Министерство науки и высшего образования Российской Федерации

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Курганский государственный университет»
(КГУ)

Кафедра «Физическая культура и спорт»

УТВЕРЖДАЮ:
Проректор по образовательной
и международной деятельности
_____ /А.А.Кирсанкин/
«____»_____ 2026 г.

Рабочая программа учебной дисциплины

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

образовательных программ высшего образования –
программ бакалавриата и специалитета

Шифр	Направление (специальность)	Направленность (специализация)	Формы обучения (семестр)		
			ОФО	ОЗФО	ЗФО
01.03.01	Математика	Математическое и программное обеспечение экономической деятельности	3		
04.05.01	Фундаментальная и прикладная химия	Аналитическая химия	4		
05.03.02	География	Геоинформационные системы	4		
05.03.06	Экология и природопользование	Управление экологическими системами	4		6
06.03.01	Биология	Управление биологическими системами	4		
08.03.01	Строительство	Промышленное и гражданское строительство	3	3	
09.03.03	Прикладная информатика	Интеллектуальные информационные системы и технологии	3		
09.03.04	Программная инженерия	Программное обеспечение автоматизированных систем	3		3

10.05.03	Информационная безопасность автоматизированных систем	Безопасность открытых информационных систем	3		
13.03.01	Теплоэнергетика и теплотехника	Энергообеспечение предприятий			3
13.03.02	Электроэнергетика и электротехника	Электроснабжение	3		3
15.03.01	Машиностроение	Оборудование и технология сварочного производства	3		3
15.03.04	Автоматизация технологических процессов и производств	Автоматизация технологических процессов и производств (в машиностроении)	3		3
15.03.05	Конструкторско-технологическое обеспечение машиностроительных производств	Технология машиностроения	3		
15.03.05	Конструкторско-технологическое обеспечение машиностроительных производств	Технология и автоматизация производства нефтегазопромыслового оборудования			3
19.03.01	Биотехнология	Биотехнология			4
20.03.01	Техносферная безопасность	Безопасность жизнедеятельности в техносфере	3		3
20.05.01	Пожарная безопасность	Пожарная безопасность	3		3
21.03.02	Землеустройство и кадастры	Землеустройство	3		3
23.03.03	Эксплуатация транспортно-технологических машин и комплексов	Автомобильное хозяйство и автосервис	3		3
23.05.01	Наземные транспортно-технологические средства	Автомобили и тракторы	3		3
23.05.02	Транспортные средства специального назначения	Военные гусеничные и колесные машины	3		
27.03.01	Стандартизация и метрология	Стандартизация, метрология и управление качеством			3
27.03.04	Управление в технических системах	Автоматика и робототехнические системы	3		
35.03.03	Агрохимия и агропочвоведение	Земельный надзор	3		
35.03.04	Агрономия	Агробизнес	3		3
35.03.06	Агроинженерия	Электрофикация и механизация в агробизнесе	3		3
35.03.06	Агроинженерия	Информационные технологии в электроэнергетике	3		
35.03.07	Технология производства и	Хранение и переработка сельскохозяйственной	4		4

	переработки сельскохозяйственной продукции	продукции			
36.03.01	Ветеринарно-санитарная экспертиза	Государственный ветеринарно-санитарный контроль	4		
36.03.02	Зоотехния	Технология производства продуктов животноводства (по отраслям)	4		4
38.03.01	Экономика	Инвинстиции, финансы и учет	3		
38.03.02	Менеджмент	Государственное и корпоративное управление	3		
38.05.01	Экономическая безопасность	Экономико-правовое обеспечение экономической безопасности	3		3
38.05.02	Таможенное дело	Организация внешнеэкономической деятельности	3		3
39.03.03	Организация работы с молодежью	Проектная деятельность в молодежной среде	3		3
40.03.01	Юриспруденция	Гражданское право и гражданский процесс	3		3
40.03.01	Юриспруденция	Уголовно-правовая	3		
42.03.02	Журналистика	Мультимедийная журналистика	3		
44.03.01	Педагогическое образование	Английский язык в сфере основного и среднего общего образования			3
44.03.02	Психолого-педагогическое образование	Педагогика и психология непрерывного образования			4
44.03.02	Психолого-педагогическое образование	Психология образования	4		4
44.03.02	Психолого-педагогическое образование	Психология и педагогика начального общего образования	4		4
44.03.02	Психолого-педагогическое образование	Психология и педагогика дошкольного образования	4		4
44.03.03	Специальное (дефектологическое) образование	Образование лиц с нарушением речи	4		4
44.03.04	Профессиональное обучение (по отраслям)	Декоративно-прикладное искусство и дизайн	4		4
44.03.04	Профессиональное обучение	Дизайн и арт-технологии	4		
44.03.05	Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)	История и обществознание	3		
44.03.05	Педагогическое	Иностранные языки и	3		

	образование (с двумя профилями подготовки)	перевод в профессиональной деятельности			
44.03.05	Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)	Математика и физика	3		3
44.03.05	Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)	Русский язык и литература	3		
44.03.05	Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)	Технология и экономика	4		
45.03.01	Филология	Русский язык и русская культура	3		
45.03.02	Лингвистика	Перевод и методика преподавания иностранных языков	3		
46.03.02	Документоведение и архивоведение	Управление персоналом	3		3
49.03.01	Физическая культура	Спортивная тренировка	4	4	4
49.03.02	Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)	Адаптивное физическое воспитание			4
54.03.01	Дизайн	Графический дизайн	4	4	

Курган 2026

Рабочая программа дисциплины «Физическая культура и спорт» составлена в соответствии с учебными планами по программам: 01.03.01, 04.05.01, 05.03.02, 05.03.06, 06.03.01, 08.03.01, 09.03.03, 09.03.04, 10.05.03, 13.03.01, 13.03.02, 15.03.01, 15.03.04, 15.03.05, 19.03.01, 20.03.01,20.05.01, 21.03.02 23.03.03, 23.05.01, 23.05.02, 27.03.01, 27.03.04, 35.03.03, 35.03.04, 35.03.06, 35.03.07, 36.03.01, 36.03.02, 38.03.01, 38.03.02, 38.05.01, 38.05.02, 39.03.03, 40.03.01, 42.03.02, 44.03.01, 44.03.02, 44.03.03, 44.03.04, 44.03.05, 45.03.01, 45.03.02, 46.03.02, 49.03.01, 49.03.02, 54.03.01, утвержденными:

- для очной формы обучения «26» июня 2026 года;
- для очно-заочной формы обучения «26» июня 2026 года;
- для заочной формы обучения «26» июня 2026 года;

Рабочая программа дисциплины одобрена на заседании кафедры «Физическая культура и спорт» «31» августа 2026 года, протокол №1.

Рабочую программу составил:

Канд. биол.наук, доцент Д.А. Корюкин

Согласовано:
Заведующий кафедрой
Физическая культура и спорт
Канд. биол.наук, доцент Д.А. Корюкин

Директор Гуманитарного института Д.Н.Маслюженко

Директор института
Естественных наук А.И.Рыкова

Директор института Педагогики,
психологии и физической культуры Н.Ф.Усынина

Директор Политехнического института А.С.Хомичев

Директор института Математики и
интеллектуальных систем Е.Н. Полякова

Директор института Экономики и права Н.Я.Чепелюк

Начальник управления
образовательной деятельности И.В.Григоренко

1. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ

Всего: 2 зачетные единицы трудоемкости (72 академических часа)

Очная форма обучения

Вид учебной работы	На всю дисциплину	Семестр
		3;4
Аудиторные занятия (контактная работа с преподавателем), всего часов в том числе:	**16**	**16**
Лекции	16	16
Практические занятия	–	–
Самостоятельная работа, всего часов в том числе:	**56**	**56**
Подготовка к зачету	18	18
Другие виды самостоятельной работы (самостоятельное изучение тем (разделов) дисциплины)	38	38
Вид промежуточной аттестации	**зачет**	**зачет**
Общая трудоемкость дисциплины и трудоемкость по семестрам, часов	**72**	**72**

Очно-заочная форма обучения: 08.03.01, 49.03.01 (СТ), 54.03.01 (ГД)

Вид учебной работы	На всю дисциплину	Семестр
		4
Аудиторные занятия (контактная работа с преподавателем), всего часов в том числе:	**12**	**12**
Лекции	12	12
Практические занятия	–	–
Самостоятельная работа, всего часов в том числе:	**60**	**60**
Подготовка к зачету	18	18
Другие виды самостоятельной работы (самостоятельное изучение тем (разделов) дисциплины)	42	42
Вид промежуточной аттестации	**зачет**	**зачет**
Общая трудоемкость дисциплины и трудоемкость по семестрам, часов	**72**	**72**

Заочная форма обучения для направлений подготовки:

05.03.06, 09.03.04, 13.03.01, 13.03.02, 15.03.01, 15.03.04, 15.03.05 (ТиАПНО), 19.03.01, 20.03.01, 20.05.01, 21.03.02, 23.03.03 (АХиА), 23.05.01 (АиТ), 27.03.01, 35.03.04, 35.03.06, 35.03.07, 36.03.02, 38.05.01, 38.05.02, 39.03.03, 40.03.01, 44.03.01, 44.03.02 (ПиПНО), (Пи ПНОО), (ПО), (ППДО). 44.03.03, 44.03.04, 44.03.05 (МиФ), 46.03.02, 49.03.01, 49.03.02

Вид учебной работы	На всю дисциплину	Семестр
		3 (4)
Аудиторные занятия (контактная работа с преподавателем), всего часов в том числе:	**4**	**4**
Лекции	4	4
Самостоятельная работа, всего часов в том числе:	**68**	**68**
Подготовка к зачету	18	18
Другие виды самостоятельной работы	50	50
Вид промежуточной аттестации	**зачет**	**зачет**
Общая трудоемкость дисциплины и трудоемкость по семестрам, часов	**72**	**72**

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к блоку Б1 обязательная часть.

Изучение дисциплины базируется на знаниях, умениях, навыках, приобретенных обучающимися в средней школе.

Освоение курса осуществляется в рамках лекционных занятий. Дисциплина «Физическая культура и спорт» преподается в течение 3 или 4 семестра на очной, очно-заочной и заочной формах обучения и в конце сдаётся зачёт.

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

Цель дисциплины «Физическая культура и спорт» состоит в формировании мировоззрения и культуры личности, обладающей гражданской позицией, нравственными качествами, чувством ответственности, самостоятельностью в принятии решений, инициативой, толерантностью, способностью успешной социализации в обществе, способностью использовать разнообразные формы физической культуры и спорта в повседневной жизни для сохранения и укрепления своего здоровья и здоровья своих близких, семьи и трудового коллектива для качественной жизни и эффективной профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины направлены на:

1. Обеспечение понимания роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности.
2. Формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями.
3. Овладение системой специальных знаний, практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, формирование компенсаторных процессов, коррекцию имеющихся отклонений в состоянии здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, формирование профессионально значимых качеств и свойств личности.

Компетенции, формируемые в результате освоения дисциплины:

- Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7);

В результате изучения дисциплины обучающийся должен:

- Знать: уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7);
- Уметь: поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7);

- Владеть: Способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7);

Индикаторы и дескрипторы части соответствующей компетенции, формируемой в процессе изучения дисциплины «Физическая культура и спорт», оцениваются при помощи оценочных средств.

Планируемые результаты обучения по дисциплине «Физическая культура и спорт», индикаторы достижения компетенций УК-7, перечень оценочных средств

№ п/п	Код индикатора достижения компетенции	Наименование индикатора достижения компетенции	Код планируемого результата обучения	Планируемые результаты обучения	Наименование оценочных средств
1.	ИД-1$_{УК-7}$	Знать: уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	З (ИД-1$_{УК-7}$)	Знает: уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Вопросы для сдачи зачета
2.	ИД-2$_{УК-7}$	Уметь: поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	У (ИД-2$_{УК-7}$)	Умеет: поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Вопросы для сдачи зачета
3.	ИД-3$_{УК-7}$	Владеть: способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	В (ИД-3$_{УК-7}$)	Владеть: способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Вопросы для сдачи зачета

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Учебно-тематический план

Шифр раздела, темы дисциплины	**Наименование раздела, темы дисциплины**	**Количество часов по видам учебных занятий**		
		Лекции		
		Очная форма обуче	**Очно–заочная форма**	**Заочная форма**

		ния	обучения	обучения
1	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке обучающихся.	2	1	0,5
2	История становления и развития Олимпийского движения. Универсиады. История комплексов ГТО и БГТО. Новый Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс.	2	1	0,5
3	Основы здорового образа жизни обучающегося. Роль физической культуры в обеспечении здоровья.	2	1	0,5
Рубежный контроль №1 (очно-заочная форма обучения)		-	1	-
4	Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания.	1	2	0,5
Рубежный конроль№1 (очная форма обучения)		1	-	-
5	Спорт. Классификация видов спорта. Особенности занятий индивидуальным видом спорта или системой физических упражнений.	2	2	0,5
6	Самоконтроль обучающихся, занимающихся физическими упражнениями и спортом.	2	1	0,5
7	Традиционные и современные оздоровительные системы физических упражнений.	2	1	0,5
8	Профессионально-прикладная физическая подготовка обучающихся. Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста.	1	1	0,5
Рубежный контроль№2		1	1	-
Всего		16	12	4

4.2. Содержание лекционных занятий

Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке обучающихся.

Физическая культура и спорт как социальные феномены общества. Современное состояние физической культуры и спорта. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации». Ценности физической культуры. Физическая культура как учебная дисциплина высшего профессионального образования и важная составляющая

целостного развития личности. Ценностные ориентации и отношение обучающихся к физической культуре и спорту.

Основные положения организации физического воспитания в высшем учебном заведении.

Психофизиологическая характеристика учебного труда обучающегося. Динамика работоспособности обучающихся разных медицинских групп в учебном году и факторы, ее определяющие. Особенности психофизического состояния обучающихся в период экзаменационной сессии. Механизмы умственного и зрительного утомления. Особенности использования средств оздоровительной физической культуры для оптимизации работоспособности, профилактики психофизического утомления обучающихся, повышения эффективности учебного труда. Профилактика и коррекция отклонений в состоянии здоровья средствами оздоровительной физической культуры в условиях вуза.

Тема 2. История становления и развития Олимпийского движения. Универсиады. История комплексов ГТО и БГТО. Новый Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс.

История становления и развития Олимпийского движения. Возникновение олимпийских игр. Возрождение олимпийской идеи. Олимпийское движение. Олимпийские комитеты в России. Универсиады. Универсиада в Казани. История комплексов ГТО и БГТО. Новый Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс: цель, задачи, структура, основные требования.

Тема 3. Основы здорового образа жизни обучающегося. Роль физической культуры в обеспечении здоровья.

Основы здорового образа жизни обучающегося. Роль физической культуры в обеспечении здоровья. Понятие «здоровье», его содержание и критерии. Образ жизни обучающихся и его влияние на здоровье. Основные требования к организации здорового образа жизни (ЗОЖ). Влияние окружающей среды на здоровье. Наследственность и ее влияние на здоровье. О связи отклонений в состоянии здоровья с некоторыми аспектами состояния здоровья студенческой молодежи. Направленность поведения человека на обеспечение собственного здоровья. Характеристика составляющих ЗОЖ. Физическое воспитание и самосовершенствование – условие ЗОЖ.

Тема 4. Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания.

Методические принципы физического воспитания. Методы физического воспитания. Основы обучения движениям. Воспитание физических качеств. Формирование психических качеств в процессе физического воспитания.

Общая физическая подготовка. Специальная физическая подготовка. Особенности общей и специальной физической подготовки обучающихся разных медицинских групп. Зоны и интенсивность физических нагрузок. Энергозатраты в процессе занятий физической культурой. Значение мышечной релаксации. Роль оздоровительной физкультуры в коррекции физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности обучающихся. Формы занятий физическими упражнениями. Структура и содержание учебного занятия оздоровительной направленности.

Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений. Студенческий спорт. Его организационные особенности. Олимпийские игры и Универсиады.

Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений.

Тема 5. Спорт. Классификация видов спорта. Особенности занятий индивидуальным видом спорта или системой физических упражнений.

Спорт. Многообразие видов спорта. Классификация.

Краткая характеристика некоторых видов спорта. Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений. Влияние избранного вида спорта или системы физических упражнений на физическое развитие, функциональную подготовленность и психические качества. Пути достижения физической, технической, тактической и психической подготовленности. Модельные характеристики спортсмена высокого класса. Планирование тренировки в избранном виде спорта или системе физических упражнений. Виды и методы контроля за эффективностью тренировочных занятий. Специальные зачетные требования и нормативы по годам (семестрам) обучения обучающихся. Система студенческих спортивных соревнований. Требования спортивной классификации и правил соревнований по избранному виду спорта.

Тема 6. Самоконтроль обучающихся, занимающихся физическими упражнениями и спортом.

Диагностика и самодиагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями. Врачебный контроль, его содержание. Самоконтроль, его основные методы и показатели, дневник самоконтроля. Корректировка содержания занятий с обучающимися разных медицинских групп по результатам показателей врачебно-педагогического контроля. Показания и противопоказания к занятиям физической культурой для обучающихся. Физиологические состояния и отрицательные реакции организма при занятиях физической культурой и спортом, первая помощь при некоторых болезненных состояниях и травмах.

Тема 7. Традиционные и современные оздоровительные системы физических упражнений.

Традиционные оздоровительные системы: йога, ушу, "Син До", "Тайчи" и др.

Современные оздоровительные системы: - атлетическая гимнастика, спортивная аэробика, гидроаэробика, стрейтчинг, шейпинг, калланетика, изотон, бодифлекс, велнес и др., системы дыхательной гимнастики оздоровительная методика фитнеса. Классификация фитнес программ по функциональной направленности.

Тема 8. Профессионально-прикладная физическая подготовка обучающихся. Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста.

Личная и социально-экономическая необходимость специальной психофизической подготовки человека к труду. Определение понятия «профессионально-прикладная физическая подготовка» (ППФП), ее цели, задачи, средства. Место ППФП в системе физического воспитания обучающихся. Факторы, определяющие конкретное содержание ППФП. Особенности форм и подбора средств ППФП обучающихся, отнесенных к специальной медицинской группе.

Понятие производственная физическая культура, ее содержание и составляющие. Роль нетрадиционной гимнастики в профессиональной деятельности специалиста. Особенности выбора форм, методов и средств физической культуры и спорта в рабочее и свободное время специалистов. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры. Влияние индивидуальных особенностей, географо-климатических условий и других факторов на содержание физической культуры специалистов. Роль будущих специалистов по внедрению физической культуры в производственный коллектив.

5. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Для обеспечения систематической и регулярной работы по изучению дисциплины и успешного прохождения промежуточных и итоговых контрольных испытаний обучающемуся рекомендуется придерживаться следующего порядка обучения:

1. Самостоятельно определить объем времени, необходимого для проработки каждой темы.

2. Регулярно изучать каждую тему дисциплины, используя различные формы индивидуальной работы.

3. Согласовывать с преподавателем виды работы по изучению дисциплины.

4. По завершении отдельных тем передавать выполненные работы (рефераты, эссе) преподавателю. При успешном прохождении рубежных

контрольных испытаний обучающийся может претендовать на сокращение программы промежуточной (итоговой) аттестации по дисциплине.

На лекциях преподаватель дает общую характеристику рассматриваемого вопроса, различные научные концепции или позиции, которые есть по данной теме. Во время лекции рекомендуется составлять конспект, фиксирующий основные положения лекции и ключевые определения по пройденной теме. Преподавателем запланировано использование при чтении лекций технологии учебной дискуссии. Поэтому рекомендуется фиксировать для себя интересные моменты с целью их активного обсуждения на дискуссии в конце лекции.

Для теоретического усвоения дисциплины большое значение имеет самостоятельная работа обучающихся, которая может осуществляться обучающимися индивидуально и под руководством преподавателя. Самостоятельная работа обучающихся предполагает самостоятельное изучение отдельных тем, дополнительную подготовку обучающихся к каждому занятию. Самостоятельная работа обучающихся является важной формой образовательного процесса. Она реализуется непосредственно в процессе аудиторных занятий, в контакте с преподавателем вне рамок расписания, а также в библиотеке, дома, при выполнении обучающимся учебных и творческих задач. Цель самостоятельной работы обучающихся - научить обучающегося осмысленно и самостоятельно работать сначала с учебным материалом, затем с научной информацией, заложить основы самоорганизации и самовоспитания с тем, чтобы привить умение в дальнейшем непрерывно повышать свою квалификацию.

Самостоятельная работа должна соответствовать графику прохождения программы дисциплины. Самостоятельная работа по дисциплине «Физическая культура и спорт» включает:

а) работу с первоисточниками;

б) подготовку устного выступления на занятии;

в) подготовку к занятию в интерактивной форме;

г) подготовку выступлений на студенческих конференциях, для конкурсов студенческих работ;

д) подготовку к текущему, рубежному контролю и промежуточной аттестации по дисциплине.

При изучении данной дисциплины организация самостоятельной работы обучающихся должна представлять единство трех взаимосвязанных форм:

1) внеаудиторная самостоятельная работа;

2) аудиторная самостоятельная работа, которая осуществляется под непосредственным руководством преподавателя;

3) творческая, в том числе научно-исследовательская работа.

Аудиторная самостоятельная работа может реализовываться во время чтения лекций. Для проведения занятий необходимо иметь большой банк заданий и задач для самостоятельного решения, причем эти задания могут быть дифференцированы по степени сложности. Виды внеаудиторной

самостоятельной работы обучающихся разнообразны: подготовка и написание рефератов, докладов, очерков и других письменных работ на заданные темы; выполнение домашних заданий разнообразного характера, подбор и изучение литературных источников; разработка и составление различных схем, выполнение графических работ, проведение расчетов и др.; выполнение индивидуальных заданий, направленных на развитие у обучающихся самостоятельности и инициативы.

Индивидуальное задание может получать как каждый обучающийся, так и часть обучающихся группы; подготовка к участию в научно-теоретических конференциях, смотрах, олимпиадах и др. На каждом этапе самостоятельной работы следует разъяснять цели работы, контролировать понимание этих целей обучающимися, постепенно формируя у них умение самостоятельной постановки задачи и выбора цели.

Для текущего контроля успеваемости по очной и очно-заочной формах обучения преподавателем используется балльно-рейтинговая система контроля и оценки академической активности.

Рекомендуемая трудоемкость самостоятельной работы представлена в таблице:

Рекомендуемый режим самостоятельной работы

Наименование вида самостоятельной работы	**Рекомендуемая трудоемкость, акад. час.**	
	Очная форма обучения	**Очно-заочная форма обучения**
Самостоятельное изучение тем дисциплины:	**18**	**22**
1. Нетрадиционные (необычные) виды спорта.	4	5
2. Туризм. Классификация видов туристических походов. Особенности туризма и методика организации.	4	5
3. Спортивные и подвижные игры.	4	5
4. Допинги.	4	5
5. Олимпийское движение в России и за рубежом.	2	2
Подготовка к рубежным контролям №1 и №2	**20**	**20**
Подготовка к зачету	**18**	**18**
Всего	**56**	**60**

Рекомендуемый режим самостоятельной работы для заочной формы обучения направлений подготовки:

05.03.06, 09.03.04, 13.03.01, 13.03.02, 15.03.01, 15.03.04, 15.03.05 (ТиАПНО), 19.03.01, 20.03.01, 20.05.01, 21.03.02, 23.03.03 (АХиА), 23.05.01 (АиТ), 27.03.01, 35.03.04, 35.03.06, 35.03.07, 36.03.02, 38.05.01, 38.05.02, 39.03.03, 40.03.01, 44.03.01, 44.03.02 (ПиПНО), (Пи ПНОО), (ПО), (ППДО). 44.03.03, 44.03.04, 44.03.05 (МиФ), 46.03.02, 49.03.01, 49.03.02

Наименование вида самостоятельной работы	**Рекомендуемая трудоемкость, акад. час.**
	Заочная форма обучения
Самостоятельное изучение тем дисциплины:	**50**
1. Нетрадиционные (необычные) виды спорта.	10
2. Туризм. Классификация видов туристических походов. Особенности туризма и методика организации.	10
3. Спортивные и подвижные игры.	10
4. Допинги.	10
5. Индивидуальные тренировочные занятия.	10
Подготовка к зачету	**18**
Всего	**68**

6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

6.1. Перечень оценочных средств

1. Балльно-рейтинговая система контроля и оценки академической активности обучающихся в КГУ (для очной и очно–заочной форм обучения)
2. Банк тестовых заданий к рубежному контролю (для очной, очно-заочной форм обучения)
3. Банк вопросов к зачету.

6.2. Система балльно-рейтинговой оценки работы обучающихся по дисциплине

очная форма обучения/ очно-заочная форма обучения

№	Наименование	Содержание
Очная форма обучения/очно–заочная форма обучения		
1	Распределение	Распределение баллов за 4 семестр

	баллов за семестры по видам учебной работы, сроки сдачи учебной работы **(доводятся до сведения обучающихся на первом учебном занятии)**	Вид учебной работы:	Посещение лекций	Рубежный контроль №1	Рубежный контроль №2	Зачет
		Балльная оценка:	До 48	До 11	До 11	до 30
		Примечания:	8 лекций по 6 баллов/6 лекций по 8 баллов	На 4 лекции/на 2 лекции	На 8 лекции/на 6 лекции	
2	Критерий пересчета баллов в традиционную оценку по итогам работы в семестре и зачета		**60 и менее баллов – незачет;** **61 и более - зачет;**			
3	Критерии допуска к промежуточной аттестации, возможности получения автоматического зачета (экзаменационной оценки) по дисциплине, возможность получения бонусных баллов		Для допуска к промежуточной аттестации по дисциплине за семестр обучающийся должен набрать по итогам текущего и рубежного контролей не менее 51 балла. В случае если обучающийся набрал менее 51 балла, то к аттестационным испытаниям он не допускается. Для получения зачета без проведения процедуры промежуточной аттестации обучающемуся необходимо набрать в ходе текущего и рубежных контролей не менее 61 балла. В этом случае итог балльной оценки, получаемой обучающимся, определяется по количеству баллов, набранных им в ходе текущего и рубежных контролей. При этом, на усмотрение преподавателя, балльная оценка обучающегося может быть повышена за счет получения дополнительных баллов за академическую активность. Обучающийся, имеющий право на получение оценки без проведения процедуры промежуточной аттестации, может повысить ее путем сдачи аттестационного испытания. В случае получения обучающимся на аттестационном испытании 0 баллов итог балльной оценки по дисциплине не снижается. За академическую активность в ходе освоения дисциплины, участие в учебной, научно-исследовательской, спортивной, культурно-творческой и общественной деятельности обучающемуся могут быть начислены дополнительные баллы. Максимальное количество дополнительных баллов за академическую активность составляет 30. Основанием для получения дополнительных баллов являются: - выполнение дополнительных заданий по дисциплине; дополнительные баллы начисляются преподавателем; - участие в течение семестра в учебной, научно-исследовательской, спортивной, культурно-творческой и общественной деятельности КГУ.			
4	Формы и виды учебной работы для неуспевающих (восстановившихся на курсе обучения) обучающихся для получения недостающих баллов в конце семестра		В случае если к промежуточной аттестации (зачета) набрана сумма менее 51 балла, обучающемуся необходимо набрать недостающее количество баллов за счет выполнения дополнительных заданий, до конца последней (зачетной) недели семестра. Формы дополнительных заданий (назначаются преподавателем): - выполнение и защита реферата – до 8 баллов. Ликвидация академических задолженностей, возникших из-за разности в учебных планах при переводе или восстановлении, проводится путем выполнения дополнительных заданий, форма и объем которых определяется преподавателем.			

6.3. Процедура оценивания результатов освоения дисциплины

Рубежный контроль проводится в форме письменного тестирования.

Перед проведением рубежного контроля преподаватель прорабатывает со обучающимися основной материал соответствующих разделов дисциплины в форме краткой лекции-дискуссии.

Варианты тестовых заданий для рубежного контроля состоит из 20 вопросов.

На тестирование при рубежном контроле обучающемуся отводится время не менее 30 минут.

Преподаватель оценивает в баллах результаты тестирования каждого обучающегося по количеству правильных ответов и заносит в ведомость учета текущей успеваемости. За 18 вопросов с однозначным вариантом ответа обучающийся получает 0,5 бала, а за 2 вопроса с неоднозначным вариантом ответа по 1 баллу. Преподаватель оценивает в баллах результаты тестирования каждого обучающегося по количеству правильных ответов и заносит в ведомость учета текущей успеваемости.

Зачет проводится в устной форме по утвержденным вопросам. Обучающемуся предоставляется 2 вопроса на которые он должен дать правильный раскрытый ответ. В результате он может получить 15 баллов за каждый правильный ответ на вопрос.

Результаты текущего контроля успеваемости и зачета заносятся преподавателем в зачетную ведомость, которая сдается в организационный отдел института в день зачета, а также выставляются в зачетную книжку обучающегося.

6.4. Примеры оценочных средств для рубежных контролей и зачета

Примерный перечень вопросов к рубежному тестированию №1

1.Спорт (в широком понимании) – это:

а) вид социальной деятельности, направленной на оздоровление человека и развитие его физических способностей;

б) собственно соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, а также специфические отношения, нормы и достижения в сфере этой деятельности;

в) специализированный педагогический процесс, построенный на системе физических упражнений и направленный на участие в спортивных соревнованиях;

г) педагогический процесс, направленный на морфологическое и функциональное совершенствование организма человека.

2. Специфическими средствами спортивной тренировки являются:

а) восстановительные средства (баня, массаж …);

б) продукты повышенной биологической ценности и специальные питательные смеси;

в) физические упражнения;

г) мобилизующие, корригирующие (поправляющие) средства.

3. Спорт, базирующий на соревнованиях с целевой установкой победить, установить рекорд, занять призовое место, получить спортивное звание, называется …

а) Любительский спорт;

б) Профессиональный спорт;

в) Массовый спорт;

г) Детско-юношеский спорт;

4. Целостные двигательные действия, которые являются средством ведения спортивной борьбы и выполняются по возможности в соответствии с правилами соревнований по избранному виду спорта, называются …

а) Избранные соревновательные упражнения;

б) Подводящие упражнения;

в) Развивающие упражнения;

г) Общеподготовительные упражнения;

5. К сложно-координационным видам спорта относятся:

а) Прыжки, метания;

б) Гимнастика, фигурное катание;

в) Плавание, коньки;

г) Бокс, борьба;

6. К практическим методам относятся:

а) Словесные;

б) Наглядные;

в) Соревновательный;

г) Игровой;

7. Какой фазы не существует при становлении спортивной формы:

а) Становления;

б) Стабилизации;

в) Суперстабилизации;

г) Временной утраты;

8. Какие периоды относятся к соревновательному периоду:

а) Этап развития спортивной формы;

б) Этап непосредственной подготовки к главному старту;

в) Специально-подготовительный;

г) Базовый;

9. Мезоцикл, который составляет основу переходного периода и организуется специально после напряженной серии соревнований, называется …

а) Втягивающий;

б) Базовый;

в) Предсоревновательный;

г) Восстановительный;

10. Этап, на котором главная задача стоит подготовка и успешное участие в них, называется …

а) Предварительной подготовки;

б) Начальной спортивной специализации;

в) Углубленной специализации;

г) Спортивного совершенствования;

11. К предстартовой фазе относятся:

а) Настройка;

б) Разминка;

в) Заминка;

г) Соперничество;

12. Какие соревнования не классифицируются по составу соревновательной деятельности?

а) По плаванию;

б) По бегу;

в) По полу;

г) Опосредованным контактом;

13. Соревнования, проводимые по признаку периодичности и признаку места проведения относятся к классификации:

а) По типу судейства;

б) По цели;

в) По контингенту соперников;

г) По условиям проведения соревнований;

14. Где проходит подготовка спортивных резервов

а) Школах и гимназиях;

б) ДЮСШ;

в) ШВСМ;

г) Школах и гимназиях, ДЮСШ, ШВСМ;

15. Сенситивным периодом развития гибкости является возраст:

а) 16-17 лет;

б) 7-8 лет;

в) 8-10 лет;

г) 12-15 лет

16. К словесным методам не относятся:

а) Рассказ;

б) Объяснение;

в) Ориентиры, ограничивающие направление движения;

г) Обсуждение;

17. В процессе технической подготовки спортсмена, при обучении двигательным действиям выделяют:

а) Метод расчленено-конструктивного упражнения;

б) Метод целостного упражнения;

в) Метод избирательно направленного упражнения;

г) Метод генерализованного упражнения;

18. Мезоцикл, в котором основная работа направлена на повышение функциональных возможностей основных систем организма, совершенствованию физической, технической, тактической и психической подготовленности, называется …

а) Втягивающий;

б) Базовый;

в) Предсоревновательный;

г) Восстановительный;

19. Расставьте этапы подготовки в многолетней тренировке в правильной последовательности.

а) Этап предварительной подготовки, этап начальной спортивной специализации, этап спортивного совершенствования, этап углубленной спортивной специализации;

б) Этап предварительной подготовки, этап начальной спортивной специализации, этап углубленной спортивной специализации, этап спортивного совершенствования;

в) Этап спортивного совершенствования, этап предварительной подготовки, этап начальной спортивной специализации, этап углубленной спортивной специализации;

г) Этап спортивного совершенствования, этап начальной спортивной специализации, этап предварительной подготовки, этап углубленной спортивной специализации;

20. Этап, на котором тренировочный процесс приобретает ярко выраженную специфичность, называется …

а) Предварительной подготовки;

б) Начальной спортивной специализации;

в) Углубленной специализации;

г) Спортивного совершенствования;

Примерный перечень вопросов к рубежному тестированию №2

1. В теории спорта классификация видов спорта на шесть групп составлена на основе:

а) структурной сложности двигательных действий;

б) требований конкретного вида спорта к проявлению физических способностей;

в) особенностей предмета состязаний и характера двигательной активности;

г) принадлежности конкретного вида спорта к той или иной зоне мощности, в рамках которой преимущественно выполняется соревновательное действие.

2. Годичный цикл спортивной тренировки делится на следующие периоды:

а) втягивающий, базовый, восстановительный;

б) подготовительный, соревновательный, переходный;

в) тренировочный и соревновательный;

г) осенний, зимний, весенний, летний.

3. Спорт, в котором стимулом является повышение двигательной активности и вовлечение наибольшего количества участников на соревнования, называется …

а) Любительский спорт;

б) Профессиональный спорт;

в) Массовый спорт;

г) Детско-юношеский спорт;

4. Упражнения, способствующие освоению формы, технике движений, называются …

а) Избранные соревновательные упражнения;

б) Подводящие упражнения;

в) Развивающие упражнения;

г) Общеподготовительные упражнения;

5. К единоборствам относятся:

а) Прыжки, метания;

б) Гимнастика, фигурное катание;

в) Плавание, коньки;

г) Бокс, борьба;

6. К общепедагогическим методам относятся:

а) Словесные;

б) Наглядные;

в) Соревновательный;

г) Игровой;

7. В процессе физической подготовки, при акцентированном воздействии на функции организма спортсмена выделяют:

а) Метод расчленено-конструктивного упражнения;

б) Метод целостного упражнения;

в) Метод избирательно направленного упражнения;

г) Метод генерализованного упражнения;

8. Мезоцикл с основной задачей – постепенное подведение спортсмена к эффективному выполнению специфической тренировочной работы, называется …

а) Втягивающий;

б) Базовый;

в) Предсоревновательный;

г) Восстановительный;

9. Этап, на котором специализация имеет «многоборный», не узконаправленный характер, называется …

а) Предварительной подготовки;

б) Начальной спортивной специализации;

в) Углубленной специализации;

г) Спортивного совершенствования;

10. Какой фазы не существует в структуре соревновательной деятельности?

а) Предстартовая;

б) Собственно-состязательная;

в) Последействия;

г) Компенсации;

11. Упорядоченность в планировании, организации и проведении соревнований, основанную на определенных принципах и закономерностях, с целью стимулирования развития спорта, называется …

а) Календарь соревнований;

б) Содержание соревнований;

в) Положение о соревнованиях;

г) Отчет соревнований;

12. К соревнованиям с непосредственным контактом соперников относятся:

а) Борьба;

б) Фехтование;

в) Бокс;

г) Гимнастика;

13. К соревнованиям с объективными оценками действий относятся:

а) Гимнастика;

б) Спортивные игры;

в) Бег;

г) Метания;

14. В оценку уровня подготовленности юных спортсменов входят следующие компоненты:

а) Показатели, отражающие модельные характеристики по уровню подготовленности;

б) Показатели, отражающие модельные характеристики соревновательной деятельности;

в) Спортивная карьера воспитанника юношеского коллектива;

г) Показатели, отражающие модельные характеристики по уровню подготовленности, показатели, отражающие модельные характеристики соревновательной деятельности, спортивная карьера воспитанника юношеского коллектива;

15. Сенситивным периодом развития быстроты является возраст:

а) 16-17 лет;

б) 7-8 лет;

в) 8-10 лет;

г) 12-15 лет

16. Как называются тренировочные циклы (в зависимости от масштаба времени), на основе которых строится процесс спортивной тренировки:

а) тренировочные, соревновательные, восстановительные;

б) микроциклы, мезоциклы, макроциклы;

в) оперативные, текущие, этапные циклы;

г) подготовительные, основные, соревновательные.

17. Спорт, в котором соревнования являются средством определения эффективности системы подготовки спортивных резервов и физического совершенствования подрастающего поколения, называется …

а) Любительский спорт;

б) Профессиональный спорт;

в) Массовый спорт;

г) Детско-юношеский спорт;

18. Упражнения, направленные на развитие физических качеств, необходимых для выполнения соревновательных упражнений, называются …

а) Избранные соревновательные упражнения;

б) Подводящие упражнения;

в) Развивающие упражнения;

г) Общеподготовительные упражнения;

19. К скоростно-силовым видам спорта относятся:

а) Прыжки, метания;

б) Гимнастика, фигурное катание;

в) Плавание, коньки;

г) Бокс, борьба;

20. К наглядным методам не относятся:

а) Показ;

б) Демонстрация;

в) Ориентиры, ограничивающие направление движения;

г) Обсуждение;

6.5. Примерный перечень вопросов к зачету

1. Теория и методика физической культуры как наука и учебная дисциплина.
2. Сравнительная характеристика понятий «физическая культура», «физическое воспитание», «спорт», «физическая рекреация», «двигательная реабилитация», «физическое совершенство» их связь и специфические стороны.
3. Структура физической культуры как вида культуры, ее основные функции (общие и специфические).
4. Цель и задачи физкультурного образования.
5. Общие принципы формирования физической культуры личности.
6. Понятие о средствах формирования физической культуры личности, их классификационная характеристика.
7. Физические упражнения, их классификация. Многосторонность и обусловленность влияния физических упражнений на занимающихся.
8. Неспецифические средства физической культуры, их характеристика.
9. Классификация методов формирования физической культуры личности. Требования к выбору методов.
10. Круговая тренировка как организационно-педагогическая форма занятия (назначение, содержание, методические особенности, варианты).
11. Нагрузка и отдых при занятиях физическими упражнениями, их виды. Приемы регулирования и дозирования нагрузки.
12. Общая характеристика процесса обучения двигательным действиям.
13. Общая характеристика физических способностей (понятие, взаимосвязь способностей и качеств, классификация, закономерности развития).

14. Формы построения занятий физическими упражнениями и их типология.

15. Понятие контроля в процессе занятий физическими упражнениями. Требования к контролю, характеристика видов контроля.

16. Социально-педагогическое значение физического воспитания дошкольников. Возрастная классификация детей дошкольного возраста.

17. Сущность профессионально-прикладной физической подготовки (значение, задачи, средства, методические основы построения).

18. Физическое воспитание в ВУЗах. Характеристика действующих программ по физическому воспитанию.

19. Оздоровительная направленность как важнейший принцип системы физического воспитания.

20. Оценка состояния здоровья и физической подготовленности занимающихся оздоровительной физической культурой.

6.6. **Примерный перечень тематики рефератов по дисциплине «Физическая культура и спорт»**

1. Методики овладения жизненно важными умениями и навыками (ходьба, передвижения на лыжах, плавание и т.д.).
2. Простейшие методики самооценки работоспособности, утомления и применения средств физической культуры для их направленной коррекции.
3. Методика составления индивидуальных программ физического воспитания и занятий с оздоровительной, рекреационной и восстановительной направленностью (медленный бег, плавание, прогулка на лыжах и т.д.)
4. Основы методики самомассажа.
5. Методики корригирующей гимнастики для глаз
6. Методы оценки и коррекции осанки и телосложения
7. Методы самоконтроля за функциональным состоянием организма (функциональные пробы).
8. Методика самооценки специальной физической и спортивной подготовленности по избранному виду спорта (тесты, контрольные мероприятия).
9. Методика индивидуального подхода и применения средств для правильного развития отдельных качеств.
10. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке обучающихся.
11. Основы здорового, рационального питания.
12. Основы методики организации судейства по избранному виду спорта.
13. Методы регулирования психоэмоционального состояния, применяемые при занятиях физической культурой и спортом.
14. Средства и методы мышечной релаксации в спорте
15. Методика проведения производственной гимнастики с учетом заданных условий и характера труда
16. Диагноз и кратная характеристика заболевания обучающегося. Влияние заболевания на личную работоспособность и самочувствие.

17. Медицинские противопоказания при занятиях физическими упражнениями и применения других средств физической культуры при данном заболевании (диагнозе).
18. Лечебная физическая культура и рекомендуемые средства физической культуры при данном заболевании диагнозе)
19. Составление и обоснование индивидуального комплекса физических упражнений и доступных средств физической культуры (с указанием дозировки)
20. Составление и демонстрация индивидуального комплекса физических упражнений, проведение отдельной части профилированного учебного занятия с группой обучающихся.

6.7. Фонд оценочных средств

Полный банк заданий для текущего, рубежных контролей и промежуточной аттестации по дисциплине, показатели, критерии, шкалы оценивания компетенций, методические материалы, определяющие процедуры оценивания образовательных результатов, приведены в учебно-методическом комплексе дисциплины.

7. ОСНОВНАЯ И ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ УЧЕБНАЯ ЛИТЕРАТУРА

7.1. Основная учебная литература

1. Физическая культура [Электронный ресурс] / Виленский М.Я., Волков В.Ю., Волкова Л.М., Давиденко Д.Н. Масалова, О.Ю. Филимонова С.И., Щербаков В.Г., - М. : КНОРУС, 2016. - Доступ из ЭБС «Консультант-студент»

2. Физическая культура [Электронный ресурс] / Ю. И. Евсеев. - Изд. 9-е, стер. - Ростов н/Д : Феникс, 2014. - (Высшее образование) - Доступ из ЭБС «Консультант-студент»

3. Профессиональная физическая культура в системе непрерывного образования молодежи [Электронный ресурс] : науч.- метод. пособие / В. А. Кабачков, С. А. Полиевский, А. Э. Буров. - М. : Советский спорт, 2010. - Доступ из ЭБС «Консультант-студент»

7.2. Дополнительная литература

1. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебное пособие для студентов вузов физической культуры / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - 2-е изд., испр. и доп.. - М.: Академия, 2003. - 480 с.

2. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" [Электронный ресурс] / П.А. Виноградов, А.В. Царик, Ю.В. Окуньков - М. : Спорт, 2016. - Доступ из ЭБС «Консультант-студент»

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

1. Годик М.а. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок. М. ФиС, 1980г.

2. Дергач А.А., Исаев А.А. Педагогическое мастерство тренера. М. ФиС, 1981 г.

3. Настольная книга учителя физической культуры / авт.-сост. Г. И. Погадаев; предисл. В. В. Кузина, Н. Д. Никандрова. - 2-е изд., перераб.идоп.. - М.: Физкультура и спорт, 2000. - 496 с.

4. Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта : учебное пособие для студентов вузов физической культуры / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - М.: Академия, 2001. – 143.

5. Речкалов А.В., Корюкин Д.А. Врачебно-педагогический контроль в физической культуре и спорте. -Курган: Изд-во КГУ, 2011. - 256 с.

9. РЕСУРСЫ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1.Высшее образование в России: Научно-педагогический журнал.http://www.vovr.ru

2. Единое окно доступа к образовательным ресурсам. http://window.edu.ru

3. Научный портал "ТЕОРИЯ.РУ". http://teoriya.ru

4. Научная электронная библиотека. http://elibrary.ru

10. ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ, ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ СПРАВОЧНЫЕ СИСТЕМЫ

1. ЭБС «Лань»;
2. ЭБС «Консультант студент»;
3. ЭБС «Znanium.com»;
4. «Гарант» - справочно-правовая система.

11. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Материально-техническое обеспечение по реализации дисциплины осуществляется в соответствии с требованиями ФГОС ВО по данной образовательной программе.

12. ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ДИСТАНЦИОННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

При использовании электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (далее ЭО и ДОТ) занятия полностью или частично проводятся в режиме онлайн. Объем дисциплины и распределение нагрузки по видам работ соответствует п. 4.1. Распределение баллов соответствует п. 6.2 либо может быть изменено в соответствии с решением кафедры, в случае перехода на ЭО и ДОТ в процессе обучения. Решение кафедры об используемых технологиях и системе оценивания достижений, обучающихся принимается с учетом мнения ведущего преподавателя и доводится до сведения обучающихся

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Аннотация к рабочей программе дисциплины

«Физическая культура и спорт»

образовательных программ высшего образования –
программ бакалавриата и специалитета
01.03.01, 04.05.01, 05.03.02, 05.03.06, 06.03.01, 08.03.01, 09.03.03, 09.03.04, 10.05.03, 13.03.01, 13.03.02, 15.03.01, 15.03.04, 15.03.05, 19.03.01, 20.03.01,20.05.01, 21.03.02 23.03.03, 23.05.01, 23.05.02, 27.03.01, 27.03.04, 35.03.03, 35.03.04, 35.03.06, 35.03.07, 36.03.01, 36.03.02, 38.03.01, 38.03.02, 38.05.01, 38.05.02, 39.03.03, 40.03.01, 42.03.02, 44.03.01, 44.03.02, 44.03.03, 44.03.04, 44.03.05, 45.03.01, 45.03.02, 46.03.02, 49.03.01, 49.03.02, 54.03.01,

Трудоемкость дисциплины: 2 ЗЕ (72 академических часа)
Семестр: 3, 4 (очная, очно-заочная, заочная формы обучения), 6 семестр заочная форма обучения направления 05.03.06
Форма промежуточной аттестации: Зачет

Содержание дисциплины

Техника выполнения и методика овладения различными спортивными дисциплинами: легкая атлетика, плаванье, спортивные игры, гимнастика. Развитие физических качеств. Правила соревнований различных видов спорта.