполнение методико-практических заданий 2 - 5 семестр	30	16	<p>Максимальный балл на каждом занятии из 8-ти - 2 (8 занятий * 2= 16):</p> <p>2 - выставляется студенту, если он правильно выполняет упражнение, комплекс или технико-тактическое</p>	зачет

						<p>действие, знает цели, показания и противопоказания применяемых методик, оперирует правильными формулировками и терминами, демонстрирует способность к обоснованию своих действий,</p> <p>1 - выставляется студенту, если он выполняет частично упражнение, комплекс или технико-тактическое действие, не может обосновать использование данного комплекса или упражнений.</p> <p>0 - отсутствует на занятии.</p> <p>При освобождении по медицинским показаниям студент выполняет реферат: 16 баллов - выставляется студенту, если студентом показана самостоятельность в постановке проблемы, наличие авторской позиции, самостоятельность суждений, реферат соответствует теме, показано умение работать с литературой, обобщать, анализировать различные точки зрения, систематизировать и структурировать материал, студент владеет терминологией и понятийным аппаратом проблемы, соблюдены требования к оформлению.</p> <p>8 - выставляется студенту, если студентом показана самостоятельность в постановке проблемы, самостоятельность суждений реферат соответствует теме, показано умение работать с литературой, обобщать, анализировать различные точки зрения, но отмечены некоторые неточности в систематизации, студент владеет терминологией, соблюдены требования к оформлению.</p> <p>4 - выставляется студенту, если в реферате студент не полностью раскрыл тему, показал недостаточное умение работать с литературой, неспособность к обобщению материала, соблюдены требования к оформлению.</p> <p>0 - выставляется студенту, если студент не раскрыл тему реферата, не владеет терминологией, отсутствует умение к сопоставлению и анализу различных точек зрения, не соблюдены требования к оформлению.</p>	
29	5	Текущий контроль	Тесты-нормативы	30	5	<p>Вычисляется средний балл всех нормативов, сданных в данном семестре на практических занятиях согласно шкалы оценивания выполнения упражнений.</p>	зачет
30	5	Текущий контроль	Тестирование в Электронном ЮУрГУ	10	10	<p>Тестовые задания (ТЗ) размещены в системе "MOODLE". Студенту даётся 3 попытки для прохождения теста. Каждая</p>	зачет

						попытка включает в себя 10 тестовых заданий. На одну попытку даётся 15 минут. После завершения попытки задания автоматически меняются. В зачёт идёт лучшая попытка из 3-х возможных. Максимальный балл -10	
--	--	--	--	--	--	--	--

## 6.2. Процедура проведения, критерии оценивания

Вид промежуточной аттестации	Процедура проведения	Критерии оценивания
зачет	<p>При оценивании результатов учебной деятельности обучающегося по дисциплине используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов учебной деятельности обучающихся (Положение о БРС утверждено приказом ректора от 24.05.2019 г. № 179, в редакции приказа ректора от 10.03.2022 № 25-13/09, от 02.09.2024 № 158-13/09).</p> <p>Оценка за дисциплину формируется на основе полученных оценок за контрольно-рейтинговые мероприятия текущего контроля. Зачтено: Величина рейтинга обучающегося по дисциплине 60...100 %. Незачтено: Величина рейтинга обучающегося по дисциплине 0...59 %. Если студент не согласен с оценкой, полученной по результатам текущего контроля, студент проходит мероприятие промежуточной аттестации в форме устного опроса. Студенту дается 2 вопроса из списка вопросов к зачету. Время на подготовку не более 20 минут. В этом случае оценка за дисциплину рассчитывается на основе полученных оценок за контрольно-рейтинговые мероприятия текущего контроля и промежуточной аттестации.</p>	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения
зачет	<p>При оценивании результатов учебной деятельности обучающегося по дисциплине используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов учебной деятельности обучающихся (Положение о БРС утверждено приказом ректора от 24.05.2019 г. № 179, в редакции приказа ректора от 10.03.2022 № 25-13/09, от 02.09.2024 № 158-13/09).</p> <p>Оценка за дисциплину формируется на основе полученных оценок за контрольно-рейтинговые мероприятия текущего контроля. Зачтено: Величина рейтинга обучающегося по дисциплине 60...100 %. Незачтено: Величина рейтинга обучающегося по дисциплине 0...59 %. Если студент не согласен с оценкой, полученной по результатам текущего контроля, студент проходит мероприятие промежуточной аттестации в форме устного опроса. Студенту дается 2 вопроса из списка вопросов к зачету. Время на подготовку не более 20 минут. В этом случае оценка за дисциплину рассчитывается на основе полученных оценок за контрольно-рейтинговые мероприятия текущего контроля и промежуточной аттестации.</p>	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения
зачет	<p>При оценивании результатов учебной деятельности обучающегося по дисциплине используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов учебной деятельности обучающихся (Положение о БРС утверждено приказом ректора от 24.05.2019 г. № 179, в редакции приказа</p>	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

	<p>ректора от 10.03.2022 № 25-13/09, от 02.09.2024 № 158-13/09).  Оценка за дисциплину формируется на основе полученных оценок за контрольно-рейтинговые мероприятия текущего контроля. Зачтено: Величина рейтинга обучающегося по дисциплине 60...100 %. Незачтено: Величина рейтинга обучающегося по дисциплине 0...59 %. Если студент не согласен с оценкой, полученной по результатам текущего контроля, студент проходит мероприятие промежуточной аттестации в форме устного опроса. Студенту дается 2 вопроса из списка вопросов к зачету. Время на подготовку не более 20 минут. В этом случае оценка за дисциплину рассчитывается на основе полученных оценок за контрольно-рейтинговые мероприятия текущего контроля и промежуточной аттестации.</p>	
зачет	<p>При оценивании результатов учебной деятельности обучающегося по дисциплине используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов учебной деятельности обучающихся (Положение о БРС утверждено приказом ректора от 24.05.2019 г. № 179, в редакции приказа ректора от 10.03.2022 № 25-13/09, от 02.09.2024 № 158-13/09).  Оценка за дисциплину формируется на основе полученных оценок за контрольно-рейтинговые мероприятия текущего контроля. Зачтено: Величина рейтинга обучающегося по дисциплине 60...100 %. Незачтено: Величина рейтинга обучающегося по дисциплине 0...59 %. Если студент не согласен с оценкой, полученной по результатам текущего контроля, студент проходит мероприятие промежуточной аттестации в форме устного опроса. Студенту дается 2 вопроса из списка вопросов к зачету. Время на подготовку не более 20 минут. В этом случае оценка за дисциплину рассчитывается на основе полученных оценок за контрольно-рейтинговые мероприятия текущего контроля и промежуточной аттестации.</p>	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения
зачет	<p>При оценивании результатов учебной деятельности обучающегося по дисциплине используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов учебной деятельности обучающихся (Положение о БРС утверждено приказом ректора от 24.05.2019 г. № 179, в редакции приказа ректора от 10.03.2022 № 25-13/09, от 02.09.2024 № 158-13/09).  Оценка за дисциплину формируется на основе полученных оценок за контрольно-рейтинговые мероприятия текущего контроля. Зачтено: Величина рейтинга обучающегося по дисциплине 60...100 %. Незачтено: Величина рейтинга обучающегося по дисциплине 0...59 %. Если студент не согласен с оценкой, полученной по результатам текущего контроля, студент проходит мероприятие промежуточной аттестации в форме устного опроса. Студенту дается 2 вопроса из списка вопросов к зачету. Время на подготовку не более 20 минут. В этом случае оценка за дисциплину рассчитывается на основе полученных оценок за контрольно-рейтинговые мероприятия текущего контроля и промежуточной аттестации.</p>	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

### 6.3. Паспорт фонда оценочных средств





	<p>целенаправленно и творчески воспроизводить основные методы и способы формирования учебных, профессиональных и жизненных умений и навыков средствами физической культуры и спорта;          Применять методы самоконтроля за функциональным состоянием организма, состоянием здоровья и физического развития, владеть методами оценки и коррекции осанки и телосложения, методами самооценки специальной физической и спортивной подготовленности по избранному виду спорта;          Применять методы регулирования психического (эмоционального) состояния и использовать средства и методы мышечной релаксации при занятиях физической культурой и спортом;</p>																																			
УК-7	<p>Имеет практический опыт: Использования навыков сохранения и укрепления здоровья, с целью развития и совершенствования психофизических</p>	+		+		+		+		+	+	+		+	+	+		+	+	+		+	+	+		+	+	+		+	+	+		+	+	



## Печатная учебно-методическая документация

а) основная литература:

Не предусмотрена

б) дополнительная литература:

Не предусмотрена

в) отечественные и зарубежные журналы по дисциплине, имеющиеся в библиотеке:

Не предусмотрены

г) методические указания для студентов по освоению дисциплины:

1. Янчик, Е. М. Особенности занятий физическим воспитанием со студентами специальной медицинской группы [Текст] метод. указания Е. М. Янчик, В. В. Янчик ; Юж.-Урал. гос. ун-т, Каф. Физ. воспитание ; ЮУрГУ. - Челябинск: Издательский Центр ЮУрГУ, 2011. - 34, [2] с.

2. Янчик, Е. М. Физическое воспитание студентов специальной медицинской группы [Текст] учеб. пособие по направлениям "Экономика", "Экон. безопасность", "Менеджмент" и др. Е. М. Янчик, В. В. Янчик ; Юж.-Урал. гос. ун-т, Каф. Физ. воспитание и здоровье ; ЮУрГУ. - Челябинск: Издательский Центр ЮУрГУ, 2014. - 38, [1] с.

3. Янчик, Е. М. Физическая культура в специальной медицинской группе в ВУЗе учеб. пособие Е. М. Янчик ; Юж.-Урал. гос. ун-т, Каф. Спорт. совершенствование ; ЮУрГУ. - Челябинск: Издательский Центр ЮУрГУ, 2021. - 37, [2] с.

из них: учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента:

1. Янчик, Е. М. Особенности занятий физическим воспитанием со студентами специальной медицинской группы [Текст] метод. указания Е. М. Янчик, В. В. Янчик ; Юж.-Урал. гос. ун-т, Каф. Физ. воспитание ; ЮУрГУ. - Челябинск: Издательский Центр ЮУрГУ, 2011. - 34, [2] с.

2. Янчик, Е. М. Физическое воспитание студентов специальной медицинской группы [Текст] учеб. пособие по направлениям "Экономика", "Экон. безопасность", "Менеджмент" и др. Е. М. Янчик, В. В. Янчик ; Юж.-Урал. гос. ун-т, Каф. Физ. воспитание и здоровье ; ЮУрГУ. - Челябинск: Издательский Центр ЮУрГУ, 2014. - 38, [1] с.

3. Янчик, Е. М. Физическая культура в специальной медицинской группе в ВУЗе учеб. пособие Е. М. Янчик ; Юж.-Урал. гос. ун-т, Каф. Спорт. совершенствование ; ЮУрГУ. - Челябинск: Издательский Центр ЮУрГУ, 2021. - 37, [2] с.

## Электронная учебно-методическая документация

№	Вид литературы	Наименование ресурса в электронной форме	Библиографическое описание
1	Основная литература	ЭБС издательства Лань	Ляшенко, Х. М. Адаптивная физическая культура: теоретический курс : учебное пособие / Х. М. Ляшенко, И. С. Щадилова. — Тула : ТулГУ, 2023. — 194 с. — ISBN 978-5-

			7679-5323-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/391358">https://e.lanbook.com/book/391358</a>
2	Основная литература	ЭБС издательства Лань	Григорьева, И. В. Физическая культура. Адаптивная физическая культура в вузе : учебное пособие / И. В. Григорьева. — Воронеж : ВГЛУ, 2019. — 108 с. — ISBN 978-5-7994-0879-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/152414">https://e.lanbook.com/book/152414</a>
3	Основная литература	ЭБС издательства Лань	Ермакова, М. А. Адаптивная физическая культура и спорт инвалидов : учебное пособие / М. А. Ермакова, С. И. Матявина, Я. П. Мелихов. — Оренбург : ОрГМУ, 2022. — 83 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/340520">https://e.lanbook.com/book/340520</a>
4	Дополнительная литература	ЭБС издательства Лань	Мандриков, В. Б. Методико-практические занятия по дисциплине «Физическая культура и спорт» : методические рекомендации / В. Б. Мандриков. — Волгоград : ВолгГМУ, 2020. — 92 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/179585">https://e.lanbook.com/book/179585</a>
5	Дополнительная литература	ЭБС издательства Лань	Евсеева, О. Э. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник / О. Э. Евсеева, С. П. Евсеев ; под редакцией С. П. Евсеева. — Москва : Спорт-Человек, 2016. — 384 с. — ISBN 978-5-906839-18-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/97465">https://e.lanbook.com/book/97465</a>

Перечень используемого программного обеспечения:

1. Microsoft-Windows(бессрочно)
2. Microsoft-Office(бессрочно)
3. ФГАОУ ВО "ЮУрГУ (НИУ)"-Портал "Электронный ЮУрГУ" (<https://edu.susu.ru>)(бессрочно)

Перечень используемых профессиональных баз данных и информационных справочных систем:

1. -База данных polpred (обзор СМИ)(бессрочно)

## 8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Вид занятий	№ ауд.	Основное оборудование, стенды, макеты, компьютерная техника, предустановленное программное обеспечение, используемое для различных видов занятий
Лекции	204а (3г)	Системный блок, монитор, колонки, клавиатура, микрофон, мышь, экран, проектор
Практические занятия и семинары	3 Зал борьбы (ДС)	Шведская стенка - 10 секций
Контроль самостоятельной работы	101 (ДС)	Системный блок, монитор, мышь, клавиатура
Практические занятия и семинары	2 Волейбол.зал (ДС)	Стойки волейбольные - 1 комплект, сетка волейбольная - 1 шт., судейская вышка волейбольная - 1 шт.

Зачет	101 (ДС)	Системный блок, монитор, клавиатура, мышь, экран, проектор
Практические занятия и семинары	ЛАМ (УСК)	Легкоатлетическая дорожка, зона разминка
Практические занятия и семинары	1 Баскетбол.зал (ДС)	Щит баскетбольный - 4 шт., кольцо баскетбольное - 4 шт., сетка для бадминтона - 2 шт., стойка для бадминтона - 4 шт.
Самостоятельная работа студента	101 (Зд)	Автоматизированное рабочее место с выходом в Интернет