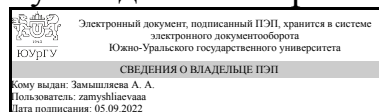


УТВЕРЖДАЮ:  
Руководитель направления



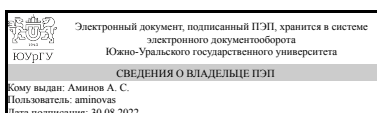
А. А. Замышляева

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**дисциплины 1.Ф.01.01** Адаптивная физическая культура и спорт  
**для направления 01.03.02** Прикладная математика и информатика  
**уровень** Бакалавриат  
**форма обучения** очная  
**кафедра-разработчик** Спортивное совершенствование

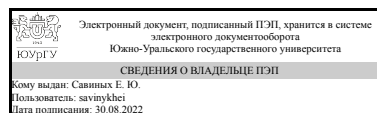
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 01.03.02 Прикладная математика и информатика, утверждённым приказом Минобрнауки от 10.01.2018 № 9

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



А. С. АМИНОВ

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 физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности. 3 Знание научно-биологических, педагогических и практических основ 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. Гимнастика: строевые упражнения, общеразвивающие упражнения без предметов, с предметами. Упражнения для воспитания силы, выносливости, гибкости, ловкости. Методы воспитания выносливости, силы, ловкости, быстроты. Роль и место легкой атлетики в физической подготовке студентов. Основы техники безопасности на занятиях легкой атлетикой. Ознакомление, обучение и овладение двигательными навыками и техникой видов легкой атлетики. Совершенствование знаний, умений, навыков и развитие физических качеств в легкой атлетике. Техника выполнения легкоатлетических упражнений. Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма средствами легкой атлетики. Способы и методы самоконтроля при занятиях. Особенности организации и планирования занятий легкой атлетикой в связи с выбранной профессией. Роль и место спортивных игр в физической подготовке студентов. Основы техники безопасности на занятиях спортивными играми. Обучение элементам техники спортивных игр (адаптивные

виды и формы): бочче, голбол, волейбол сидя, лапта по упрощенным правилам. Краткая историческая справка вида спорта, правила игры, правила судейства. Характеристика возможностей влияния указанных видов спорта на физическое развитие, функциональную подготовленность, психические качества и свойства личности. Общие и специальные упражнения игрока. Основные приемы овладения техникой, индивидуальные упражнения и в парах. Общая и специальная физическая подготовка, подготовительные и подводящие упражнения в избранном виде адаптивного спорта, техническая и тактическая подготовка, учебные игры. Роль профилактической и оздоровительной гимнастики в профессионально-прикладной физической подготовке студентов. Виды оздоровительной гимнастики и методические особенности занятий. Самоконтроль. 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. Методика дыхательной гимнастики бодифлекс, А. Стрельниковой, К. Бутейко. Методика закаливания солнцем, воздухом и водой. Методы психорегуляции в профессиональном аспекте. Техники и приемы снятия психоэмоционального напряжения, психосаморегуляции. Роль производственной гимнастики 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 ограниченных возможностей. Обучение методам снятия психоэмоционального напряжения. Роль и место современных оздоровительных систем в физической подготовке студентов. 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 и гендерных особенностей. Методические принципы и методы адаптивного физического воспитания. Коррекция физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами адаптивной физической культуры и адаптивного спорта. Роль физической культуры в коррекции физического развития, телосложения, функциональной и двигательной подготовленности студентов. Формы занятий физическими упражнениями. Структура и содержание занятия оздоровительной направленности. Особенности занятий системой физических упражнений.

## **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 физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий Имеет практический опыт: укрепления индивидуального здоровья с помощью комплекса физкультурных упражнений
---	--

### 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., 289,25 ч. контактной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах				
		Номер семестра				
		1	2	3	4	5
Общая трудоёмкость дисциплины	328	72	72	72	72	40
<i>Аудиторные занятия:</i>	288	64	64	64	64	32
Лекции (Л)	16	8	8	0	0	0
Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ)	272	56	56	64	64	32
Лабораторные работы (ЛР)	0	0	0	0	0	0
<i>Самостоятельная работа (СРС)</i>	38,75	7,75	7,75	7,75	7,75	7,75
Подготовка к теоретическому тестированию и прохождение теста	20	4	4	4	4	4
Подготовка к зачету	18,75	3,75	3,75	3,75	3,75	3,75
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	56	0	56	0
2	Спортивные и подвижные игры (адаптивные формы и виды)	56	0	56	0
3	Профилактическая, оздоровительная и производственная	64	0	64	0

	гимнастика				
4	Современные оздоровительные системы в физической подготовке студентов	64	0	64	0
5	Коррекция физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами физической культуры и спорта	32	0	32	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 сфере профессионально-прикладной физической подготовки (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. Строевые упражнения	2
2	1	Общая адаптивная физическая подготовка (совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств) согласно возможностям занимающихся с ограничениями в состоянии здоровья. Гимнастика: строевые упражнения, общеразвивающие упражнения без предметов, с предметами. 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: строевые упражнения, общеразвивающие упражнения без предметов, с предметами. Содержание адаптивной физической культуры	2

4	1	Общая адаптивная физическая подготовка (совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств) согласно возможностям занимающихся с ограничениями в состоянии здоровья. Гимнастика: строевые упражнения, общеразвивающие упражнения без предметов, с предметами. Самоконтроль 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. Гимнастика: строевые упражнения, общеразвивающие упражнения без предметов, с предметами. Отработка навыков самоконтроля на занятиях адаптивной физической культурой	2
6	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
7	1	Общая адаптивная физическая подготовка (совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств) согласно возможностям занимающихся с ограничениями в состоянии здоровья. Гимнастика: строевые упражнения, общеразвивающие упражнения без предметов, с предметами. Отработка навыков самоконтроля на занятиях адаптивной физической культурой	2
8	1	Общая адаптивная физическая подготовка (совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств) согласно возможностям занимающихся с ограничениями в состоянии здоровья. Основы техники безопасности на занятиях легкой атлетикой. Упражнения для воспитания силы, выносливости, гибкости, ловкости. Функции адаптивной физической культуры.	2
9	1	Общая адаптивная физическая подготовка (совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств) согласно возможностям занимающихся с ограничениями в состоянии здоровья. Упражнения для воспитания силы, выносливости, гибкости, ловкости. Отработка навыков самоконтроля на занятиях адаптивной физической культурой	2
10	1	Общая адаптивная физическая подготовка (совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств) согласно возможностям занимающихся с ограничениями в состоянии здоровья. Упражнения для воспитания силы, выносливости, гибкости, ловкости. Средства и методы адаптивной физической культуры	2
11	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
12	1	Общая адаптивная физическая подготовка (совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств) согласно возможностям занимающихся с ограничениями в состоянии здоровья. Особенности развития выносливости в адаптивной физической культуры	2
13	1	Общая адаптивная физическая подготовка (совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств) согласно возможностям занимающихся с ограничениями в состоянии здоровья. Особенности развития гибкости в адаптивной физической культуры	2
14	1	Общая адаптивная физическая подготовка (совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств) согласно возможностям занимающихся с ограничениями в состоянии здоровья. Особенности развития координационных способностей в адаптивной физической культуры	2

15	1	Общая адаптивная физическая подготовка (совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств) согласно возможностям занимающихся с ограничениями в состоянии здоровья. Особенности развития силовых способностей в адаптивной физической культуре	2
16	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
17	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
18	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
19	1	Общая адаптивная физическая подготовка (совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств) согласно возможностям занимающихся с ограничениями в состоянии здоровья. Ознакомление, обучение и овладение двигательными навыками и техникой видов легкой атлетики.	2
20	1	Общая адаптивная физическая подготовка (совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств) согласно возможностям занимающихся с ограничениями в состоянии здоровья. Ознакомление, обучение и овладение двигательными навыками и техникой видов легкой атлетики.	2
21	1	Общая адаптивная физическая подготовка (совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств) согласно возможностям занимающихся с ограничениями в состоянии здоровья. Совершенствование знаний, умений, навыков и развитие физических качеств в легкой атлетике.	2
22	1	Общая адаптивная физическая подготовка (совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств) согласно возможностям занимающихся с ограничениями в состоянии здоровья. Техника выполнения легкоатлетических упражнений.	2
23	1	Общая адаптивная физическая подготовка (совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств) согласно возможностям занимающихся с ограничениями в состоянии здоровья. Техника выполнения легкоатлетических упражнений.	2
24	1	Общая адаптивная физическая подготовка (совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств) согласно возможностям занимающихся с ограничениями в состоянии здоровья. Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма средствами легкой атлетики. Оценка функционального состояния студентов.	2
25	1	Общая адаптивная физическая подготовка (совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств) согласно возможностям занимающихся с ограничениями в состоянии здоровья. Особенности организации и планирования занятий легкой атлетикой в связи с выбранной профессией.	2
26	1	Общая адаптивная физическая подготовка (совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств) согласно возможностям занимающихся с ограничениями в состоянии здоровья. Развитие физических	2

		качеств и функциональных возможностей организма средствами легкой атлетики. Развитие навыков оценки функционального состояния собственного здоровья	
27	1	Общая адаптивная физическая подготовка (совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств) согласно возможностям занимающихся с ограничениями в состоянии здоровья. Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма средствами легкой атлетики. Развитие навыков оценки функционального состояния собственного здоровья	2
28	1	Общая адаптивная физическая подготовка (совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств) согласно возможностям занимающихся с ограничениями в состоянии здоровья. Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма средствами легкой атлетики. Развитие навыков оценки функционального состояния собственного здоровья	2
29	2	Роль и место спортивных и подвижных игр в физической подготовке студентов. Техника безопасности на занятиях спортивными и подвижными играми.	2
30	2	Обучение элементам техники спортивных игр (адаптивные виды и формы): настольный теннис, бадминтон, бочче, голбол, волейбол сидя, лапта по упрощенным правилам, подвижные игры.	2
31	2	Обучение элементам техники спортивных игр (адаптивные виды и формы): настольный теннис, бадминтон, бочче, голбол, волейбол сидя, лапта по упрощенным правилам, подвижные игры.	2
32	2	Общие и специальные упражнения для развития физической подготовки, техники и тактики избранной адаптивной спортивной игры.	2
33	2	Основные приемы овладения техникой, индивидуальные упражнения и в парах.	2
34	2	Основные приемы овладения техникой, индивидуальные упражнения и в парах.	2
35	2	Общая и специальная физическая подготовка, подготовительные и подводящие упражнения в избранном виде адаптивного спорта.	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	2



		средствами адаптивных спортивных и подвижных игр. Развитие навыков оценки функционального состояния собственного здоровья. Учебные игры	
45	2	Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма средствами адаптивных спортивных и подвижных игр. Развитие навыков оценки функционального состояния собственного здоровья. Учебные игры	2
46	2	Техническая и тактическая подготовка. Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма средствами адаптивных спортивных и подвижных игр.	2
47	2	Техническая и тактическая подготовка. Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма средствами адаптивных спортивных и подвижных игр.	2
48	2	Техническая и тактическая подготовка. Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма средствами адаптивных спортивных и подвижных игр.	2
49	2	Техническая и тактическая подготовка. Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма средствами адаптивных спортивных и подвижных игр. Учебные игры.	2
50	2	Техническая и тактическая подготовка. Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма средствами адаптивных спортивных и подвижных игр. Учебные игры.	2
51	2	Техническая и тактическая подготовка. Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма средствами адаптивных спортивных и подвижных игр. Учебные игры.	2
52	2	Совершенствование навыков проведения комплекса упражнений избранной спортивной игры для совершенствования психофизических функций (эмоциональная устойчивость, способность противостоять стрессовым ситуациям). Учебные игры.	2
53	2	Совершенствование навыков проведения комплекса упражнений избранной спортивной игры для совершенствования психофизических функций (эмоциональная устойчивость, способность противостоять стрессовым ситуациям). Учебные игры.	2
54	2	Оценка развития физических качеств и функциональных возможностей организма средствами адаптивных спортивных и подвижных игр. Учебные игры.	2
55	2	Оценка развития физических качеств и функциональных возможностей организма средствами адаптивных спортивных и подвижных игр. Учебные игры.	2
56	2	Оценка развития физических качеств и функциональных возможностей организма средствами адаптивных спортивных и подвижных игр. Учебные игры.	2
57	3	Коррекционная гимнастика. Общеоздоровительные упражнения. Комплекс физических упражнений, рекомендованный при всех нозологиях. Роль профилактической и оздоровительной гимнастики в профессионально-прикладной физической подготовке студентов.	2
58	3	Коррекционная гимнастика. Общеоздоровительные упражнения. Развитие навыков проведения комплекса физических упражнений, рекомендованный при всех нозологиях.	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. Специально-оздоровительные упражнения. Развитие навыков самоконтроля на занятиях адаптивной физической культуры.	2

61	3	Коррекционная гимнастика. Специально-оздоровительные упражнения. Развитие навыков самоконтроля на занятиях адаптивной физической культуры.	2
62	3	Комплексы упражнений, формирующих и исправляющих осанку. Показания и противопоказания к применению физических упражнений при индивидуальных ограничениях в состоянии здоровья.	2
63	3	Комплексы упражнений, формирующих и исправляющих осанку.	2
64	3	Комплекс упражнений для профилактики остеохондроза	2
65	3	КОМПЛЕКСЫ УПРАЖНЕНИЙ для развития гибкости и растяжении мышц связок позвоночника	2
66	3	КОМПЛЕКСЫ УПРАЖНЕНИЙ для развития гибкости и растяжении мышц связок позвоночника	2
67	3	КОМПЛЕКСЫ УПРАЖНЕНИЙ для развития гибкости и растяжении мышц связок позвоночника	2
68	3	КОМПЛЕКС УПРАЖНЕНИЙ для развития выносливости спины	2
69	3	КОМПЛЕКС УПРАЖНЕНИЙ для расслабления мышц и укрепления нервной системы	2
70	3	КОМПЛЕКС УПРАЖНЕНИЙ на развития силы мышц спины	2
71	3	КОМПЛЕКС УПРАЖНЕНИЙ аутогенная тренировка	2
72	3	КОМПЛЕКСЫ УПРАЖНЕНИЙ при плоскостопии	2
73	3	КОМПЛЕКСЫ УПРАЖНЕНИЙ при плоскостопии	2
74	3	Корригирующая гимнастика при нарушении осанки	2
75	3	Методика дыхательной гимнастики А. Стрельниковой, К. Бутейко.	2
76	3	Комплексы упражнений согласно индивидуальным ограничениям в состоянии здоровья	2
77	3	Цель, задачи и методические особенности производственной гимнастики	2
78	3	Методы, формы и средства производственной гимнастики. Виды производственной гимнастики: вводная гимнастика, физкультминутки, физкультпаузы, комплексы упражнений для снятия утомления и повышения работоспособности.	2
79	3	Методика составления комплексов упражнений производственной гимнастики с учетом будущей профессиональной деятельности студента	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
82	3	Комплексы упражнений производственной гимнастики с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья и будущей профессиональной деятельности.	2
83	3	Комплексы упражнений производственной гимнастики с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья и будущей профессиональной деятельности.	2
84	3	Комплексы упражнений производственной гимнастики с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья и будущей профессиональной деятельности.	2
85	3	Комплексы упражнений производственной гимнастики с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья и будущей профессиональной деятельности.	2
86	3	Профилактика профессиональных заболеваний средствами производственной гимнастики	2
87	3	Методы снятия психоэмоционального напряжения средствами производственной гимнастики.	2

88	3	Комплексы упражнений для снятия психоэмоционального напряжения средствами производственной гимнастики будущей профессиональной деятельности.	2
89	4	Роль и место современных оздоровительных систем в физической подготовке студентов. Классификация современных оздоровительных систем функциональной направленности.	2
90	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
91	4	Методические особенности обучения основам техники упражнений современных оздоровительных систем (на выбор).	2
92	4	Обучение основам техники упражнений современных оздоровительных систем (на выбор).	2
93	4	Обучение основам техники упражнений современных оздоровительных систем (на выбор).	2
94	4	Обучение основам техники упражнений современных оздоровительных систем (на выбор).	2
95	4	Рекомендации к составлению комплексов упражнений по совершенствованию физических качеств с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья.	2
96	4	Комплексы упражнений по совершенствованию физических качеств с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья.	2
97	4	Комплексы упражнений по совершенствованию физических качеств с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья.	2
98	4	Совершенствование навыков проведения комплексов упражнений по совершенствованию физических качеств с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья.	2
99	4	Совершенствование навыков проведения комплексов упражнений по совершенствованию физических качеств с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья.	2
100	4	Совершенствование навыков проведения комплексов упражнений по совершенствованию физических качеств с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья.	2
101	4	Совершенствование навыков проведения комплексов упражнений по совершенствованию физических качеств с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья.	2
102	4	Совершенствование навыков проведения комплексов упражнений по совершенствованию физических качеств с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья. Способы и методы самоконтроля при занятиях.	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	2



		оздоровительных систем (на выбор). Оценка уровня развития физических качеств и функциональных возможностей.	
121	5	Роль физической культуры в коррекции физического развития, телосложения, функциональной и двигательной подготовленности студентов, имеющих ограничения в состоянии здоровья.	2
122	5	Структура и содержание занятия оздоровительной направленности. Коррекция физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами адаптивной физической культуры.	2
123	5	Комплексные тесты оценки физического состояния, методики расчета тренировочного пульса.	2
124	5	Коррекция физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами адаптивной физической культуры. Развитие навыков самоконтроля состояния здоровья и физического развития.	2
125	5	Коррекция физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами адаптивной физической культуры. Развитие навыков самоконтроля состояния здоровья и физического развития.	2
126	5	Коррекция физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами адаптивной физической культуры. Развитие навыков самоконтроля состояния здоровья и физического развития.	2
127	5	Отработка навыков самостоятельного проведения занятий, направленных на физическое развитие, телосложение, двигательной и функциональной подготовленности средствами адаптивной физической культуры. Развитие навыков самоконтроля состояния здоровья и физического развития.	2
128	5	Отработка навыков самостоятельного проведения занятий, направленных на физическое развитие, телосложение, двигательной и функциональной подготовленности средствами адаптивной физической культуры. Развитие навыков самоконтроля состояния здоровья и физического развития.	2
129	5	Отработка навыков самостоятельного проведения занятий, направленных на физическое развитие, телосложение, двигательной и функциональной подготовленности средствами адаптивной физической культуры. Развитие навыков самоконтроля состояния здоровья и физического развития.	2
130	5	Методика индивидуального подхода и применения средств направленного развития отстающих физических качеств.	2
131	5	Отработка навыков разработки и применения методики индивидуального подхода и применения средств направленного развития отстающих физических качеств.	2
132	5	Отработка навыков разработки и применения методики индивидуального подхода и применения средств направленного развития отстающих физических качеств.	2
133	5	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
134	5	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
135	5	Отработка навыков разработки и применения методики индивидуального подхода и применения средств направленного развития отстающих физических качеств. Оценка уровня развития физических качеств и	2



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	60	Максимальный балл на каждом занятии из 12-ти - 5 (12 занятий * 5= 60): 5 - 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 полное понимание материала и способность к обоснованию своих действий, владеет речью, показывая связность и последовательность в изложении. 4- 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 частичное понимание материала. 3 - выставляется студенту, если он правильно выполняет упражнение, комплекс или технико-тактическое действие, путается в целях, показаниях и противопоказаниях применяемых методик, не владеет правильными формулировками и терминами, демонстрирует частичное понимание материала. 2 - выставляется студенту, если он выполняет упражнение, комплекс или технико-тактическое действие, но не знает цели, показания и противопоказания применяемых методик. не владеет терминологией. 1 - выставляется студенту, если он не правильно выполняет упражнение, комплекс или технико-тактическое действие. 0 - отсутствует на занятии. При освобождении по медицинским	зачет

					<p>показаниям студент выполняет реферат: 60 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>45 - 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>30 - 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>15 - 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	80	<p>Максимальный балл на каждом занятии из 16-ти - 5 (16 занятий * 5= 80):</p> <p>5 - 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 полное понимание материала и способность к обоснованию своих действий, владеет речью, показывая связность и последовательность в изложении.</p> <p>4- 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 частичное понимание материала.</p>	зачет



					<p>3 - выставляется студенту, если он правильно выполняет упражнение, комплекс или технико-тактическое действие, путается в целях, показаниях и противопоказаниях применяемых методик, не владеет правильными формулировками и терминами, демонстрирует частичное понимание материала.</p> <p>2 - выставляется студенту, если он выполняет упражнение, комплекс или технико-тактическое действие, но не знает цели, показания и противопоказания применяемых методик. не владеет терминологией.</p> <p>1 - выставляется студенту, если он не правильно выполняет упражнение, комплекс или технико-тактическое действие.</p> <p>0 - отсутствует на занятии.</p> <p>При освобождении по медицинским показаниям студент выполняет реферат:</p> <p>80 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>60 - 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>40 - 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>20 - 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	2	Промежуточная аттестация	Зачет 2 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
6	2	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
7	2	Текущий контроль	Выполнение методико-практических заданий 1 - 2 семестр	30	60	Максимальный балл на каждом занятии из 12-ти - 5 (12 занятий * 5= 60): 5 - 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 полное понимание материала и способность к обоснованию своих действий, владеет речью, показывая связность и последовательность в изложении. 4- 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 частичное понимание материала. 3 - выставляется студенту, если он правильно выполняет упражнение, комплекс или технико-тактическое действие, путается в целях, показаниях и противопоказаниях применяемых методик, не владеет правильными формулировками и терминами, демонстрирует частичное понимание материала. 2 - выставляется студенту, если он выполняет упражнение, комплекс или технико-тактическое действие, но не знает цели, показания и противопоказания применяемых методик. не владеет терминологией. 1 - выставляется студенту, если он не правильно выполняет упражнение, комплекс или технико-тактическое действие. 0 - отсутствует на занятии. При освобождении по медицинским	зачет

					<p>показаниям студент выполняет реферат: 60 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>45 - 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>30 - 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>15 - 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>		
8	2	Текущий контроль	Выполнение методико-практических заданий 2 - 2 семестр	30	80	<p>Максимальный балл на каждом занятии из 16-ти - 5 (16 занятий * 5= 80):</p> <p>5 - 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 полное понимание материала и способность к обоснованию своих действий, владеет речью, показывая связность и последовательность в изложении.</p> <p>4- 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 частичное понимание материала.</p>	зачет

					<p>3 - выставляется студенту, если он правильно выполняет упражнение, комплекс или технико-тактическое действие, путается в целях, показаниях и противопоказаниях применяемых методик, не владеет правильными формулировками и терминами, демонстрирует частичное понимание материала.</p> <p>2 - выставляется студенту, если он выполняет упражнение, комплекс или технико-тактическое действие, но не знает цели, показания и противопоказания применяемых методик. не владеет терминологией.</p> <p>1 - выставляется студенту, если он не правильно выполняет упражнение, комплекс или технико-тактическое действие.</p> <p>0 - отсутствует на занятии.</p> <p>При освобождении по медицинским показаниям студент выполняет реферат:</p> <p>80 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>60 - 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>40 - 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>20 - 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>	
--	--	--	--	--	---	--

9	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 практический опыт (1 баллу за вопрос). Дан правильный ответ на дополнительный вопрос (1 балл).	зачет
10	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
11	3	Текущий контроль	Выполнение методико-практических заданий 1 - 3 семестр	30	80	Максимальный балл на каждом занятии из 16-ти - 5 (16 занятий * 5= 80): 5 - 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 полное понимание материала и способность к обоснованию своих действий, владеет речью, показывая связность и последовательность в изложении. 4- 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 частичное понимание материала. 3 - выставляется студенту, если он правильно выполняет упражнение, комплекс или технико-тактическое действие, путается в целях, показаниях и противопоказаниях применяемых методик, не владеет правильными формулировками и терминами, демонстрирует частичное понимание материала. 2 - выставляется студенту, если он выполняет упражнение, комплекс или технико-тактическое действие, но не знает цели, показания и противопоказания применяемых методик. не владеет терминологией. 1 - выставляется студенту, если он не правильно выполняет упражнение, комплекс или технико-тактическое действие. 0 - отсутствует на занятии. При освобождении по медицинским	зачет

					<p>показаниям студент выполняет реферат: 80 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>60 - 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>40 - 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>20 - 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>	
12	3	Текущий контроль	Выполнение методико-практических заданий 2 - 3 семестр	30	<p>Максимальный балл на каждом занятии из 16-ти - 5 (16 занятий * 5= 80):</p> <p>5 - 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 полное понимание материала и способность к обоснованию своих действий, владеет речью, показывая связность и последовательность в изложении.</p> <p>4- 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 частичное понимание материала.</p>	зачет

					<p>3 - выставляется студенту, если он правильно выполняет упражнение, комплекс или технико-тактическое действие, путается в целях, показаниях и противопоказаниях применяемых методик, не владеет правильными формулировками и терминами, демонстрирует частичное понимание материала.</p> <p>2 - выставляется студенту, если он выполняет упражнение, комплекс или технико-тактическое действие, но не знает цели, показания и противопоказания применяемых методик. не владеет терминологией.</p> <p>1 - выставляется студенту, если он не правильно выполняет упражнение, комплекс или технико-тактическое действие.</p> <p>0 - отсутствует на занятии.</p> <p>При освобождении по медицинским показаниям студент выполняет реферат:</p> <p>80 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>60 - 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>40 - 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>20 - 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>	
--	--	--	--	--	---	--

13	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
14	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
15	4	Текущий контроль	Выполнение методико-практических заданий 1 - 4 семестр	30	80	Максимальный балл на каждом занятии из 16-ти - 5 (16 занятий * 5= 80): 5 - 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 полное понимание материала и способность к обоснованию своих действий, владеет речью, показывая связность и последовательность в изложении. 4- 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 частичное понимание материала. 3 - выставляется студенту, если он правильно выполняет упражнение, комплекс или технико-тактическое действие, путается в целях, показаниях и противопоказаниях применяемых методик, не владеет правильными формулировками и терминами, демонстрирует частичное понимание материала. 2 - выставляется студенту, если он выполняет упражнение, комплекс или технико-тактическое действие, но не знает цели, показания и противопоказания применяемых методик. не владеет терминологией. 1 - выставляется студенту, если он не правильно выполняет упражнение, комплекс или технико-тактическое действие. 0 - отсутствует на занятии. При освобождении по медицинским	зачет



					<p>показаниям студент выполняет реферат: 80 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>60 - 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>40 - 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>20 - 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>		
16	4	Текущий контроль	Выполнение методико-практических заданий 2 - 4 семестр	30	80	<p>Максимальный балл на каждом занятии из 16-ти - 5 (16 занятий * 5= 80):</p> <p>5 - 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 полное понимание материала и способность к обоснованию своих действий, владеет речью, показывая связность и последовательность в изложении.</p> <p>4- 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 частичное понимание материала.</p>	зачет

					<p>3 - выставляется студенту, если он правильно выполняет упражнение, комплекс или технико-тактическое действие, путается в целях, показаниях и противопоказаниях применяемых методик, не владеет правильными формулировками и терминами, демонстрирует частичное понимание материала.</p> <p>2 - выставляется студенту, если он выполняет упражнение, комплекс или технико-тактическое действие, но не знает цели, показания и противопоказания применяемых методик. не владеет терминологией.</p> <p>1 - выставляется студенту, если он не правильно выполняет упражнение, комплекс или технико-тактическое действие.</p> <p>0 - отсутствует на занятии.</p> <p>При освобождении по медицинским показаниям студент выполняет реферат:</p> <p>80 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>60 - 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>40 - 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>20 - 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>	
--	--	--	--	--	---	--

17	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
18	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
19	5	Текущий контроль	Выполнение методико-практических заданий 1 - 5 семестр	30	40	Максимальный балл на каждом занятии из 8-ти - 5 (8 занятий * 5= 40): 5 - 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 полное понимание материала и способность к обоснованию своих действий, владеет речью, показывая связность и последовательность в изложении. 4- 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 частичное понимание материала. 3 - выставляется студенту, если он правильно выполняет упражнение, комплекс или технико-тактическое действие, путается в целях, показаниях и противопоказаниях применяемых методик, не владеет правильными формулировками и терминами, демонстрирует частичное понимание материала. 2 - выставляется студенту, если он выполняет упражнение, комплекс или технико-тактическое действие, но не знает цели, показания и противопоказания применяемых методик. не владеет терминологией. 1 - выставляется студенту, если он не правильно выполняет упражнение, комплекс или технико-тактическое действие. 0 - отсутствует на занятии. При освобождении по медицинским	зачет

					<p>показаниям студент выполняет реферат: 40 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>30 - 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>20 - 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>10 - 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>		
20	5	Текущий контроль	Выполнение методико-практических заданий 2 - 5 семестр	30	40	<p>Максимальный балл на каждом занятии из 8-ти - 5 (8 занятий * 5 = 40):</p> <p>5 - 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 полное понимание материала и способность к обоснованию своих действий, владеет речью, показывая связность и последовательность в изложении.</p> <p>4- 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 частичное понимание материала.</p>	зачет

					<p>3 - выставляется студенту, если он правильно выполняет упражнение, комплекс или технико-тактическое действие, путается в целях, показаниях и противопоказаниях применяемых методик, не владеет правильными формулировками и терминами, демонстрирует частичное понимание материала.</p> <p>2 - выставляется студенту, если он выполняет упражнение, комплекс или технико-тактическое действие, но не знает цели, показания и противопоказания применяемых методик. не владеет терминологией.</p> <p>1 - выставляется студенту, если он не правильно выполняет упражнение, комплекс или технико-тактическое действие.</p> <p>0 - отсутствует на занятии.</p> <p>При освобождении по медицинским показаниям студент выполняет реферат:</p> <p>40 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>30 - 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>20 - 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>10 - 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>	
--	--	--	--	--	---	--

21	1	Текущий контроль	Тесты-нормативы	30	5	Вычисляется средний балл всех нормативов, сданных в данном семестре на практических занятиях согласно шкалы оценивания выполнения упражнений.	зачет
22	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
23	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
24	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
25	5	Текущий контроль	Тесты-нормативы	30	5	Вычисляется средний балл всех нормативов, сданных в данном семестре на практических занятиях согласно шкалы оценивания выполнения упражнений.	зачет
26	1	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
27	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
28	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
29	4	Текущий контроль	Тестирование в Электронном ЮУрГУ	10	10	Тестовые задания (ТЗ) размещены в системе "MOODLE". Студенту даётся 3 попытки для прохождения теста. Каждая	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	
30	5	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

## 6.2. Процедура проведения, критерии оценивания

Вид промежуточной аттестации	Процедура проведения	Критерии оценивания
зачет	Оценка за дисциплину формируется на основе полученных оценок за контрольно-рейтинговые мероприятия текущего контроля. 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. Фиксация результатов учебной деятельности по дисциплине проводится в день зачета при личном присутствии студента.	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения
зачет	Оценка за дисциплину формируется на основе полученных оценок за контрольно-рейтинговые мероприятия текущего контроля. 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. Фиксация результатов учебной деятельности по дисциплине проводится в день зачета при личном присутствии студента.	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения
зачет	Оценка за дисциплину формируется на основе полученных оценок за контрольно-рейтинговые мероприятия текущего контроля. 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. Фиксация результатов	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

	учебной деятельности по дисциплине проводится в день зачета при личном присутствии студента.	
зачет	Оценка за дисциплину формируется на основе полученных оценок за контрольно-рейтинговые мероприятия текущего контроля. 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. Фиксация результатов учебной деятельности по дисциплине проводится в день зачета при личном присутствии студента.	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения
зачет	Оценка за дисциплину формируется на основе полученных оценок за контрольно-рейтинговые мероприятия текущего контроля. 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. Фиксация результатов учебной деятельности по дисциплине проводится в день зачета при личном присутствии студента.	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

### 6.3. Паспорт фонда оценочных средств

Компетенции	Результаты обучения	№ КМ																														
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
УК-7	Знает: основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
УК-7	Имеет практический опыт: укрепления индивидуального здоровья с помощью комплекса физкультурных упражнений	+			+				+				+			+	+	+			+	+				+	+					

Типовые контрольные задания по каждому мероприятию находятся в приложениях.

## 7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### Печатная учебно-методическая документация

а) основная литература:

Не предусмотрена

б) дополнительная литература:



1. Лечебная физическая культура [Текст] справ. В. А. Епифанов, Д. М. Аронов, Н. А. Белая и др.; Под ред. В. А. Епифанова. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Медицина, 2004. - 587, [1] с.

2. Евсеев, С. П. Адаптивная физическая культура Учеб. пособие для вузов по специальностям 022500 "Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья" и 0323 "Адаптив. физ. культура" С. П. Евсеев, Л. В. Шапкова. - 2-е изд., стер. - М.: Советский спорт, 2004. - 238, [1] с.

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

г) *методические указания для студентов по освоению дисциплины:*

1. 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.

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.

*из них: учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента:*

1. 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.

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.

## **Электронная учебно-методическая документация**

№	Вид литературы	Наименование ресурса в электронной форме	Библиографическое описание
1	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре : учебное пособие / З. С. Варфоломеева, В. Ф. Воробьев, Н. И. Сапожников, С. Е. Шивринская. — 3-е изд. — Москва : ФЛИНТА, 2012. — 130 с. — ISBN 978-5-9765-1528-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/12959">https://e.lanbook.com/book/12959</a>
2	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства	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-

		Лань	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>
3	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Черепов, Е. А. Теория и методика физической культуры : учебное пособие / Е. А. Черепов. — Челябинск : ЮУрГУ, 2015 — Часть 2 — 2020. — 36 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/154151">https://e.lanbook.com/book/154151</a>
4	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Черепов, Е. А. Теория и методика физической культуры : учебное пособие / Е. А. Черепов. — Челябинск : ЮУрГУ, 2015 — Часть 1 — 2015. — 70 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/154150">https://e.lanbook.com/book/154150</a>
5	Дополнительная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Радаева, С. В. Оздоровительная физическая культура студентов специальной медицинской группы вуза : учебно-методическое пособие / С. В. Радаева, В. Г. Шилько, А. И. Загравская. — Томск : ТГУ, 2009. — 63 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/44231">https://e.lanbook.com/book/44231</a>
6	Дополнительная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Оздоровительные бег и ходьба : методические указания / составители Г. Р. Вичикова [и др.]. — Санкт-Петербург : СПбГЛТУ, 2019. — 32 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/125218">https://e.lanbook.com/book/125218</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
Практические занятия и семинары	ЛАМ (УСК)	Легкоатлетическая дорожка, зона разминка
Практические занятия и семинары	2 Волейбол.зал (ДС)	Стойки волейбольные - 1 комплект, сетка волейбольная - 1 шт., судейская вышка волейбольная - 1 шт.
Практические занятия и семинары	3 Зал борьбы (ДС)	Шведская стенка - 10 секций
Зачет,диф.зачет	305 (ДС)	Системный блок, монитор, клавиатура, мышь, экран, проектор
Лекции	204а (3г)	Системный блок, монитор, колонки, клавиатура, микрофон, мышь, экран, проектор
Самостоятельная	1 (1)	Автоматизированное рабочее место с выходом в Интернет

работа студента		
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.
Контроль самостоятельной работы	205 (ДС)	Системный блок, монитор, колонки, клавиатура