

РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИН  
(МОДУЛЕЙ)  
ПО НАПРАВЛЕНИЮ ПОДГОТОВКИ  
49.03.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА  
НАПРАВЛЕННОСТЬ (ПРОФИЛЬ) ПРОГРАММЫ  
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ  
ГОД НАЧАЛА ПОДГОТОВКИ  
2023

Утверждена в составе Основной  
профессиональной образовательной программы  
высшего образования

**Рабочая программа дисциплины (модуля)**

**Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту**

Направление подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) программы

Физкультурно-спортивная деятельность

Квалификация бакалавр

Форма обучения Очная

## **1. Цель и задачи учебной дисциплины (модуля)**

Цель учебной дисциплины состоит в формировании физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины (модуля) предусматривают решение следующих воспитательных, образовательных, развивающих и оздоровительных задач:

понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;

формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на ведение здорового образа жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;

овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья;

обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности;

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

## **2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО**

Изучение дисциплины (модуля) осуществляется на основе результатов обучения по дисциплине "Физическая культура и спорт".

Результаты обучения по дисциплине (модулю) лежат в основе освоения профессиональных дисциплин (модулей), практик.

**Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы**



|   |  |     |   | подготовки |     | подготовки |     |       |
|---|--|-----|---|------------|-----|------------|-----|-------|
| Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту(Спортивные игры (баскетбол, волейбол))                                   |  |     |   |            |     |            |     |       |
| 1   | Практические занятия по спортивным играм (баскетбол, волейбол) | 328 | 0 | 0          | 132 | 0          | 196 | зачет |
| Всего   |  | 328 | 0 | 0          | 132 | 0          | 196 |       |
| Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту(Спортивные игры (волейбол, бадминтон))                                   |  |     |   |            |     |            |     |       |
| 2   | Практические занятия по спортивным играм (бадминтон, волейбол) | 328 | 0 | 0          | 132 | 0          | 196 | зачет |
| Всего   |  | 328 | 0 | 0          | 132 | 0          | 196 |       |
| Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту(Фитнес)  |  |     |   |            |     |            |     |       |
| 3   | Практические занятия по фитнесу                                | 328 | 0 | 0          | 132 | 0          | 196 | зачет |
| Всего   |  | 328 | 0 | 0          | 132 | 0          | 196 |       |
| Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту(Плавание)  |  |     |   |            |     |            |     |       |
| 4   | Практические занятия по плаванию                               | 328 | 0 | 0          | 132 | 0          | 196 | зачет |
| Всего   |  | 328 | 0 | 0          | 132 | 0          | 196 |       |
| Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту(Атлетическая гимнастика)   |  |     |   |            |     |            |     |       |
| 5   | Практические занятия по атлетической гимнастике                | 328 | 0 | 0          | 132 | 0          | 196 | зачет |
| Всего   |  | 328 | 0 | 0          | 132 | 0          | 196 |       |
| Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту(Общая физическая подготовка (ОФП))                                       |  |     |   |            |     |            |     |       |
| 6   | Практические занятия по ОФП                                    | 328 | 0 | 0          | 132 | 0          | 196 | зачет |
| Всего   |  | 328 | 0 | 0          | 132 | 0          | 196 |       |
| Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту(Оздоровительная физическая культура (калланетика, скандинавская ходьба)) |  |     |   |            |     |            |     |       |
| 7   | Практические занятия по оздоровительной ФК                     | 328 | 0 | 0          | 132 | 0          | 196 | зачет |
| Всего   |  | 328 | 0 | 0          | 132 | 0          | 196 |       |
| Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту(Лечебная физическая культура)  |  |     |   |            |     |            |     |       |
| 8   | Практические занятия по ЛФК                                    | 328 | 0 | 0          | 132 | 0          | 196 | зачет |
| Всего   |  | 328 | 0 | 0          | 132 | 0          | 196 |       |

#### 4.4. Содержание дисциплины (модуля)

### Содержание дисциплины Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту

#### Специализация «Волейбол»

Правила поведения в зале, техника безопасности; размеры площадки, состав команды, высота сетки, вес мяча; основные правила игры в волейбол; техника верхней передачи мяча двумя руками: индивидуально, в парах, групповая; техника приема мяча снизу двумя руками: индивидуально, в парах, групповая; техника нижней прямой и нижней боковой подачи мяча; тактика приема подачи мяча и тактика нападения на отбой. Техника прямого нападающего удара на месте с прыжка и одиночного блока.

Методика проведения разминки; правила предупреждения травматизма; техника прямого нападающего удара; техника одиночного блокирования; тактика коллективных действий в нападении и защите. Перемещение приставным шагом, скачок, бег, прыжки;

#### Специализация «Баскетбол»

Правила поведения в зале, техника безопасности; размеры площадки, состав команды, вес мяча; основные правила игры в баскетбол.

Ведение мяча; техника выполнения остановок прыжком и двумя ногами, повороты на месте, передача мяча в парах, передача мяча в парах в движении; техника выполнения штрафного броска; техника выполнения стойки игрока, передвижения переставными шагами.

#### Специализация «Фитнес»

Правила поведения в зале, техника безопасности; методика проведения занятий; основы проведения вводной части занятия (базовые шаги); комплекс упражнений на развитие мышц верхнего плечевого пояса (с предметами, без предметов); комплекс упражнений на развитие мышц брюшного пресса (пресс сверху, пресс снизу, косые мышцы); комплекс упражнений на развитие мышц ног; комплекс упражнений на развитие мышц спины.

#### Специализация «Плавание»

Правила поведения в бассейне и на воде, техника безопасности; физические свойства воды; техника плавания способом кроль на груди, особенности техники плавания кролем на груди; техника плавания способом кроль на спине, особенности техники плавания кролем на спине; техника выполнения стартового прыжка с тумбочки при плавании кролем на груди; техника выполнения стартового прыжка из воды при плавании кролем на спине; плавание дистанции 50 и 100 метров на время кролем на груди; плавание 50 и 100 метров кролем на спине; тест Купера; поворот "маятником"; поворот при плавании способом кроль на спине; эстафетное плавание.

#### Специализация (Атлетическая гимнастика)

Правила поведения в зале, техника безопасности; методика проведения занятий; основы проведения вводной части занятия; комплекс упражнений на мышцы

верхнего плечевого пояса; комплекс упражнений на развитие мышц брюшного пресса; комплекс упражнений на развитие мышц ног; комплекс упражнений на развитие мышц спины.

#### Специализация «Общая физическая подготовка (ОФП)»

Техника безопасности на занятиях; показания и противопоказания при выполнении физических упражнений; самоконтроль на занятиях; строевые упражнения; общеразвивающие упражнения; техника бега (положение туловища, работа рук при беге, вынос бедра вперед); высокий и низкий старт; бег на повороте и на финише; общие закономерности плавания; техника спортивного плавания на груди и спине; техника стартов и поворотов в плавании; дыхательная гимнастика; утренняя гигиеническая гимнастика.

#### Специализация «Оздоровительная физическая культура (калланетика, скандинавская ходьба)»

Техника безопасности на занятиях; показания и противопоказания при выполнении физических упражнений; самоконтроль на занятиях; техника упражнений в калланетике; комплекс упражнений на мышцы верхнего плечевого пояса; комплекс упражнений на развитие мышц брюшного пресса; комплекс упражнений на развитие мышц ног; комплекс упражнений на развитие мышц спины; самоконтроль на занятиях физической культурой; общие закономерности ходьбы; техника ходьбы (положение туловища, работа рук, вынос бедра вперед); дыхательная гимнастика.

#### «Лечебная физическая культура»

Лечебная физическая культура при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата: диафизорных переломах, внутрисуставных переломах, переломах позвоночного столба, переломах таза, вывихах, повреждении менисков коленного сустава, повреждении мягких тканей, повреждениях грудной клетки, переломах костей пояса верхних конечностей, дефектах осанки, сколиозах и плоскостопии.

Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы: заболеваниях сердца, сосудов, гипотонической болезни, гипертонической болезни, варикозном расширении вен нижних конечностей.

Лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания. Лечебная физическая культура при заболеваниях органов пищеварения. Лечебная физическая культура при заболеваниях желез внутренней секреции и расстройствах обмена веществ.

Лечебная физическая культура при заболеваниях почек и мочевыводящих путей; центральной и периферической нервной системы; органов зрения; беременности.

## **5. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

Оценочные материалы представлены в виде фонда оценочных средств по дисциплине (модулю) в приложении к рабочей программе.

## **6. Методические материалы по дисциплине (модулю)**

Материал раздела предусматривает овладение студентами системой научно - практических и специальных знаний, необходимых для понимания природных и социальных процессов функционирования физической культуры общества и личности, умений их адаптивного, творческого использования для личностного и профессионального развития, самосовершенствования, организации здорового стиля жизни при выполнении учебной и профессиональной деятельности.

Распределение учащихся в группы специализаций проводится в начале учебного года с учетом пола, состояния здоровья (медицинского заключения) и физического развития. Прием в группы по видам спорта осуществляется по заявлению обучающегося.

Занятия проходят в виде:

- занятий в спортивно-оздоровительных группах по видам спорта для обучающихся основной группы здоровья;

- занятий в спортивно-оздоровительных группах для обучающихся с ослабленным здоровьем (подготовительная, специальная медицинская группа);

- занятий в спортивных секциях;

- массовых оздоровительных физкультурных и спортивных мероприятий;

- самостоятельных занятий физическими упражнениями, спортом и туризмом.

## **7. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины (модуля)**

### **7.1. Основная литература**

Физическая культура : учебное пособие : в 2 частях : [16+] / сост. Ю.В. Гребенникова, Н.А. Ковыляева, Е.В. Сантьева, Н.С. Рыжова и др. – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2019. – Ч. 2. – 91 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. –

URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=572859&sr=1](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=572859&sr=1)

Физическая культура и спорт в вузе : учебное пособие : [16+] / А.В. ;Завьялов, М.Н. ;Абраменко, И.В. ;Щербаков, И.Г. ;Евсеева. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. – 106 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. –

URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=572425&sr=1](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=572425&sr=1)

### **7.2. Дополнительная литература**



Пономарев, В.В. Физическое воспитание студентов вуза с ослабленным здоровьем, проживающих в условиях Крайнего Севера: теоретические и методические основы / В.В. Пономарев ; Сибирский государственный технологический университет. – Красноярск : Сибирский государственный технологический университет (СибГТУ), 2012. – 154 с. : ил., табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=428877](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=428877)

### 7.3. Периодические издания и реферативные базы данных

ИВИС : универсальные базы электронных периодических изданий : сайт / ООО «ИВИС». – URL: <https://dlib.eastview.com> . – Режим доступа: для авториз. пользователей.

### 7.4. Электронно-библиотечные системы

– Университетская библиотека онлайн : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «НексМедиа». – URL:<https://biblioclub.ru>. – Режим доступа: для авториз. пользователей.

### 7.5. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение

- операционная система MS Windows;
- офисный пакет;
- текстовые редакторы, программы для просмотра документов, графические редакторы, браузеры;

Информация о лицензионном и свободно распространяемом программном обеспечении дисциплины (модуля) содержится в сведениях о материально-технических условиях реализации образовательной программы.

### 7.6. Современные профессиональные базы данных

### 7.7. Информационные справочные системы

– Справочно-правовая информационная система Консультант Плюс  
<http://www.consultant.ru/>

### 7.8. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Университет на законном основании располагает материально-техническим обеспечением образовательной деятельности (помещениями и оборудованием) для реализации дисциплины (модуля).

Информация о материально-технической базе дисциплины (модуля) содержится в сведениях о материально-технических условиях реализации образовательной программы.

## **8. Особенности организации образовательной деятельности по дисциплине (модулю) для лиц с ограниченными возможностями здоровья**

В университете образовательная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется на основе образовательных программ,

адаптированных, при необходимости, для обучения указанных лиц, с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

В университет созданы специальные условия для получения образования по образовательным программам обучающимися с ограниченными возможностями здоровья, которые включают в себя использование специальных методов обучения и воспитания, печатные и (или) электронные образовательные ресурсы в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья, специальные технические средства обучения, предоставление услуг ассистента (при необходимости), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, обеспечение доступа в здания университета.

## Приложение

### **ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

#### **Система оценивания результатов промежуточной аттестации**

Обучающемуся выставляется «зачет» на основании систематических посещений занятий в группах по специализациям, активного участия в спортивно-оздоровительных, физкультурно-массовых мероприятиях, участии сдачи нормативов ГТО и/или в спортивных соревнованиях различного уровня.

Утверждена в составе Основной профессиональной образовательной программы высшего образования

### **Рабочая программа дисциплины (модуля)**

#### **Экономическая культура**

Направление подготовки  
49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) программы  
Физкультурно-спортивная деятельность

Квалификация бакалавр  
Формы обучения Очная, Заочная

## 1. Цель и задачи учебной дисциплины (модуля)

Цель учебной дисциплины(модуля) "Экономическая культура" состоит в формировании у обучающихся знаний, умений, навыков для освоения универсальной компетенции УК-9, закрепленных за ней в ОПОП

Задачи дисциплины (модуля):

- дать понимание базовых принципов функционирования экономики и экономического развития, целей и формы участия государства в экономике
- научить применять методы личного экономического и финансового планирования для достижения текущих и долгосрочных финансовых целей
- научить использовать финансовые инструменты для управления личными финансами (личным бюджетом), контролировать собственные экономические и финансовые риски

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО

Изучение дисциплины (модуля) осуществляется на основе результатов обучения по следующим дисциплинам (модулям):

Гуманитарный, социальный и экономический модуль

Результаты обучения по дисциплине (модулю) лежат в основе освоения следующих дисциплин (модулей), практик:

Подготовка и защита ВКР

## 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине(модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

| Содержание и шифр компетенции   | Планируемые результаты обучения   |   |  |
|---|---|---|--|
|   | Знать   | Уметь   | Владеть  |
| УК-9 Способен принимать обоснованные экономические решения в различных областях жизнедеятельности | Базовые принципы функционирования экономики и экономического развития, цели и формы участия государства в экономике, основные финансовые инструменты, используемые для управления личными финансами | Воспринимать и анализировать информацию, необходимую для принятия обоснованных экономических решений, применять методы личного экономического и финансового планирования для достижения текущих и долгосрочных финансовых целей | Методами критической оценки информации о перспективах экономического роста и технологического развития экономики страны и отдельных ее отраслей, инструментами управления личными финансами для достижения поставленных финансовых целей |

## 4. Объем и содержание дисциплины (модуля)



|  |           |          |          |           |          |          |          |          |          |          |          |          |          |
|--|-----------|----------|----------|-----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| Самостоятельная работа обучающихся, в том числе: | 57,8      | 0        | 0        | 57,8      | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Подготовка к сдаче зачета/зачета оценкой         | 3,8       | 0        | 0        | 3,8       | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся     | 54        | 0        | 0        | 54        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| <b>ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ</b>                       | <b>72</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>72</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> |

#### 4.3. Тематический план (отдельно для каждой формы обучения)

##### Очная

| № п/п | Наименование раздела (темы)  | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |   | Самостоятельная работа | Формы текущего контроля успеваемости |
|-------|--|------------------------------------|--------------------------------|--|---|---|------------------------|--------------------------------------|
|       |  | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   |   |                        |                                      |
|       |  |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия |   |                        |                                      |
| 1     | Базовые принципы функционирования экономики экономического развития                        | 9                                  | 2                              | 0                                      | 2   | 0 | 5                      | опрос, доклады, презентации          |
| 2     | Основные экономические категории   | 9                                  | 2                              | 0                                      | 2   | 0 | 5                      | Опрос, письменная работа             |
| 3     | Цели и формы участия государства в экономике   | 9                                  | 2                              | 0                                      | 2   | 0 | 5                      | Опрос, письменная работа             |
| 4     | Предпринимательская деятельность   | 9                                  | 2                              | 0                                      | 2   | 0 | 5                      | Опрос, решение задач, тест           |
| 5     | Основные виды личных доходов   | 9                                  | 2                              | 0                                      | 2   | 0 | 5                      | Опрос, решение практических задач    |
| 6     | Основные финансовые организации инструменты, используемые для управления личными финансами | 9                                  | 2                              | 0                                      | 2   | 0 | 5                      | Опрос, решение практических задач    |
| 7     | Риски и неопределённость в экономической и финансовой сфере                                | 9                                  | 2                              | 0                                      | 2   | 0 | 5                      | Опрос, решение практических задач    |
| 8     | Принципы   | 9                                  | 2                              | 0                                      | 2   | 0 | 5                      | Опрос,                               |

|       |   |    |    |   |    |   |    |                            |
|-------|---|----|----|---|----|---|----|----------------------------|
|       | ведения личного бюджета. Основные виды расходов |    |    |   |    |   |    | решение практических задач |
| Всего |   | 72 | 16 | 0 | 16 | 0 | 40 |                            |

Заочная, часов на контроль:4

| № п/п | Наименование раздела (темы)  | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |  |                        | Формы текущего контроля успеваемости |
|-------|--|------------------------------------|--------------------------------|--|---|--|------------------------|--------------------------------------|
|       |  | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   |  | Самостоятельная работа |                                      |
|       |  |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия | В т.ч. в форме практической подготовки |                        |                                      |
| 1     | Базовые принципы функционирования экономики экономического развития                        | 9                                  | 1                              | 0                                      | 1   | 0                                      | 7                      | опрос, доклады, презентации          |
| 2     | Основные экономические категории   | 8                                  | 0                              | 0                                      | 1   | 0                                      | 7                      | Опрос, письменная работа             |
| 3     | Цели и формы участия государства в экономике   | 8                                  | 0                              | 0                                      | 1   | 0                                      | 7                      | Опрос, письменная работа             |
| 4     | Предпринимательская деятельность   | 10                                 | 1                              | 0                                      | 2   | 0                                      | 7                      | Опрос, решение задач, тест           |
| 5     | Основные виды личных доходов   | 9                                  | 0                              | 0                                      | 2   | 0                                      | 7                      | Опрос, решение практических задач    |
| 6     | Основные финансовые организации инструменты, используемые для управления личными финансами | 10                                 | 2                              | 0                                      | 1   | 0                                      | 7                      | Опрос, решение практических задач    |
| 7     | Риски и неопределённость в экономической и финансовой сфере                                | 7                                  | 0                              | 0                                      | 1   | 0                                      | 6                      | Опрос, решение практических задач    |



|       |  |    |   |   |    |   |    |                                   |
|-------|--|----|---|---|----|---|----|-----------------------------------|
| 8     | Принципы ведения личного бюджета. Основные виды расходов | 7  | 0 | 0 | 1  | 0 | 6  | Опрос, решение практических задач |
| Всего |  | 68 | 4 | 0 | 10 | 0 | 54 |                                   |

### **5. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

Оценочные материалы представлены в виде фонда оценочных средств по дисциплине (модулю) в приложении к рабочей программе.

### **6. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины (модуля)**

#### **6.1. Основная литература**

Фрицлер, А. В. Персональные (личные) финансы : учебное пособие для вузов / А. В. Фрицлер, Е. А. Тарханова. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 154 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14664-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/bcode/478219>

Гребенников, П. И. Экономика : учебник для вузов / П. И. Гребенников, Л. С. Тарасевич. — 5-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 310 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08979-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/bcode/468304>

#### **6.2. Дополнительная литература**

Боброва, О. С. Настольная книга предпринимателя : практическое пособие / О. С. Боброва, С. И. Цыбуков, И. А. Бобров. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 330 с. — (Профессиональная практика). — ISBN 978-5-534-00093-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/bcode/470300>

Пансков, В. Г. Налоги и налогообложение. Практикум : учебное пособие для вузов / В. Г. Пансков, Т. А. Левочкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. —

319 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-5292-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/bcode/469307>

Экономика : учебное пособие : [12+] / Е. ;Н. ;Акимова, А. ;Н. ;Абрамов, О. ;В. ;Шатаева, М. ;Н. ;Лавров. — Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. — 200 с. — Режим доступа: по подписке. — URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=601574>

### 6.3. Периодические издания и реферативные базы данных

ИВИС : универсальные базы электронных периодических изданий : сайт / ООО «ИВИС». — URL: <https://dlib.eastview.com> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.

eLIBRARY.RU : научная электронная библиотека : информационно-аналитический портал / ООО «Научная электронная библиотека». — URL: <https://elibrary.ru> . — Режим доступа: для зарегистр. пользователей.

### 6.4. Электронно-библиотечные системы

ЮРАЙТ : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ». - URL:<https://urait.ru/>. Режим доступа: для авториз.пользователей

– Университетская библиотека онлайн : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «НексМедиа». — URL:<https://biblioclub.ru>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.

### 6.5. Современные профессиональные базы данных

<http://www.edu.ru/> - российский образовательный портал;

### 6.6. Информационные справочные системы

– Справочно-правовая информационная система Консультант Плюс  
<http://www.consultant.ru/>

## **7. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

В университете образовательная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется на основе образовательных программ, адаптированных, при необходимости, для обучения указанных лиц, с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

В университет созданы специальные условия для получения образования по образовательным программам обучающимися с ограниченными возможностями здоровья, которые включают в себя использование специальных методов обучения и воспитания,

печатные и (или) электронные образовательные ресурсы в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья, специальные технические средства обучения, предоставление услуг ассистента (при необходимости), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, обеспечение доступа в здания университета.

Утверждена в составе Основной  
профессиональной образовательной  
программы высшего образования

**Рабочая программа дисциплины (модуля)**

**Философия**

Направление подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) программы

Физкультурно-спортивная деятельность

Квалификация бакалавр

Формы обучения Очная, Заочная

## 1. Цель и задачи учебной дисциплины (модуля)

Цель учебной дисциплины «Философия» состоит в формировании и совершенствовании у обучающихся культуры мышления и систематизированного мировоззрения на основе теоретических знаний по наиболее важным философским проблемам для умения решать поставленные профессиональные задачи и развития способности воспринимать межкультурное разнообразие общества в философском контексте

Задачи дисциплины (модуля):

формирование представления о специфике философии как способе познания и духовного освоения мира, основных разделах современного философского знания, философских проблемах и методах их исследования;

овладение базовыми принципами сбора, отбора и обобщения информации;

развитие навыков критического мышления и оценки источников информации;

формирование умения логично излагать и аргументировано отстаивать собственную позицию;

анализировать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия в философском контексте.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО

Изучение дисциплины (модуля) осуществляется на основе результатов обучения по следующим дисциплинам (модулям):

исторической дисциплине "История России".

Результаты обучения по дисциплине (модулю) лежат в основе освоения следующих дисциплин (модулей), практик:

"Логика и теория аргументации", "Основы системного анализа", "Культурология", "Основы межкультурной коммуникации", профессиональные дисциплины.

## 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине(модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

| Содержание и шифр компетенции   | Планируемые результаты обучения                      |  |  |
|---|--|--|--|
|   | Знать  | Уметь  | Владеть  |
| УК-1 Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач | Знает принципы сбора, отбора и обобщения информации. | Умеет соотносить разнородные явления и систематизировать их в рамках избранных видов деятельности. | Способен грамотно, логично, аргументированно формировать собственные суждения и оценки |
| УК-5 Способен   | Знает основные                                       | Умеет анализировать и  | Владеет навыками анализа   |



|  |            |           |           |          |          |          |          |          |          |          |          |          |          |
|--|------------|-----------|-----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| (семинарские) занятия                              |            |           |           |          |          |          |          |          |          |          |          |          |          |
| Иная контактная работа, в том числе (при наличии): | 0,25       | 0         | 0,25      | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Сдача экзамена                                     | 0,25       | 0         | 0,25      | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Самостоятельная работа обучающихся, в том числе:   | 129,75     | 64        | 65,75     | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Подготовка к сдаче экзамена                        | 8,75       | 0         | 8,75      | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся       | 121        | 64        | 57        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| <b>ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ</b>                         | <b>144</b> | <b>72</b> | <b>72</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> |

#### 4.3. Тематический план (отдельно для каждой формы обучения)

Очная, часов на контроль:36

| № п/п | Наименование раздела (темы)                             | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |                        | Формы текущего контроля успеваемости |  |
|-------|---|------------------------------------|--------------------------------|--|---|------------------------|--------------------------------------|--|
|       |   | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   | Самостоятельная работа |                                      |  |
|       |   |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия |                        |                                      | В т.ч. в форме практической подготовки                             |
| 1     | Философия: понятие, предмет, основные проблемы, функции | 12                                 | 2                              | 0                                      | 2   | 0                      | 8                                    | Устный опрос, тест, задачи, анализ текстов, доклады с презентацией |
| 2     | История философской мысли: история зарубежной философии | 24                                 | 12                             | 0                                      | 0   | 0                      | 12                                   | Устный опрос, тест, анализ текстов                                 |
| 3     | История философской мысли: история русской философии    | 12                                 | 2                              | 0                                      | 2   | 0                      | 8                                    | Устный опрос, тест, задачи, анализ текстов, доклады с презентацией |
| 4     | Онтология   | 10                                 | 0                              | 0                                      | 2   | 0                      | 8                                    | Устный опрос, тест, задачи, анализ текстов, доклады с презентацией |
| 5     | Философия   | 10                                 | 0                              | 0                                      | 2   | 0                      | 8                                    | Устный   |

|       |                        |     |    |   |    |   |    |  |
|-------|------------------------|-----|----|---|----|---|----|--|
|       | сознания               |     |    |   |    |   |    | опрос, тест, задачи, анализ текстов, доклады с презентацией        |
| 6     | Теория познания        | 10  | 0  | 0 | 2  | 0 | 8  | Устный опрос, тест, задачи, анализ текстов, доклады с презентацией |
| 7     | Философия антропология | 10  | 0  | 0 | 2  | 0 | 8  | Устный опрос, тест, задачи, анализ текстов, доклады с презентацией |
| 8     | Социальная философия   | 10  | 0  | 0 | 2  | 0 | 8  | Устный опрос, тест, задачи, анализ текстов, доклады с презентацией |
| 9     | Философия культуры     | 10  | 0  | 0 | 2  | 0 | 8  | Эссе   |
| Всего |                        | 108 | 16 | 0 | 16 | 0 | 76 |  |

Заочная, часов на контроль:9

| № п/п | Наименование раздела (темы)                             | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |   | Самостоятельная работа | Формы текущего контроля успеваемости                               |
|-------|---|------------------------------------|--------------------------------|--|---|---|------------------------|--|
|       |   | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   |   |                        |  |
|       |   |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия |   |                        |  |
| 1     | Философия: понятие, предмет, основные проблемы, функции | 18                                 | 2                              | 0                                      | 2   | 0 | 14                     | Устный опрос, тест, задачи, анализ текстов, доклады с презентацией |
| 2     | История философской мысли: история зарубежной философии | 14                                 | 0                              | 0                                      | 0   | 0 | 14                     | Устный опрос, тест, анализ текстов                                 |



|   |  |    |   |   |   |   |    |  |
|---|--|----|---|---|---|---|----|--|
| 3 | История философской мысли: история русской философии | 16 | 2 | 0 | 0 | 0 | 14 | Устный опрос, тест, задачи, анализ текстов, доклады с презентацией |
| 4 | Онтология  | 14 | 0 | 0 | 0 | 0 | 14 | Устный опрос, тест, задачи, анализ текстов, доклады с презентацией |
| 5 | Философия сознания                                   | 16 | 0 | 0 | 2 | 0 | 14 | Устный опрос, тест, задачи, анализ текстов, доклады с презентацией |
| 6 | Теория познания                                      | 15 | 2 | 0 | 0 | 0 | 13 | Устный опрос, тест, задачи, анализ текстов, доклады с презентацией |
| 7 | Философская антропология                             | 14 | 2 | 0 | 0 | 0 | 12 | Устный опрос, тест, задачи, анализ текстов, доклады с презентацией |
| 8 | Социальная философия                                 | 14 | 0 | 0 | 2 | 0 | 12 | Устный опрос, тест, задачи, анализ текстов, доклады с презентацией |
| 9 | Философия  | 14 | 0 | 0 | 0 | 0 | 14 | Эссе   |

|       |          |     |   |   |   |   |     |  |
|-------|----------|-----|---|---|---|---|-----|--|
|       | культуры |     |   |   |   |   |     |  |
| Всего |          | 135 | 8 | 0 | 6 | 0 | 121 |  |

## **5. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

Оценочные материалы представлены в виде фонда оценочных средств по дисциплине (модулю) в приложении к рабочей программе.

## **6. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины (модуля)**

### **6.1. Основная литература**

Ивин, А. А. Философия : учебник для академического бакалавриата / А. А. Ивин, И. П. Никитина. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 478 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-9916-4016-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/bcode/425236>

Светлов, В. А. Философия : учебное пособие для академического бакалавриата / В. А. Светлов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 339 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-06928-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/bcode/437921>

### **6.2. Дополнительная литература**

Гуревич, П. С. Философия : учебник для академического бакалавриата / П. С. Гуревич. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 457 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-00423-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/bcode/431922>

### **6.3. Периодические издания и реферативные базы данных**

ИВИС : универсальные базы электронных периодических изданий : сайт / ООО «ИВИС». — URL: <https://dlib.eastview.com> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.

### **6.4. Электронно-библиотечные системы**

ЮРАЙТ : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ». - URL:<https://urait.ru/>. Режим доступа: для авториз.пользователей

6.5. Современные профессиональные базы данных

6.6. Информационные справочные системы

– Справочно-правовая информационная система Консультант Плюс  
<http://www.consultant.ru/>

## **7. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

В университете образовательная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется на основе образовательных программ, адаптированных, при необходимости, для обучения указанных лиц, с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

В университет созданы специальные условия для получения образования по образовательным программам обучающимися с ограниченными возможностями здоровья, которые включают в себя использование специальных методов обучения и воспитания, печатные и (или) электронные образовательные ресурсы в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья, специальные технические средства обучения, предоставление услуг ассистента (при необходимости), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, обеспечение доступа в здания университета.

Утверждена в составе Основной  
профессиональной образовательной  
программы высшего образования

**Рабочая программа дисциплины (модуля)**

**Физическая культура и спорт**

Направление подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) программы

Физкультурно-спортивная деятельность

Квалификация бакалавр

Формы обучения Очная, Заочная

## 1. Цель и задачи учебной дисциплины (модуля)

Цель учебной дисциплины(модуля) "Физическая культура и спорт" состоит в формировании физической культуры личности и обеспечение психофизической готовности к будущей профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины (модуля):

- формирование понимания социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- изучение теоретических основ физической культуры и основ здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на ведение здорового образа жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО

Изучение дисциплины (модуля) осуществляется на основе результатов обучения по следующим дисциплинам (модулям):

физической культуре, изученной на предыдущем уровне получения образования.

Результаты обучения по дисциплине (модулю) лежат в основе освоения следующих дисциплин (модулей), практик:

Результаты обучения по дисциплине лежат в основе освоения профессиональных дисциплин, практик, элективных дисциплин (модули) по физической культуре и спорту.

## 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине(модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

| Содержание и шифр компетенции | Планируемые результаты обучения |                 |                   |
|-------------------------------|---------------------------------|-----------------|-------------------|
|                               | Знать                           | Уметь           | Владеть           |
| УК-7 Способен                 | основы здорового образа         | разрабатывать и | практический опыт |



|  |           |          |           |          |          |          |          |          |          |          |          |          |          |
|--|-----------|----------|-----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| работа, в том числе:                               |           |          |           |          |          |          |          |          |          |          |          |          |          |
| Лекции   | 2         | 0        | 2         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Практические (семинарские) занятия                 | 6         | 0        | 6         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Иная контактная работа, в том числе (при наличии): | 0,2       | 0        | 0,2       | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Сдача зачета/зачета с оценкой                      | 0,2       | 0        | 0,2       | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Самостоятельная работа обучающихся, в том числе:   | 63,8      | 0        | 63,8      | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Подготовка к сдаче зачета/зачета с оценкой         | 3,8       | 0        | 3,8       | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся       | 60        | 0        | 60        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| <b>ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ</b>                         | <b>72</b> | <b>0</b> | <b>72</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> |

#### 4.3. Тематический план (отдельно для каждой формы обучения)

##### Очная

| № п/п | Наименование раздела (темы)  | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |  | Самостоятельная работа | Формы текущего контроля успеваемости |
|-------|--|------------------------------------|--------------------------------|--|---|--|------------------------|--------------------------------------|
|       |  | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   |  |                        |                                      |
|       |  |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия | В т.ч. в форме практической подготовки |                        |                                      |
| 1     | Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов         | 8                                  | 2                              | 0                                      | 2   | 0                                      | 4                      | Устный опрос                         |
| 2     | Социально-биологические основы физической культуры.                                  | 14                                 | 4                              | 0                                      | 2   | 0                                      | 8                      | Устный опрос, тестирование           |
| 3     | Основы здорового образа жизни студентов. Физическая культура в обеспечении здоровья. | 12                                 | 4                              | 0                                      | 2   | 0                                      | 6                      | Устный опрос, доклады с презентацией |
| 4     | Общая физическая и   | 10                                 | 2                              | 0                                      | 2   | 0                                      | 6                      | Устный опрос                         |

|       |  |    |    |   |    |   |    |                                    |
|-------|--|----|----|---|----|---|----|------------------------------------|
|       | специальная подготовка в системе физического воспитания.   |    |    |   |    |   |    |                                    |
| 5     | Строевая подготовка. Основы, приемы и правила стрельбы.  | 14 | 0  | 0 | 6  | 0 | 8  | Практические умения                |
| 6     | Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом. | 14 | 4  | 0 | 2  | 0 | 8  | Устный опрос, практические задания |
| Всего |  | 72 | 16 | 0 | 16 | 0 | 40 |                                    |

Заочная, часов на контроль:4

| № п/п | Наименование раздела (темы)  | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |                        | Формы текущего контроля успеваемости |  |
|-------|--|------------------------------------|--------------------------------|--|---|------------------------|--------------------------------------|--|
|       |  | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   | Самостоятельная работа |                                      |  |
|       |  |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия |                        |                                      | В т.ч. в форме практической подготовки |
| 1     | Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов         | 12                                 | 2                              | 0                                      | 0   | 0                      | 10                                   |  |
| 2     | Социально-биологические основы физической культуры.                                  | 10                                 | 0                              | 0                                      | 0   | 0                      | 10                                   |  |
| 3     | Основы здорового образа жизни студентов. Физическая культура в обеспечении здоровья. | 12                                 | 0                              | 0                                      | 2   | 0                      | 10                                   |  |



|       |  |    |   |   |   |   |    |  |
|-------|--|----|---|---|---|---|----|--|
| 4     | Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания.  | 12 | 0 | 0 | 2 | 0 | 10 |  |
| 5     | Строевая подготовка. Основы, приемы и правила стрельбы.  | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 | 10 |  |
| 6     | Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом. | 12 | 0 | 0 | 2 | 0 | 10 |  |
| Всего |  | 68 | 2 | 0 | 6 | 0 | 60 |  |

### **5. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

Оценочные материалы представлены в виде фонда оценочных средств по дисциплине (модулю) в приложении к рабочей программе.

### **6. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины (модуля)**

#### **6.1. Основная литература**

Физическая культура : учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.] ; под редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 599 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12033-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/book/fizicheskaya-kultura-446683>

Физическая культура : учебник и практикум для вузов / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 424 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02483-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/book/fizicheskaya-kultura-449973>

Письменский, И. А. Физическая культура : учебник для вузов / И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 450 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14056-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/book/fizicheskaya-kultura-467588>

Стриханов, М. Н. Физическая культура и спорт в вузах : учебное пособие / М. Н. Стриханов, В. И. Савинков. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 160 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10524-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/book/fizicheskaya-kultura-i-sport-v-vuzah-454861#page/1>

Рубанович, В. Б. Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой : учебное пособие / В. Б. Рубанович. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 253 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07030-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/book/vrachebno-pedagogicheskiy-kontrol-pri-zanyatiyah-fizicheskoy-kulturoy-452538>

## 6.2. Дополнительная литература

Пономарев, В. В. Физическое воспитание студентов вуза с ослабленным здоровьем, проживающих в условиях Крайнего Севера : теоретические и методические основы / В. В. Пономарев ; Сибирский государственный технологический университет. — Красноярск : Сибирский государственный технологический университет (СибГТУ), 2012. — 154 с. : ил., табл., схем. — Режим доступа: по подписке. — URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=428877](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=428877)

Стручков, В. И. Формирование психофизического потенциала студенток вуза в процессе учебного курса дисциплины «Физическая культура» / В. И. Стручков, В. В. Пономарев ; Сибирский государственный технологический университет. — Красноярск : Сибирский государственный технологический университет (СибГТУ), 2012. — 155 с. :

табл., схем. – Режим доступа: по подписке. –  
URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=428889](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=428889)

Григорьев, А. Ю. Формирование двигательной компетенции студентов в процессе физического воспитания в вузе / А. Ю. Григорьев, В. В. Пономарев ; Сибирский государственный технологический университет. – Красноярск : Сибирский государственный технологический университет (СибГТУ), 2011. – 160 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=428860](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=428860)

Мельничук, А. А. Физкультурно-спортивная деятельность студентов в вузе : теоретические и практические основы / А. А. Мельничук, В. В. Пономарев ; Сибирский государственный технологический университет. – Красноярск : Сибирский государственный технологический университет (СибГТУ), 2013. – 173 с. : табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=428873](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=428873)

Манжелей, И. В. Инновации в физическом воспитании : учебное пособие : [16+] / И. В. Манжелей. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. – 146 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=426945](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=426945)

### 6.3. Периодические издания и реферативные базы данных

ИВИС : универсальные базы электронных периодических изданий : сайт / ООО «ИВИС». – URL: <https://dlib.eastview.com> . – Режим доступа: для авториз. пользователей.

### 6.4. Электронно-библиотечные системы

ЮРАЙТ : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ». - URL:<https://urait.ru/>. Режим доступа: для авториз. пользователей

– Университетская библиотека онлайн : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «НексМедиа». – URL:<https://biblioclub.ru>. – Режим доступа: для авториз. пользователей.

### 6.5. Современные профессиональные базы данных

### 6.6. Информационные справочные системы

– Справочно-правовая информационная система Консультант Плюс  
<http://www.consultant.ru/>

## **7. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

В университете образовательная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется на основе образовательных программ, адаптированных, при необходимости, для обучения указанных лиц, с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

В университет созданы специальные условия для получения образования по образовательным программам обучающимися с ограниченными возможностями здоровья, которые включают в себя использование специальных методов обучения и воспитания, печатные и (или) электронные образовательные ресурсы в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья, специальные технические средства обучения, предоставление услуг ассистента (при необходимости), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, обеспечение доступа в здания университета.

Утверждена в составе Основной  
профессиональной образовательной  
программы высшего образования

**Рабочая программа дисциплины (модуля)**

**Теория и практика массажа**

Направление подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) программы

Физкультурно-спортивная деятельность

Квалификация бакалавр

Формы обучения Очная, Заочная

## 1. Цель и задачи учебной дисциплины (модуля)

Цель учебной дисциплины (модуля) «Теория и практика массажа» состоит в

- формирование системы знаний, умений и навыков теоретической, методической и практической профессиональной подготовки в области массажа.

Задачи дисциплины (модуля):

- ознакомить обучающихся с различными видами массажа;
- научить будущих бакалавров использовать полученные знания в своей практической деятельности.
- сформировать умения и навыки оздоровительного и спортивного массажа.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО

Изучение дисциплины (модуля) осуществляется на основе результатов обучения по следующим дисциплинам (модулям):

- "Анатомия человека"
- "Физиология человека: общая и возрастная"
- "Основы спортивной медицины" и пр.

Результаты обучения по дисциплине (модулю) лежат в основе освоения следующих дисциплин (модулей), практик:

- "Содержание и виды ФОД"
- "Методология ФОТ"

## 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине(модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

| Содержание и шифр компетенции   | Планируемые результаты обучения   |   |  |
|---|---|---|--|
|   | Знать   | Уметь   | Владеть  |
| ПК-3 Способен управлять тренировочным процессом на основе контроля функционального состояния, достигнутого уровня техники двигательных действий и работоспособности занимающихся и внесения соответствующих корректив в тренировочный процесс | понятие о взаимосвязи структуры и содержания массажных программ, влияние массажных манипуляций на повышение работоспособности и восстановление после тренировочных занятий. | самостоятельно разрабатывать программы спортивного (тренировочного, предварительного и восстановительного и др.) массажа. | навыком составления конспектов процедур массажа различных частей тела спортсменов по избранному виду спорта. |

## 4. Объем и содержание дисциплины (модуля)

4.1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля):

Очная форма обучения: 3 зачетных единицы, 108 часов

Заочная форма обучения, 3 зачетных единицы, 108 часов

Формы промежуточной аттестации (отдельно для каждой формы обучения):

Очная форма обучения: Зачет (семестры:7),

Заочная форма обучения: Зачет (семестры:7),

4.2 Виды учебной деятельности и трудоемкость (всего, по семестрам, в часах)

Очная форма обучения

| Виды учебной деятельности                          | Всего, часы | Семестры |          |          |          |          |          |            |          |          |          |          |          |
|--|-------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|------------|----------|----------|----------|----------|----------|
|  |             | 1        | 2        | 3        | 4        | 5        | 6        | 7          | 8        | 9        | 10       | 11       | 12       |
| Контактная работа, в том числе:                    | 48,2        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 48,2       | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Лекции   | 16          | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 16         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Практические (семинарские) занятия                 | 32          | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 32         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Иная контактная работа, в том числе (при наличии): | 0,2         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0,2        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Сдача зачета/зачета оценкой                        | 0,2         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0,2        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Самостоятельная работа обучающихся, в том числе:   | 59,8        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 59,8       | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Подготовка к сдаче зачета/зачета оценкой           | 3,8         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 3,8        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся       | 56          | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 56         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| <b>ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ</b>                         | <b>108</b>  | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>108</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> |

Заочная форма обучения

| Виды учебной деятельности                          | Всего, часы | Семестры |   |   |   |   |   |      |   |   |    |    |    |
|--|-------------|----------|---|---|---|---|---|------|---|---|----|----|----|
|  |             | 1        | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7    | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| Контактная работа, в том числе:                    | 12,2        | 0        | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 12,2 | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |
| Лекции   | 4           | 0        | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 4    | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |
| Практические (семинарские) занятия                 | 8           | 0        | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 8    | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |
| Иная контактная работа, в том числе (при наличии): | 0,2         | 0        | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,2  | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |
| Сдача зачета/зачета оценкой                        | 0,2         | 0        | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,2  | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |
| Самостоятельная работа обучающихся, в том числе:   | 95,8        | 0        | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 95,8 | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |

|  |     |   |   |   |   |   |   |   |     |   |   |   |   |
|--|-----|---|---|---|---|---|---|---|-----|---|---|---|---|
| том числе:                                   |     |   |   |   |   |   |   |   |     |   |   |   |   |
| Подготовка к сдаче зачета/зачета оценкой     | 3,8 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 3,8 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся | 92  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 92  | 0 | 0 | 0 | 0 |
| ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ                          | 108 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 108 | 0 | 0 | 0 | 0 |

#### 4.3. Тематический план (отдельно для каждой формы обучения)

##### Очная

| № п/п | Наименование раздела (темы)   | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |  |                        | Формы текущего контроля успеваемости |
|-------|---|------------------------------------|--------------------------------|--|---|--|------------------------|--------------------------------------|
|       |   | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   |  | Самостоятельная работа |                                      |
|       |   |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия | В т.ч. в форме практической подготовки |                        |                                      |
| 1     | История массажа. Общие основы массажа. Гигиенические требования. Показания, противопоказания. | 10                                 | 2                              | 0                                      | 2   | 0                                      | 6                      | УО, К, КР, Д                         |
| 2     | Приемы классического массажа. Техника и методика выполнения приемов массажа                   | 32                                 | 4                              | 0                                      | 10  | 0                                      | 18                     | УО, К, ИТ, практические умения       |
| 3     | Массаж отдельных частей тела.   | 34                                 | 6                              | 0                                      | 10  | 0                                      | 18                     | УО, К, ИТ, практические умения       |
| 4     | Массаж при различных заболеваниях и травмах.  | 32                                 | 4                              | 0                                      | 10  | 0                                      | 18                     | УО, ИТ, К, практические умения       |
| Всего |   | 108                                | 16                             | 0                                      | 32  | 0                                      | 60                     |                                      |

Заочная, часов на контроль:4

| № п/п | Наименование раздела (темы) | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |  |                        | Формы текущего контроля успеваемости |
|-------|-----------------------------|------------------------------------|--------------------------------|--|---|--|------------------------|--------------------------------------|
|       |                             | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   |  | Самостоятельная работа |                                      |
|       |                             |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия | В т.ч. в форме практической подготовки |                        |                                      |



|       |  |     |   |   |   |   |    |                                |
|-------|--|-----|---|---|---|---|----|--------------------------------|
| 1     | История массажа.<br>Общие основы массажа.<br>Гигиенические требования.<br>Показания, противопоказания. | 14  | 1 | 0 | 1 | 0 | 12 | УО, К, КР, Д                   |
| 2     | Приемы классического массажа.<br>Техника и методика выполнения приемов массажа                         | 26  | 1 | 0 | 3 | 0 | 22 | УО, К, ИТ, практические умения |
| 3     | Массаж отдельных частей тела.  | 33  | 1 | 0 | 2 | 0 | 30 | УО, К, ИТ, практические умения |
| 4     | Массаж при различных заболеваниях и травмах.   | 31  | 1 | 0 | 2 | 0 | 28 | УО, ИТ, К, практические умения |
| Всего |  | 104 | 4 | 0 | 8 | 0 | 92 |                                |

##### **5. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

Оценочные материалы представлены в виде фонда оценочных средств по дисциплине (модулю) в приложении к рабочей программе.

##### **6. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины (модуля)**

###### **6.1.Основная литература**

Лукомский, И. В. Физиотерапия. Лечебная физкультура. Массаж : учебник / И. ;В. ;Лукомский, И. ;С. ;Сикорская, В. ;С. ;Улащик ; ред. В. С. Улащик. – 3-е изд. – Минск : Вышэйшая школа, 2010. – 386 с. – Режим доступа: по подписке. – URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=235708](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=235708)

Егорова, С. А. Лечебная физкультура и массаж : учебное пособие / С. ;А. ;Егорова, Л. ;В. ;Белова, В. ;Г. ;Петрякова ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2014. – 258 с. : ил. –

Режим доступа: по подписке. –

URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=457233](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=457233)

Налобина, А. Н. Основы массажа. Спортивный массаж : учебное пособие : [16+] / А. ;Н. ;Налобина, И. ;Г. ;Таламова, Л. ;Е. ;Медведева ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – 2-е изд. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2013. – 140 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=274878](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=274878)

Стельмашонок, В. А. Основы реабилитации, физиотерапии, массажа и лечебной физкультуры : учебное пособие : [12+] / В. ;А. ;Стельмашонок, Н. ;В. ;Владимирова. – Минск : РИПО, 2015. – 328 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=463688](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=463688)

Лечебная физическая культура и массаж: курс лекций на иностранном языке (английском)=Therapeutic physical culture and massage: lectures on foreign language (english) : учебное пособие / авт.-сост. С. А. Егорова, В. Г. Петрякова ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2015. – 95 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=458062](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=458062)

## 6.2.Дополнительная литература

Руководство по классическому, детскому и спортивному массажу [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / сост. М. Л. Берговина. - Сыктывкар : Изд-во СГУ им. Питирима Сорокина, 2017. - 58 с.URL:[http://e-library.syktsu.ru/megapro/Download/MObject/605/Берговина\\_М.Л.\\_Руководство\\_по\\_классическому,\\_детскому\\_и\\_спортивному\\_массажу.pdf](http://e-library.syktsu.ru/megapro/Download/MObject/605/Берговина_М.Л._Руководство_по_классическому,_детскому_и_спортивному_массажу.pdf)

## 6.3.Периодические издания и реферативные базы данных

ИВИС : универсальные базы электронных периодических изданий : сайт / ООО «ИВИС». – URL: <https://dlib.eastview.com> . – Режим доступа: для авториз. пользователей.

## 6.4. Электронно-библиотечные системы

– Университетская библиотека онлайн : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «НексМедиа». – URL:<https://biblioclub.ru>. – Режим доступа: для авториз. пользователей.

## 6.5. Современные профессиональные базы данных

## 6.6. Информационные справочные системы

– Справочно-правовая информационная система Консультант Плюс  
<http://www.consultant.ru/>

ООО «Современные медиатехнологии в образовании и культуре»  
<http://www.informio.ru/>

## **7. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

В университете образовательная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется на основе образовательных программ, адаптированных, при необходимости, для обучения указанных лиц, с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

В университет созданы специальные условия для получения образования по образовательным программам обучающимися с ограниченными возможностями здоровья, которые включают в себя использование специальных методов обучения и воспитания, печатные и (или) электронные образовательные ресурсы в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья, специальные технические средства обучения, предоставление услуг ассистента (при необходимости), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, обеспечение доступа в здания университета.

Утверждена в составе Основной  
профессиональной образовательной  
программы высшего образования

**Рабочая программа дисциплины (модуля)**

**Спортивное ориентирование**

Направление подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) программы

Физкультурно-спортивная деятельность

Квалификация бакалавр

Формы обучения Очная, Заочная

## 1. Цель и задачи учебной дисциплины (модуля)

Цель учебной дисциплины (модуля) «Спортивное ориентирование» состоит в

- ознакомить обучающихся с современными представлениями о методиках обучения спортивному ориентированию, а также научить будущих бакалавров использовать полученные знания в своей практической деятельности при разработке учебных и тренировочных программ.

Задачи дисциплины (модуля):

- изучить средства и методы подготовки спортсмена в спортивном ориентировании;
- сформировать умение составлять методику подготовки в спортивном ориентировании;
- создать устойчивое представление спортивном ориентировании как массовом, общедоступном виде спорта.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО

Изучение дисциплины (модуля) осуществляется на основе результатов обучения по следующим дисциплинам (модулям):

- физической культуры, основ безопасности жизнедеятельности, изученным на предыдущем уровне получения образования.
- физической культуры, теории и методике физической культуры и пр., изученным при освоении ОПОП ВО.

Результаты обучения по дисциплине (модулю) лежат в основе освоения следующих дисциплин (модулей), практик:

- учебных практик (педагогической и тренерской), производственных практик (профессионально-ориентированной).

## 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине(модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

| Содержание и шифр компетенции  | Планируемые результаты обучения  |   |  |
|--|--|---|--|
|  | Знать  | Уметь   | Владеть  |
| ПК-2 Способен подбирать средства и методы тренировки, соответствующие поставленным задачам, а также определять величину нагрузок, адекватную возможностям индивида с установкой на достижение спортивного результата | средства и методы тренировки, а также технологии определяющие величину нагрузок для достижения результата в спортивно ориентировании | разрабатывать методику подготовки спортсмена, специализирующегося в спортивном ориентировании | опытом разработки и реализации методики подготовки спортсмена, специализирующегося в спортивном ориентировании |

#### 4. Объем и содержание дисциплины (модуля)

##### 4.1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля):

Очная форма обучения: 3 зачетных единицы, 108 часов

Заочная форма обучения, 3 зачетных единицы, 108 часов

Формы промежуточной аттестации (отдельно для каждой формы обучения):

Очная форма обучения: Зачет (семестры:8),

Заочная форма обучения: Зачет (семестры:8), Контрольная работа (семестры:8),

##### 4.2 Виды учебной деятельности и трудоемкость (всего, по семестрам, в часах)

###### Очная форма обучения

| Виды учебной деятельности                          | Всего, часы | Семестры |          |          |          |          |          |          |          |            |          |          |          |
|--|-------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|------------|----------|----------|----------|
|  |             | 1        | 2        | 3        | 4        | 5        | 6        | 7        | 8        | 9          | 10       | 11       | 12       |
| Контактная работа, в том числе:                    | 36,2        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 36,2       | 0        | 0        | 0        |
| Лекции   | 12          | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 12         | 0        | 0        | 0        |
| Практические (семинарские) занятия                 | 24          | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 24         | 0        | 0        | 0        |
| Иная контактная работа, в том числе (при наличии): | 0,2         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0,2        | 0        | 0        | 0        |
| Сдача зачета/зачета оценкой                        | 0,2         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0,2        | 0        | 0        | 0        |
| Самостоятельная работа обучающихся, в том числе:   | 71,8        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 71,8       | 0        | 0        | 0        |
| Подготовка к сдаче зачета/зачета оценкой           | 3,8         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 3,8        | 0        | 0        | 0        |
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся       | 68          | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 68         | 0        | 0        | 0        |
| <b>ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ</b>                         | <b>108</b>  | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>108</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> |

###### Заочная форма обучения

| Виды учебной деятельности            | Всего, часы | Семестры |   |   |   |   |   |   |   |      |    |    |    |
|--------------------------------------|-------------|----------|---|---|---|---|---|---|---|------|----|----|----|
|                                      |             | 1        | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9    | 10 | 11 | 12 |
| Контактная работа, в том числе:      | 12,35       | 0        | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 6 | 6,35 | 0  | 0  | 0  |
| Лекции                               | 4           | 0        | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2 | 2    | 0  | 0  | 0  |
| Практические (семинарские) занятия   | 8           | 0        | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 4 | 4    | 0  | 0  | 0  |
| Иная контактная работа, в том числе: | 0,35        | 0        | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,35 | 0  | 0  | 0  |

|   |     |       |   |   |   |   |   |   |    |       |   |   |   |   |
|---|-----|-------|---|---|---|---|---|---|----|-------|---|---|---|---|
| числе (при наличии):                              |     |       |   |   |   |   |   |   |    |       |   |   |   |   |
| Сдача зачета/зачета оценкой                       | с   | 0,2   | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  | 0,2   | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Сдача контрольной работы                          |     | 0,15  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  | 0,15  | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Самостоятельная работа обучающихся, том числе:    | в   | 95,65 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 30 | 65,65 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Выполнение подготовки к защите контрольной работы | и к | 3,85  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  | 3,85  | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Подготовка к сдаче зачета/зачета оценкой          | к с | 3,8   | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  | 3,8   | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся      |     | 88    | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 30 | 58    | 0 | 0 | 0 | 0 |
| ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ                               | ПО  | 108   | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 36 | 72    | 0 | 0 | 0 | 0 |

#### 4.3. Тематический план (отдельно для каждой формы обучения)

##### Очная

| № п/п | Наименование раздела (темы)   | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |   | Самостоятельная работа | Формы текущего контроля успеваемости   |
|-------|---|------------------------------------|--------------------------------|--|---|---|------------------------|--|
|       |   | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   |   |                        |  |
|       |   |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия |   |                        |  |
| 1     | Спортивное ориентирование как вид спорта.                               | 18                                 | 2                              | 0                                      | 4   | 0 | 12                     | Работа на семинарских занятиях, выполнение, выступление с презентациями, написание контрольной работы в конце семестра |
| 2     | Организация учебно-тренировочного процесса в спортивном ориентировании. | 28                                 | 4                              | 0                                      | 4   | 0 | 20                     | Работа на семинарских занятиях, выполнение, выступление с презентациями, написание                                     |

|       |   |     |    |   |    |   |    |  |
|-------|---|-----|----|---|----|---|----|--|
|       |   |     |    |   |    |   |    | контрольно<br>й работы в<br>конце<br>семестра  |
| 3     | Организация<br>соревнований<br>по<br>спортивному<br>ориентировани<br>ю. Виды<br>соревнований. | 30  | 4  | 0 | 6  | 0 | 20 | Работа на<br>семинарски<br>х занятиях,<br>выполнение,<br>выступлени<br>е с<br>презентация<br>ми,<br>написание<br>контрольно<br>й работы в<br>конце<br>семестра |
| 4     | Полевой<br>учебно-<br>тренировочны<br>й лагерь<br>ориентировщи<br>ков.                        | 17  | 1  | 0 | 6  | 0 | 10 | Работа на<br>семинарски<br>х занятиях,<br>выполнение,<br>выступлени<br>е с<br>презентация<br>ми,<br>написание<br>контрольно<br>й работы в<br>конце<br>семестра |
| 5     | Охрана<br>природы и<br>обеспечение<br>безопасности в<br>ориентировани<br>и.                   | 15  | 1  | 0 | 4  | 0 | 10 | Работа на<br>семинарски<br>х занятиях,<br>выполнение,<br>выступлени<br>е с<br>презентация<br>ми,<br>написание<br>контрольно<br>й работы в<br>конце<br>семестра |
| Всего |   | 108 | 12 | 0 | 24 | 0 | 72 |  |

Заочная, часов на контроль:4

| №<br>п/<br>п | Наименование<br>раздела (темы)                      | Количество часов по учебному плану |                                |   |  |   | Самостоятель<br>ная работа | Формы<br>текущего<br>контроля<br>успеваемост<br>и                          |
|--------------|---|------------------------------------|--------------------------------|---|--|---|----------------------------|--|
|              |   | Всег<br>о                          | Контактная (аудиторная) работа |   |  |   |                            |  |
|              |   |                                    | Лекц<br>ии                     | В т.ч. в<br>форме<br>практичес<br>кой<br>подготовк<br>и | Практичес<br>кие и (или)<br>лабораторн<br>ые занятия |   |                            |  |
| 1            | Спортивное<br>ориентировани<br>е как вид<br>спорта. | 21                                 | 1                              | 0   | 0  | 0 | 20                         | Работа на<br>семинарски<br>х занятиях,<br>выполнение,<br>выступлени<br>е с |



|   |   |    |   |   |   |   |    |  |
|---|---|----|---|---|---|---|----|--|
|   |   |    |   |   |   |   |    | презентация<br>ми,<br>написание<br>контрольно<br>й работы в<br>конце<br>семестра   |
| 2 | Организация<br>учебно-<br>тренировочног<br>о процесса в<br>спортивном<br>ориентировани<br>и.  | 36 | 2 | 0 | 4 | 0 | 30 | Работа на<br>семинарски<br>х занятиях,<br>выполнение,<br>выступлени<br>е с<br>презентация<br>ми,<br>написание<br>контрольно<br>й работы в<br>конце<br>семестра |
| 3 | Организация<br>соревнований<br>по<br>спортивному<br>ориентировани<br>ю. Виды<br>соревнований. | 23 | 1 | 0 | 2 | 0 | 20 | Работа на<br>семинарски<br>х занятиях,<br>выполнение,<br>выступлени<br>е с<br>презентация<br>ми,<br>написание<br>контрольно<br>й работы в<br>конце<br>семестра |
| 4 | Полевой<br>учебно-<br>тренировочны<br>й лагерь<br>ориентировщи<br>ков.                        | 12 | 0 | 0 | 1 | 0 | 11 | Работа на<br>семинарски<br>х занятиях,<br>выполнение,<br>выступлени<br>е с<br>презентация<br>ми,<br>написание<br>контрольно<br>й работы в<br>конце<br>семестра |
| 5 | Охрана<br>природы и<br>обеспечение<br>безопасности в<br>ориентировани                         | 12 | 0 | 0 | 1 | 0 | 11 | Работа на<br>семинарски<br>х занятиях,<br>выполнение,<br>выступлени  |

|       |    |     |   |   |   |   |    |  |
|-------|----|-----|---|---|---|---|----|--|
|       | и. |     |   |   |   |   |    | е<br>с<br>презентация<br>ми,<br>написание<br>контрольно<br>й работы в<br>конце<br>семестра |
| Всего |    | 104 | 4 | 0 | 8 | 0 | 92 |  |

## **5. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

Оценочные материалы представлены в виде фонда оценочных средств по дисциплине (модулю) в приложении к рабочей программе.

## **6. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины (модуля)**

### **6.1. Основная литература**

Туризм и спортивное ориентирование: учебное пособие (курс лекций) : [16+] / авт.-сост. К. Г. Зеленский, А. В. Абрамов, Д. Н. Безлепкин ; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации [и др.]. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2018. – 132 с. – Режим доступа: по подписке. – URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=562693](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=562693)

Основы спортивного ориентирования [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / сост. В.А. Голов, А.В. Голов. - Сыктывкар : Изд-во СГУ имени Питирима Сорокина, 2018. - 89 с. URL:<http://e-library.syktu.ru/megapro/Download/MObject/627/Голов В.А., Голов А.В. Основы спортивного ориентирования.pdf>

Спортивное ориентирование в школе [Электронный ресурс] : Учебно-методическое пособие / сост. В.А. Голов. - Сыктывкар : Изд-во СГУ им. Питирима Сорокина, 2016. - 127 с. URL:<http://e-library.syktu.ru/megapro/Download/MObject/44/978-5-87661-446-9 Голов В.А. Спортивное ориентирование в школе. Учебно-методическое пособие.pdf>

### **6.2. Дополнительная литература**

Майоркина, И. В. Обучение младших школьников спортивному ориентированию : учебное пособие : [16+] / И. ;В. ;Майоркина, Д. ;А. ;Негодаев, Ф. ;В. ;Салугин ; Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского. – Омск : Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского (ОмГУ), 2018. – 88 с. : табл., схем., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=563031](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=563031)

### 6.3. Периодические издания и реферативные базы данных

ИВИС : универсальные базы электронных периодических изданий : сайт / ООО «ИВИС». – URL: <https://dlib.eastview.com> . – Режим доступа: для авториз. пользователей.

eLIBRARY.RU : научная электронная библиотека : информационно-аналитический портал / ООО «Научная электронная библиотека». – URL: <https://elibrary.ru> . – Режим доступа: для зарегистр. пользователей.

### 6.4. Электронно-библиотечные системы

– Университетская библиотека онлайн : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «НексМедиа». – URL: <https://biblioclub.ru>. – Режим доступа: для авториз. пользователей.

### 6.5. Современные профессиональные базы данных

### 6.6. Информационные справочные системы

– Справочно-правовая информационная система Консультант Плюс  
<http://www.consultant.ru/>

## **7. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

В университете образовательная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется на основе образовательных программ, адаптированных, при необходимости, для обучения указанных лиц, с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

В университет созданы специальные условия для получения образования по образовательным программам обучающимися с ограниченными возможностями здоровья, которые включают в себя использование специальных методов обучения и воспитания, печатные и (или) электронные образовательные ресурсы в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья, специальные технические средства обучения, предоставление услуг ассистента (при необходимости), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, обеспечение доступа в здания университета.

Утверждена в составе Основной  
профессиональной образовательной  
программы высшего образования

**Рабочая программа дисциплины (модуля)**

**Спортивная биохимия**

Направление подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) программы

Физкультурно-спортивная деятельность

Квалификация бакалавр

Формы обучения Очная, Заочная

## 1. Цель и задачи учебной дисциплины (модуля)

Цель учебной дисциплины (модуля) «Спортивная биохимия» состоит в

- состоит в формировании общекультурных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций, системы научно-практических знаний, умений и навыков в области биохимии спорта, необходимых для профессиональной деятельности бакалавров физической культуры.

Задачи дисциплины (модуля):

- ознакомить обучающихся с основами знаний об биохимических показателях функционирования организма человека, занимающегося спортом, а также биохимических принципах спортивной тренировки, методах биохимического контроля, допинге и методах его обнаружения, разрешенных фармакологических препаратах, используемых в спорте;

- сформировать специальные знания, определяющие медико-биологическое обеспечение профессиональной деятельности бакалавра физической культуры;

- сформировать умения, необходимые для практической реализации профессиональной деятельности бакалавра физической культуры.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО

Изучение дисциплины (модуля) осуществляется на основе результатов обучения по следующим дисциплинам (модулям):

- физиологии человека, биохимии человека.

Результаты обучения по дисциплине (модулю) лежат в основе освоения следующих дисциплин (модулей), практик:

- спортивного питания, основ спортивной медицины, теории и методике избранного вида спорта.

## 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине(модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

| Содержание и шифр компетенции  | Планируемые результаты обучения  |  |   |
|--|--|--|---|
|  | Знать  | Уметь  | Владеть   |
| ПК-5 Способен выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта         | актуальные вопросы в биохимии спорта   | использовать актуальные знания о спортивной биохимии в профессиональной деятельности     | базовыми навыками выявления и применения в своей профессиональной деятельности знания в области спортивной биохимии |
| УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения | способы поддержания оптимального уровня физической подготовленности и их биохимические | поддерживать должный уровень физической подготовленности с учетом знаний о биохимических | базовыми навыками использования технологий поддержки должного уровня физической                                     |

|  |                |   |  |
|--|----------------|---|--|
| полноценной социальной и профессиональной деятельности | закономерности | закономерностей спортивной деятельности | подготовленности с учетом знаний о биохимических закономерностях спортивной деятельности |
|--|----------------|---|--|

#### 4. Объем и содержание дисциплины (модуля)

##### 4.1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля):

Очная форма обучения: 3 зачетных единицы, 108 часов

Заочная форма обучения, 3 зачетных единицы, 108 часов

Формы промежуточной аттестации (отдельно для каждой формы обучения):

Очная форма обучения: Зачет (семестры:5),

Заочная форма обучения: Зачет (семестры:6),

##### 4.2 Виды учебной деятельности и трудоемкость (всего, по семестрам, в часах)

Очная форма обучения

| Виды учебной деятельности                          | Всего, часы | Семестры |          |          |          |            |          |          |          |          |          |          |          |
|--|-------------|----------|----------|----------|----------|------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
|  |             | 1        | 2        | 3        | 4        | 5          | 6        | 7        | 8        | 9        | 10       | 11       | 12       |
| Контактная работа, в том числе:                    | 48,2        | 0        | 0        | 0        | 0        | 48,2       | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Лекции   | 12          | 0        | 0        | 0        | 0        | 12         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Практические (семинарские) занятия                 | 36          | 0        | 0        | 0        | 0        | 36         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Иная контактная работа, в том числе (при наличии): | 0,2         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0,2        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Сдача зачета/зачета с оценкой                      | 0,2         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0,2        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Самостоятельная работа обучающихся, в том числе:   | 59,8        | 0        | 0        | 0        | 0        | 59,8       | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Подготовка к сдаче зачета/зачета с оценкой         | 3,8         | 0        | 0        | 0        | 0        | 3,8        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся       | 56          | 0        | 0        | 0        | 0        | 56         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| <b>ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ</b>                         | <b>108</b>  | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>108</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> |

Заочная форма обучения

| Виды учебной деятельности       | Всего, часы | Семестры |   |   |   |   |     |   |   |   |    |    |    |
|---------------------------------|-------------|----------|---|---|---|---|-----|---|---|---|----|----|----|
|                                 |             | 1        | 2 | 3 | 4 | 5 | 6   | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| Контактная работа, в том числе: | 16,2        | 0        | 0 | 0 | 0 | 8 | 8,2 | 0 | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |

|  |      |   |   |   |   |    |      |   |   |   |   |   |   |
|--|------|---|---|---|---|----|------|---|---|---|---|---|---|
| Лекции   | 8    | 0 | 0 | 0 | 0 | 4  | 4    | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Практические (семинарские) занятия                 | 8    | 0 | 0 | 0 | 0 | 4  | 4    | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Иная контактная работа, в том числе (при наличии): | 0,2  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  | 0,2  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Сдача зачета/зачета оценкой                        | 0,2  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  | 0,2  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Самостоятельная работа обучающихся, в том числе:   | 91,8 | 0 | 0 | 0 | 0 | 28 | 63,8 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Подготовка к сдаче зачета/зачета оценкой           | 3,8  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  | 3,8  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся       | 88   | 0 | 0 | 0 | 0 | 28 | 60   | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ                                | 108  | 0 | 0 | 0 | 0 | 36 | 72   | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |

#### 4.3. Тематический план (отдельно для каждой формы обучения)

##### Очная

| № п/п | Наименование раздела (темы)  | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |   | Самостоятельная работа | Формы текущего контроля успеваемости |
|-------|--|------------------------------------|--------------------------------|--|---|---|------------------------|--------------------------------------|
|       |  | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   |   |                        |                                      |
|       |  |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия |   |                        |                                      |
| 1     | Регуляция обмена веществ - биохимическая основа процессов адаптации                              | 4                                  | 1                              | 0                                      | 0   | 0 | 3                      | Устный опрос                         |
| 2     | Биохимия мышечного сокращения  | 7                                  | 1                              | 0                                      | 2   | 0 | 4                      | Устный опрос                         |
| 3     | Биоэнергетика мышечной деятельности  | 9                                  | 1                              | 0                                      | 4   | 0 | 4                      | Устный опрос                         |
| 4     | Биохимические изменения в организме при выполнении работы различной мощности и продолжительности | 10                                 | 1                              | 0                                      | 4   | 0 | 5                      | Тестирование                         |
| 5     | Молекулярные механизмы   | 11                                 | 1                              | 0                                      | 4   | 0 | 6                      | Тестирование                         |

|       |  |     |    |   |    |   |    |              |
|-------|--|-----|----|---|----|---|----|--------------|
|       | утомления.   |     |    |   |    |   |    |              |
| 6     | Биохимические закономерности восстановления после мышечной нагрузки  | 12  | 2  | 0 | 4  | 0 | 6  | Тестирование |
| 7     | Биохимическая характеристика основных двигательных качеств   | 11  | 1  | 0 | 4  | 0 | 6  | Устный опрос |
| 8     | Закономерности биохимической и физиологической адаптации к мышечной работе                                   | 11  | 1  | 0 | 4  | 0 | 6  | Тестирование |
| 9     | Биохимические основы рационального питания   | 13  | 1  | 0 | 6  | 0 | 6  | Тестирование |
| 10    | Биохимическое обоснование применения фармакологических средств для повышения адаптации организма к нагрузкам | 9   | 1  | 0 | 2  | 0 | 6  | Тестирование |
| 11    | Биохимический и антидопинговый контроль в спорте   | 11  | 1  | 0 | 2  | 0 | 8  | Тестирование |
| Всего |  | 108 | 12 | 0 | 36 | 0 | 60 |              |

Заочная, часов на контроль:4

| № п/п | Наименование раздела (темы)   | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |   | Самостоятельная работа | Формы текущего контроля успеваемости |
|-------|---|------------------------------------|--------------------------------|--|---|---|------------------------|--------------------------------------|
|       |   | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   |   |                        |                                      |
|       |   |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия |   |                        |                                      |
| 1     | Регуляция обмена веществ - биохимическая основа процессов адаптации | 4                                  | 0                              | 0                                      | 0   | 0 | 4                      | Устный опрос                         |
| 2     | Биохимия мышечного сокращения                                       | 8                                  | 0                              | 0                                      | 0   | 0 | 8                      | Устный опрос                         |



|    |  |    |   |   |   |   |    |                    |
|----|--|----|---|---|---|---|----|--------------------|
| 3  | Биоэнергетика мышечной деятельности  | 11 | 1 | 0 | 2 | 0 | 8  | Устный опрос       |
| 4  | Биохимические изменения в организме при выполнении работы различной мощности и продолжительности             | 11 | 1 | 0 | 2 | 0 | 8  | Устный опрос       |
| 5  | Молекулярные механизмы утомления.  | 9  | 1 | 0 | 0 | 0 | 8  | Тест               |
| 6  | Биохимические закономерности восстановления после мышечной нагрузки  | 7  | 1 | 0 | 0 | 0 | 6  | Тест               |
| 7  | Биохимическая характеристика основных двигательных качеств   | 9  | 1 | 0 | 0 | 0 | 8  | Устный опрос       |
| 8  | Закономерности биохимической и физиологической адаптации к мышечной работе                                   | 9  | 1 | 0 | 0 | 0 | 8  | Устный опрос       |
| 9  | Биохимические основы рационального питания   | 13 | 1 | 0 | 2 | 0 | 10 | Устный опрос, тест |
| 10 | Биохимическое обоснование применения фармакологических средств для повышения адаптации организма к нагрузкам | 11 | 1 | 0 | 0 | 0 | 10 | Устный опрос, тест |
| 11 | Биохимический и  | 12 | 0 | 0 | 2 | 0 | 10 | Тест               |

|       |   |     |   |   |   |   |    |  |
|-------|---|-----|---|---|---|---|----|--|
|       | антидопингов<br>ый контроль в<br>спорте |     |   |   |   |   |    |  |
| Всего |   | 104 | 8 | 0 | 8 | 0 | 88 |  |

## **5. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

Оценочные материалы представлены в виде фонда оценочных средств по дисциплине (модулю) в приложении к рабочей программе.

## **6. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины (модуля)**

### **6.1. Основная литература**

Михайлов, С. С. Биохимия двигательной деятельности : учебник : [12+] / С. ;С. ;Михайлов. – 6-е изд., доп. – Москва : Спорт, 2016. – 296 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454250>

Кулиненков, О. С. Медицина спорта высших достижений / О. ;С. ;Кулиненков. – Москва : Спорт, 2016. – 321 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=460860>

### **6.2. Дополнительная литература**

Избранные лекции по спортивной биохимии : учебное пособие / сост. О. Н. Кудря, Т. А. Линдт ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра медико-биологических основ физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. – 132 с. : ил., табл., схем., граф. – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429348>

Биохимические основы физической работоспособности : учебное пособие : [16+] / сост. Л. Н. Тюрина ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра медико-биологических основ физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2003. – 80 с. : схем., ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274554>

Кулиненков, Д. О. Справочник фармакологии спорта. Лекарственные препараты спорта / Д. ;О. ;Кулиненков, О. ;С. ;Кулиненков. – 4-е изд., перераб. и доп. – Москва :

Советский спорт, 2012. – 464 с. – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210442>

### 6.3. Периодические издания и реферативные базы данных

ИВИС : универсальные базы электронных периодических изданий : сайт / ООО «ИВИС». – URL: <https://dlib.eastview.com> . – Режим доступа: для авториз. пользователей.

### 6.4. Электронно-библиотечные системы

– Университетская библиотека онлайн : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «НексМедиа». – URL:<https://biblioclub.ru>. – Режим доступа: для авториз. пользователей.

### 6.5. Современные профессиональные базы данных

<http://vniifk.ru/>- Федеральный научный центр физической культуры и спорта;

<http://window.edu.ru/resource/502/79502> - Библиотека международной спортивной информации;

<http://www.lesgaft.spb.ru/>- Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта;

<http://lib.sportedu.ru/> - Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту РФ;

<https://www.scopus.com/>– крупнейшая в мире единая реферативная база данных (профессиональная база данных).

<https://www.scopus.com/>– крупнейшая в мире единая реферативная база данных (профессиональная база данных)

<https://elibrary.ru/> – национальная библиографическая база данных научного цитирования (профессиональная база данных);

<http://medbiol.ru> - Биология и медицина, сайт для образовательных и научных целей;

### 6.6. Информационные справочные системы

– Справочно-правовая информационная система Консультант Плюс  
<http://www.consultant.ru/>

**7. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

В университете образовательная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется на основе образовательных программ, адаптированных, при необходимости, для обучения указанных лиц, с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

В университет созданы специальные условия для получения образования по образовательным программам обучающимися с ограниченными возможностями здоровья, которые включают в себя использование специальных методов обучения и воспитания, печатные и (или) электронные образовательные ресурсы в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья, специальные технические средства обучения, предоставление услуг ассистента (при необходимости), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, обеспечение доступа в здания университета.

Утверждена в составе Основной  
профессиональной образовательной  
программы высшего образования

**Рабочая программа дисциплины (модуля)**

**Правоведение**

Направление подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) программы

Физкультурно-спортивная деятельность

Квалификация бакалавр

Формы обучения Очная, Заочная

## 1. Цель и задачи учебной дисциплины (модуля)

Цель учебной дисциплины(модуля) "Правоведение" состоит в формировании компетенций, предусмотренных ОПОП для данной дисциплины, на основе знаний, умений и навыков студента в области права, его реализации, государственно-правового регулирования

Задачи дисциплины (модуля):

Задачи дисциплины:

- получение студентом знаний об основах права и государства, основные направлениях государственно-правового регулирования, об основных правовых понятиях и категориях
- изучение основных нормативно-правовых актов ведущих отраслей российского законодательства
- получение базовых навыков толкования и реализации положений основных нормативно-правовых актов
- формирование представления о необходимости соблюдения законности в процессе профессиональной деятельности, в том числе основных положений антикоррупционного, антитеррористического, антиэкстремистского законодательства;
- формирование навыков принятия решений и совершения юридически значимых действий в точном соответствии с законом

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО

Изучение дисциплины (модуля) осуществляется на основе результатов обучения по следующим дисциплинам (модулям):

Изучение этой дисциплины базируется на знаниях студентов, полученных в ходе изучения школьного курса «Обществознание»

Результаты обучения по дисциплине (модулю) лежат в основе освоения следующих дисциплин (модулей), практик:

Изучение этой дисциплины обеспечивает формирование необходимой базы для дальнейшего освоения ряда профессиональных дисциплин, способствует формированию навыков применения правовых знаний в процессе будущей профессиональной деятельности студента.

## 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине(модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

| Содержание и шифр | Планируемые результаты обучения |       |         |
|-------------------|---------------------------------|-------|---------|
|                   | Знать                           | Уметь | Владеть |

| компетенции  |  |   |   |
|--|--|---|---|
| <p>УК-10 Способен формировать нетерпимое отношение к проявлениям экстремизма, терроризма, коррупционному поведению и противодействовать им в профессиональной деятельности</p>         | <p>Знать/иметь представление о понятии и сущности экстремизма, терроризма, коррупции; формах их проявления в современном обществе; их общественной опасности; основы системы противодействия этим явлениям в России, в том числе базовые положения предметного положения предметного российского законодательства, основные виды правонарушений экстремистского, террористического, коррупционного характера, виды и меры юридической ответственности за их совершение; о необходимости противодействия экстремистским, террористическим, коррупционным проявлениям.</p> | <p>Уметь определять признаки экстремистской, террористической, коррупционной деятельности и давать им правовую оценку; идентифицировать конкретные органы публичной власти и иные субъекты, в компетенцию которых входит противодействие различным формам проявления указанных деструктивных социальных явлений; использовать систему мер противодействия экстремистским, террористическим и коррупционным проявлениям в области своей профессиональной деятельности.</p> | <p>Владеть навыками реализации правовых актов в области противодействия экстремистским, террористическим и коррупционным проявлениям в сфере профессиональной деятельности.</p>   |
| <p>УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений</p> | <p>Знает системы управления организацией; среду и инфраструктуру организации; функции и методы менеджмента; процесс подготовки и принятия организационно-управленческих решений исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений; характеристики организационно-управленческих решений.</p>   | <p>Умеет обосновывать организационно-управленческие решения, осуществлять контроль и оценку их результатов; определять цели, предметную область и структуру проекта, составлять организационно-технологическую модель проекта.</p>  | <p>Владеет навыками принятия организационно-управленческих решений, осуществления контроля и оценки их результатов с позиций социальной значимости принимаемых решений и с учетом действующих правовых ограничений.</p> |

#### 4. Объем и содержание дисциплины (модуля)

##### 4.1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля):

Очная форма обучения: 2 зачетных единицы, 72 часа

Заочная форма обучения, 2 зачетных единицы, 72 часа

Формы промежуточной аттестации (отдельно для каждой формы обучения):

Очная форма обучения: Зачет (семестры:2),





|  |    |   |   |    |    |   |   |   |   |   |   |   |   |
|--|----|---|---|----|----|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся | 58 | 0 | 0 | 28 | 30 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ                          | 72 | 0 | 0 | 36 | 36 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |

#### 4.3. Тематический план (отдельно для каждой формы обучения)

##### Очная

| № п/п | Наименование раздела (темы)                     | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |  | Самостоятельная работа | Формы текущего контроля успеваемости                                |
|-------|---|------------------------------------|--------------------------------|--|---|--|------------------------|---|
|       |   | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   |  |                        |   |
|       |   |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия | В т.ч. в форме практической подготовки |                        |   |
| 1     | Тема №1. Общие положения о государстве и праве. | 8                                  | 2                              | 0                                      | 2   | 0                                      | 4                      | устный опрос, презентации, доклады и сообщения по теме              |
| 2     | Тема №2. Основы конституционного права.         | 8                                  | 2                              | 0                                      | 2   | 0                                      | 4                      | устный опрос, презентации, доклады и сообщения по теме, кейс-задачи |
| 3     | Тема №3. Основы гражданского права.             | 10                                 | 4                              | 0                                      | 2   | 0                                      | 4                      | устный опрос, презентации, доклады и сообщения по теме, кейс-задачи |
| 4     | Тема №4. Основы семейного права.                | 8                                  | 2                              | 0                                      | 2   | 0                                      | 4                      | устный опрос, презентации, доклады и сообщения по теме, кейс-задачи |
| 5     | Тема №5. Основы трудового права.                | 10                                 | 4                              | 0                                      | 2   | 0                                      | 4                      | устный опрос, презентации, доклады и сообщения по теме, кейс-задачи |
| 6     | Тема №6. Основы административного права.        | 6                                  | 0                              | 0                                      | 2   | 0                                      | 4                      | устный опрос, презентации, доклады и сообщения по теме              |
| 7     | Тема №7. Основы уголовного                      | 10                                 | 2                              | 0                                      | 2   | 0                                      | 6                      | устный опрос, презентации,  |

|       |   |    |    |   |    |   |    |   |
|-------|---|----|----|---|----|---|----|---|
|       | права.  |    |    |   |    |   |    | доклады и сообщения по теме, кейс-задачи                            |
| 8     | Тема 8<br>Правовые основы противодействия коррупции, экстремизму и терроризму                       | 6  | 0  | 0 | 0  | 0 | 6  | контроль самостоятельной работы                                     |
| 9     | Тема №9.<br>Военная доктрина РФ. Законодательство Российской Федерации о прохождении военной службы | 6  | 0  | 0 | 2  | 0 | 4  | устный опрос, презентации, доклады и сообщения по теме, кейс-задачи |
| Всего |   | 72 | 16 | 0 | 16 | 0 | 40 |   |

Заочная, часов на контроль:4

| № п/п | Наименование раздела (темы)                        | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |   | Самостоятельная работа | Формы текущего контроля успеваемости                                |
|-------|--|------------------------------------|--------------------------------|--|---|---|------------------------|---|
|       |  | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   |   |                        |   |
|       |  |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия |   |                        |   |
| 1     | Тема №1.<br>Общие положения о государстве и праве. | 8                                  | 2                              | 0                                      | 0   | 0 | 6                      | устный опрос, презентации, доклады и сообщения по теме              |
| 2     | Тема №2.<br>Основы конституционного права.         | 8                                  | 2                              | 0                                      | 0   | 0 | 6                      | устный опрос, презентации, доклады и сообщения по теме, кейс-задачи |
| 3     | Тема №3.<br>Основы гражданского права.             | 8                                  | 0                              | 0                                      | 2   | 0 | 6                      | устный опрос, презентации, доклады и сообщения по теме, кейс-задачи |
| 4     | Тема №4.<br>Основы семейного                       | 6                                  | 0                              | 0                                      | 0   | 0 | 6                      | устный опрос, презентации, доклады и                                |

|       |  |    |   |   |   |   |    |   |
|-------|--|----|---|---|---|---|----|---|
|       | права.   |    |   |   |   |   |    | сообщения по теме, кейс-задачи                                      |
| 5     | Тема №5. Основы трудового права.   | 10 | 0 | 0 | 2 | 0 | 8  | устный опрос, презентации, доклады и сообщения по теме, кейс-задачи |
| 6     | Тема №6. Основы административного права.   | 8  | 0 | 0 | 0 | 0 | 8  | устный опрос, презентации, доклады и сообщения по теме              |
| 7     | Тема №7. Основы уголовного права.  | 6  | 0 | 0 | 0 | 0 | 6  | устный опрос, презентации, доклады и сообщения по теме, кейс-задачи |
| 8     | Тема 8 Правовые основы противодействия коррупции, экстремизму и терроризму                       | 8  | 0 | 0 | 2 | 0 | 6  | контроль самостоятельной работы                                     |
| 9     | Тема №9. Военная доктрина РФ. Законодательство Российской Федерации о прохождении военной службы | 6  | 0 | 0 | 0 | 0 | 6  | устный опрос, презентации, доклады и сообщения по теме, кейс-задачи |
| Всего |  | 68 | 4 | 0 | 6 | 0 | 58 |   |

### **5. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

Оценочные материалы представлены в виде фонда оценочных средств по дисциплине (модулю) в приложении к рабочей программе.

## **6. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины (модуля)**

### 6.1. Основная литература

<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=116647> Правоведение : учебник / С. ;С. ;Маилян, Н. ;Д. ;Эриашвили, А. ;М. ;Артемьев [и др.] ; ред. С. С. Маилян, Н. И. Косякова. – 3-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юнити-Дана, 2015. – 415 с. – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=116647>

htt

Правоведение : учебник и практикум для вузов / А. П. Анисимов, А. Я. Рыженков, А. Ю. Осетрова, О. В. Попова ; под редакцией А. Я. Рыженкова. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 344 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16130-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/bcode/530507>

<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563045> Правоведение : учебное пособие : [16+] / Н. ;Н. ;Парыгина, В. ;А. ;Рыбаков, Т. ;А. ;Солодовченко, Н. ;А. ;Темникова ; Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского. – Омск : Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского (ОмГУ), 2018. – 116 с. – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563045>

htt

Кафтан, В. В. Противодействие терроризму : учебное пособие для вузов / В. В. Кафтан. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 261 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00322-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/bcode/511349>

htt

Правовые основы противодействия коррупции : учебник и практикум для вузов / А. И. Землин, О. М. Землина, В. М. Корякин, В. В. Козлов ; под общей редакцией А. И. Землина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 197 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09254-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/bcode/517107>

<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=693876> Правоведение (Основы права) : учебник : [16+] / Л. ;П. ;Высоцкая, Е. ;В. ;Епифанова, О. ;Н. ;Жбырь [и др.] ; под ред. Г. Э. Адыгезаловой ; Кубанский государственный университет. – Москва : Директ-Медиа : Кубанский государственный университет, 2022. – 396 с. – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=693876>

## 6.2.Дополнительная литература

htt

Бялт, В. С. Правоведение : учебное пособие для вузов / В. С. Бялт. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 302 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07626-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/bcode/453269>

htt

Туганов, Ю. Н. Правовые основы военной службы : учебное пособие для вузов / Ю. Н. Туганов, С. И. Журавлев. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 162 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13382-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/bcode/518943>

## 6.3.Периодические издания и реферативные базы данных

ИБИС : универсальные базы электронных периодических изданий : сайт / ООО «ИБИС». — URL: <https://dlib.eastview.com> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.

## 6.4. Электронно-библиотечные системы

ЮРАЙТ : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ». - URL:<https://urait.ru/>. Режим доступа: для авториз.пользователей

– Университетская библиотека онлайн : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «НексМедиа». — URL:<https://biblioclub.ru>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.

## 6.5. Современные профессиональные базы данных

## 6.6. Информационные справочные системы

– Справочно-правовая информационная система Консультант Плюс  
<http://www.consultant.ru/>

- Справочная правовая система «КонсультантПлюс»;
- Информационно-правовой портал ГАРАНТ;
- официальный сервер органов государственной власти РФ [gov.ru](http://gov.ru)

**7. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

В университете образовательная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется на основе образовательных программ, адаптированных, при необходимости, для обучения указанных лиц, с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

В университет созданы специальные условия для получения образования по образовательным программам обучающимися с ограниченными возможностями здоровья, которые включают в себя использование специальных методов обучения и воспитания, печатные и (или) электронные образовательные ресурсы в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья, специальные технические средства обучения, предоставление услуг ассистента (при необходимости), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, обеспечение доступа в здания университета.

Утверждена в составе Основной  
профессиональной образовательной  
программы высшего образования

**Рабочая программа дисциплины (модуля)**

**Педагогическая риторика**

Направление подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) программы

Физкультурно-спортивная деятельность

Квалификация бакалавр

Формы обучения Очная, Заочная

## 1. Цель и задачи учебной дисциплины (модуля)

Цель учебной дисциплины (модуля) «Педагогическая риторика» состоит в

- формирование коммуникативной компетенции будущего учителя на основе познания законов эффективного общения.

Задачи дисциплины (модуля):

- познание законов риторики, обеспечивающих практическое воплощение оптимальных путей овладения эффективной профессиональной речью;

- овладение нормами и правилами речевого поведения учителя, составляющими суть педагогического общения;

- овладение основными профессиональными жанрами, связанными с педагогической деятельностью.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО

Изучение дисциплины (модуля) осуществляется на основе результатов обучения по следующим дисциплинам (модулям):

- родной русский язык, родная русская литература, риторика, изученным на предыдущем уровне получения образования.

Результаты обучения по дисциплине (модулю) лежат в основе освоения следующих дисциплин (модулей), практик:

- учебных практик (педагогической и тренерской), производственных практик (профессионально-ориентированной, научно-исследовательской и преддипломной).

## 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине(модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

| Содержание и шифр компетенции  | Планируемые результаты обучения                           |   |  |
|--|---|---|--|
|  | Знать   | Уметь   | Владеть  |
| УК-4 Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах) | особенности устной и письменной форм деловой коммуникации | общаться, используя устную и письменную формы на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах) | навыками коммуникации в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах) |

## 4. Объем и содержание дисциплины (модуля)

4.1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля):

Очная форма обучения: 2 зачетных единицы, 72 часа

Заочная форма обучения, 2 зачетных единицы, 72 часа

Формы промежуточной аттестации (отдельно для каждой формы обучения):





|  |    |    |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|--|----|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| оценкой                                      |    |    |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся | 64 | 64 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ                          | 72 | 72 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |

### 4.3. Тематический план (отдельно для каждой формы обучения)

#### Очная

| № п/п | Наименование раздела (темы)  | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |  |                        | Формы текущего контроля успеваемости   |
|-------|--|------------------------------------|--------------------------------|--|---|--|------------------------|--|
|       |  | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   |  | Самостоятельная работа |  |
|       |  |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия | В т.ч. в форме практической подготовки |                        |  |
| 1     | Предмет изучения общей и педагогической риторики.                      | 5                                  | 1                              | 0                                      | 0   | 0                                      | 4                      | Конспект, вопросы для опроса   |
| 2     | Речевое поведение в ситуациях профессионального общения.               | 6                                  | 1                              | 0                                      | 1   | 0                                      | 4                      | Конспект, вопросы для опроса   |
| 3     | Говорение и письмо в профессиональной деятельности учителя             | 6                                  | 1                              | 0                                      | 1   | 0                                      | 4                      | Конспект, вопросы для опроса   |
| 4     | Чтение в профессиональной деятельности учителя                         | 8                                  | 1                              | 0                                      | 3   | 0                                      | 4                      | Конспект, вопросы для опроса   |
| 5     | Слушание в профессиональной деятельности учителя                       | 8                                  | 2                              | 0                                      | 2   | 0                                      | 4                      | Конспект, вопросы для опроса   |
| 6     | Особенности ораторского искусства. Классификации публичных выступлений | 7                                  | 2                              | 0                                      | 1   | 0                                      | 4                      | Конспект, вопросы для опроса   |
| 7     | Информационная речь  | 8                                  | 2                              | 0                                      | 2   | 0                                      | 4                      | Конспект, вопросы для опроса, риторический анализ речи, подготовка выступления |

|       |                      |    |    |   |    |   |    |   |
|-------|----------------------|----|----|---|----|---|----|---|
| 8     | Аргументирующая речь | 8  | 2  | 0 | 2  | 0 | 4  | Конспект, вопросы для опроса, риторический анализ речи, |
| 9     | Эпидейктическая речь | 8  | 2  | 0 | 2  | 0 | 4  | Конспект, вопросы для опроса                            |
| 10    | Дискуссионная речь   | 8  | 2  | 0 | 2  | 0 | 4  | Конспект, вопросы для опроса                            |
| Всего |                      | 72 | 16 | 0 | 16 | 0 | 40 |   |

Заочная, часов на контроль:4

| № п/п | Наименование раздела (темы)                                | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |   | Самостоятельная работа | Формы текущего контроля успеваемости |
|-------|--|------------------------------------|--------------------------------|--|---|---|------------------------|--------------------------------------|
|       |  | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   |   |                        |                                      |
|       |  |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия |   |                        |                                      |
| 1     | Предмет изучения общей и педагогической риторики.          | 8                                  | 1                              | 0                                      | 1   | 0 | 6                      | Конспект, вопросы для опроса         |
| 2     | Речевое поведение в ситуациях профессионального общения.   | 6                                  | 0                              | 0                                      | 0   | 0 | 6                      | Конспект, вопросы для опроса         |
| 3     | Говорение и письмо в профессиональной деятельности учителя | 6                                  | 0                              | 0                                      | 0   | 0 | 6                      | Конспект, вопросы для опроса         |
| 4     | Чтение в профессиональной деятельности учителя             | 6                                  | 0                              | 0                                      | 0   | 0 | 6                      | Конспект, вопросы для опроса         |
| 5     | Слушание в профессиональной деятельности учителя           | 6                                  | 0                              | 0                                      | 0   | 0 | 6                      | Конспект, вопросы для опроса         |
| 6     | Особенности ораторского                                    | 8                                  | 1                              | 0                                      | 1   | 0 | 6                      | Конспект, вопросы                    |

|       |   |    |   |   |   |   |    |  |
|-------|---|----|---|---|---|---|----|--|
|       | искусства.<br>Классификации<br>публичных<br>выступлений |    |   |   |   |   |    | для опроса   |
| 7     | Информационная речь                                     | 7  | 0 | 0 | 0 | 0 | 7  | Конспект, вопросы для опроса, риторический анализ речи, подготовка выступления |
| 8     | Аргументирующая речь                                    | 7  | 0 | 0 | 0 | 0 | 7  | Конспект, вопросы для опроса, , риторический анализ речи,                      |
| 9     | Эпидейктическая речь                                    | 7  | 0 | 0 | 0 | 0 | 7  | Конспект, вопросы для опроса   |
| 10    | Дискуссионная речь                                      | 7  | 0 | 0 | 0 | 0 | 7  | Конспект, вопросы для опроса   |
| Всего |   | 68 | 2 | 0 | 2 | 0 | 64 |  |

## **5. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

Оценочные материалы представлены в виде фонда оценочных средств по дисциплине (модулю) в приложении к рабочей программе.

## **6. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины (модуля)**

### **6.1. Основная литература**

Ивин, А. А. Риторика : учебник и практикум для академического бакалавриата : [16+] / А. ;А. ;Ивин. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2017. – 419 с. – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=474287>

### **6.2. Дополнительная литература**

Крылова, М. Н. Риторика : учебное пособие : [16+] / М. ;Н. ;Крылова. – Москва : Директ-Медиа, 2014. – 242 с. – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=235641>

### 6.3. Периодические издания и реферативные базы данных

ИВИС : универсальные базы электронных периодических изданий : сайт / ООО «ИВИС». – URL: <https://dlib.eastview.com> . – Режим доступа: для авториз. пользователей.

<https://www.scopus.com/> – крупнейшая в мире единая реферативная база данных (профессиональная база данных).

### 6.4. Электронно-библиотечные системы

– Университетская библиотека онлайн : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «НексМедиа». – URL:<https://biblioclub.ru>. – Режим доступа: для авториз. пользователей.

### 6.5. Современные профессиональные базы данных

### 6.6. Информационные справочные системы

– Справочно-правовая информационная система Консультант Плюс  
<http://www.consultant.ru/>

## **7. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

В университете образовательная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется на основе образовательных программ, адаптированных, при необходимости, для обучения указанных лиц, с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

В университет созданы специальные условия для получения образования по образовательным программам обучающимися с ограниченными возможностями здоровья, которые включают в себя использование специальных методов обучения и воспитания, печатные и (или) электронные образовательные ресурсы в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья, специальные технические средства обучения, предоставление услуг ассистента (при необходимости), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, обеспечение доступа в здания университета.

Утверждена в составе Основной  
профессиональной образовательной  
программы высшего образования

**Рабочая программа дисциплины (модуля)**

**Основы системного анализа**

Направление подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) программы

Физкультурно-спортивная деятельность

Квалификация бакалавр

Формы обучения Очная, Заочная

## 1. Цель и задачи учебной дисциплины (модуля)

Цель учебной дисциплины (модуля) «Основы системного анализа» состоит в

Цель изучения дисциплины «Основы системного анализа» - формирование у обучающихся навыков системного мышления для решения задач профессиональной деятельности

Задачи дисциплины (модуля):

сформировать представление о системном анализе как методе познания

изучить логико-методологическую основу системного анализа

рассмотреть применение системного анализа в профессиональной деятельности

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО

Изучение дисциплины (модуля) осуществляется на основе результатов обучения по следующим дисциплинам (модулям):

Дисциплина строится на результатах обучения по ранее изученным дисциплинам

Результаты обучения по дисциплине (модулю) лежат в основе освоения следующих дисциплин (модулей), практик:

Результаты изучения дисциплины позволяют сформировать основу для дисциплин профессионального цикла, кроме того, полезны в курсовом и дипломном проектировании, при прохождении практики

## 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине(модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

| Содержание и шифр компетенции   | Планируемые результаты обучения  |                            |   |
|---|--|----------------------------|---|
|   | Знать  | Уметь                      | Владеть   |
| УК-1 Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач | специфику методов анализа и синтеза основных категорий системного анализа основные методы системного анализа | применять системный анализ | навыками системного подхода при анализе и решении проблем |

## 4. Объем и содержание дисциплины (модуля)

4.1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля):

Очная форма обучения: 2 зачетных единицы, 72 часа

Заочная форма обучения, 2 зачетных единицы, 72 часа

Формы промежуточной аттестации (отдельно для каждой формы обучения):

Очная форма обучения: Зачет (семестры:3),

Заочная форма обучения: Зачет (семестры:3),





|                     |    |   |   |    |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---------------------|----|---|---|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| работы обучающиеся  |    |   |   |    |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ | 72 | 0 | 0 | 72 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |

#### 4.3. Тематический план (отдельно для каждой формы обучения)

##### Очная

| № п/п  | Наименование раздела (темы)                                   | Количество часов по учебному плану |   |  |    |                        |    | Формы текущего контроля успеваемости                      |
|--------|---|------------------------------------|---|--|----|------------------------|----|---|
|        |   | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа            |  |    | Самостоятельная работа |    |   |
| Лекции | В т.ч. в форме практической подготовки                        |                                    | Практические и (или) лабораторные занятия | В т.ч. в форме практической подготовки |    |                        |    |   |
| 1      | Системный анализ как научный метод познания.                  | 8                                  | 2   | 0                                      | 2  | 0                      | 4  | Понятийный диктант<br>Проверочная работа<br>Решение задач |
| 2      | Исторические предпосылки развития системного подхода.         | 8                                  | 2   | 0                                      | 2  | 0                      | 4  | Понятийный диктант<br>Проверочная работа<br>Решение задач |
| 3      | Категориальный аппарат современной науки и системного анализа | 8                                  | 2   | 0                                      | 2  | 0                      | 4  | Понятийный диктант<br>Проверочная работа<br>Решение задач |
| 4      | Логика системного анализа                                     | 6                                  | 2   | 0                                      | 0  | 0                      | 4  | Понятийный диктант<br>Проверочная работа<br>Решение задач |
| 5      | Методология системного анализа                                | 28                                 | 6   | 0                                      | 6  | 0                      | 16 | Понятийный диктант<br>Проверочная работа<br>Решение задач |
| 6      | Теория и практика реализации системного анализа               | 14                                 | 2   | 0                                      | 4  | 0                      | 8  | Понятийный диктант<br>Проверочная работа<br>Решение задач |
| Всего  |   | 72                                 | 16  | 0                                      | 16 | 0                      | 40 |   |

##### Заочная, часов на контроль:4

| № п/п  | Наименование раздела (темы) | Количество часов по учебному плану |   |                             |  |                        |  | Формы текущего контроля успеваемости |
|--------|-----------------------------|------------------------------------|---|-----------------------------|--|------------------------|--|--------------------------------------|
|        |                             | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа            |                             |  | Самостоятельная работа |  |                                      |
| Лекции | В т.ч. в форме практической |                                    | Практические и (или) лабораторные занятия | В т.ч. в форме практической |  |                        |  |                                      |

|       |   |    |   | подготовки |   | подготовки |    |   |
|-------|---|----|---|------------|---|------------|----|---|
| 1     | Системный анализ как научный метод познания.                  | 8  | 2 | 0          | 0 | 0          | 6  | Понятийный диктант<br>Проверочная работа<br>Решение задач |
| 2     | Исторические предпосылки развития системного подхода.         | 8  | 2 | 0          | 0 | 0          | 6  | Понятийный диктант<br>Проверочная работа<br>Решение задач |
| 3     | Категориальный аппарат современной науки и системного анализа | 8  | 0 | 0          | 0 | 0          | 8  | Понятийный диктант<br>Проверочная работа<br>Решение задач |
| 4     | Логика системного анализа                                     | 8  | 0 | 0          | 0 | 0          | 8  | Понятийный диктант<br>Проверочная работа<br>Решение задач |
| 5     | Методология системного анализа                                | 20 | 0 | 0          | 2 | 0          | 18 | Понятийный диктант<br>Проверочная работа<br>Решение задач |
| 6     | Теория и практика реализации системного анализа               | 16 | 0 | 0          | 4 | 0          | 12 | Понятийный диктант<br>Проверочная работа<br>Решение задач |
| Всего |   | 68 | 4 | 0          | 6 | 0          | 58 |   |

#### **5. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

Оценочные материалы представлены в виде фонда оценочных средств по дисциплине (модулю) в приложении к рабочей программе.

#### **6. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины (модуля)**

## 6.1. Основная литература

Горохов, А. В. Основы системного анализа : учебное пособие для вузов / А. В. Горохов. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 140 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09459-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/bcode/454041>

Горохов, А. В. Основы системного анализа : учебное пособие для вузов / А. В. Горохов. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 140 с. — (Университеты России). — ISBN 978-5-534-09459-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/book/osnovy-sistemnogo-analiza-438869>

## 6.2. Дополнительная литература

Системный анализ : учебник и практикум для вузов / В. В. Кузнецов [и др.] ; под общей редакцией В. В. Кузнецова. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 270 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-8591-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:[https://urait.ru/bcode/451724?utm\\_campaign=rpd&utm\\_source=web&utm\\_content=97c30e80e012edb0972ac7f8c83e76c8](https://urait.ru/bcode/451724?utm_campaign=rpd&utm_source=web&utm_content=97c30e80e012edb0972ac7f8c83e76c8)

Алексеева, М. Б. Теория систем и системный анализ : учебник и практикум для вузов / М. Б. Алексеева, П. П. Ветренко. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 304 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00636-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/bcode/450656>

## 6.3. Периодические издания и реферативные базы данных

ИВИС : универсальные базы электронных периодических изданий : сайт / ООО «ИВИС». — URL: <https://dlib.eastview.com> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.

## 6.4. Электронно-библиотечные системы

ЮРАЙТ : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ». — URL:<https://urait.ru/>. Режим доступа: для авториз. пользователей

## 6.5. Современные профессиональные базы данных

#### 6.6. Информационные справочные системы

– Справочно-правовая информационная система Консультант Плюс  
<http://www.consultant.ru/>

### **7. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

В университете образовательная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется на основе образовательных программ, адаптированных, при необходимости, для обучения указанных лиц, с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

В университет созданы специальные условия для получения образования по образовательным программам обучающимися с ограниченными возможностями здоровья, которые включают в себя использование специальных методов обучения и воспитания, печатные и (или) электронные образовательные ресурсы в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья, специальные технические средства обучения, предоставление услуг ассистента (при необходимости), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, обеспечение доступа в здания университета.

Утверждена в составе Основной  
профессиональной образовательной  
программы высшего образования

**Рабочая программа дисциплины (модуля)**

**Основы российской государственности**

Направление подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) программы

Физкультурно-спортивная деятельность

Квалификация бакалавр

Формы обучения Очная, Заочная

## 1. Цель и задачи учебной дисциплины (модуля)

Цель учебной дисциплины (модуля) «Основы российской государственности» состоит в

Основной целью преподавания дисциплины «Основы российской государственности» является формирование у обучающихся системы знаний, навыков и компетенций, а также ценностей, правил и норм поведения, связанных с осознанием принадлежности к российскому обществу, развитием чувства патриотизма и гражданственности, формированием духовно-нравственного и культурного фундамента развитой и цельной личности, осознающей особенности исторического пути российского государства, самобытность его политической организации и сопряжение индивидуального достоинства и успеха с общественным прогрессом и политической стабильностью своей Родины. Реализация курса предполагает последовательное освоение студентами знаний, представлений, научных концепций, а также исторических, культурологических, социологических и иных данных, связанных с проблематикой развития российской цивилизации и её государственности в исторической ретроспективе и в условиях актуальных вызовов политической, экономической, техногенной и иной природы.

Задачи дисциплины (модуля):

- представить историю России в её непрерывном цивилизационном измерении, отразить её наиболее значимые особенности, принципы и актуальные ориентиры;
- раскрыть ценностно-поведенческое содержание чувства гражданственности и патриотизма, неотделимого от развитого критического мышления, свободного развития личности и способности независимого суждения об актуальном политикокультурном контексте;
- рассмотреть фундаментальные достижения, изобретения, открытия и свершения, связанные с развитием русской земли и российской цивилизации, представить их в актуальной и значимой перспективе, воспитывающей в гражданине гордость и сопричастность своей культуре и своему народу;
- представить ключевые смыслы, этические и мировоззренческие доктрины, сложившиеся внутри российской цивилизации и отражающие её многонациональный, многоконфессиональный и солидарный (общинный) характер;
- рассмотреть особенности современной политической организации российского общества, каузальную природу и специфику его актуальной трансформации, ценностное обеспечение традиционных институциональных решений и особую поливариантность взаимоотношений российского государства и общества в федеративном измерении;

- исследовать наиболее вероятные внешние и внутренние вызовы, стоящие перед лицом российской цивилизации и её государственностью в настоящий момент, обозначить ключевые сценарии её перспективного развития;

- обозначить фундаментальные ценностные принципы (константы) российской цивилизации (единство многообразия, суверенитет (сила и доверие), согласие и сотрудничество, любовь и ответственность, созидание и развитие), а также связанные между собой ценностные ориентиры российского цивилизационного развития (такие как стабильность, миссия, ответственность и справедливость).

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО

Изучение дисциплины (модуля) осуществляется на основе результатов обучения по следующим дисциплинам (модулям):

Данная дисциплина основана на результатах освоения исторических и обществоведческих дисциплин и предметов предыдущего уровня образования.

Результаты обучения по дисциплине (модулю) лежат в основе освоения следующих дисциплин (модулей), практик:

На результатах освоения дисциплины основаны прохождение практик и государственной итоговой аттестации.

## 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине(модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

| Содержание и шифр компетенции   | Планируемые результаты обучения   |  |  |
|---|---|--|--|
|   | Знать   | Уметь  | Владеть  |
| УК-5 Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах | основные категории философии, законы исторического развития, основы межкультурной коммуникации. | анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия. | навыками коммуникации с представителями иных национальностей и конфессий с соблюдением этических и межкультурных норм. |

## 4. Объем и содержание дисциплины (модуля)

### 4.1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля):

Очная форма обучения: 2 зачетных единицы, 72 часа

Заочная форма обучения, 2 зачетных единицы, 72 часа

Формы промежуточной аттестации (отдельно для каждой формы обучения):

Очная форма обучения: Зачет с оценкой (семестры:1),

Заочная форма обучения:

#### 4.2 Виды учебной деятельности и трудоемкость (всего, по семестрам, в часах)

##### Очная форма обучения

| Виды учебной деятельности                          | Всего, часы | Семестры  |          |          |          |          |          |          |          |          |          |          |          |
|--|-------------|-----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
|  |             | 1         | 2        | 3        | 4        | 5        | 6        | 7        | 8        | 9        | 10       | 11       | 12       |
| Контактная работа, в том числе:                    | 48,2        | 48,2      | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Лекции   | 32          | 32        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Практические (семинарские) занятия                 | 16          | 16        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Иная контактная работа, в том числе (при наличии): | 0,2         | 0,2       | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Сдача зачета/зачета оценкой                        | 0,2         | 0,2       | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Самостоятельная работа обучающихся, в том числе:   | 23,8        | 23,8      | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Подготовка к сдаче зачета/зачета оценкой           | 3,8         | 3,8       | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся       | 20          | 20        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| <b>ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ</b>                         | <b>72</b>   | <b>72</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> |

##### Заочная форма обучения

| Виды учебной деятельности                        | Всего, часы | Семестры  |          |          |          |          |          |          |          |          |          |          |          |
|--|-------------|-----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
|  |             | 1         | 2        | 3        | 4        | 5        | 6        | 7        | 8        | 9        | 10       | 11       | 12       |
| Контактная работа, в том числе:                  | 10          | 10        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Лекции   | 4           | 4         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Практические (семинарские) занятия               | 6           | 6         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Самостоятельная работа обучающихся, в том числе: | 58          | 58        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся     | 58          | 58        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| <b>ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ</b>                       | <b>68</b>   | <b>68</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> |

#### 4.3. Тематический план (отдельно для каждой формы обучения)

##### Очная

| № п/ | Наименование раздела (темы) | Количество часов по учебному плану |                                |              | Формы текущего |
|------|-----------------------------|------------------------------------|--------------------------------|--------------|----------------|
|      |                             | Всег                               | Контактная (аудиторная) работа | Самостоятель |                |



| п     |  | о  | Лекции | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия | В т.ч. в форме практической подготовки | ная работа | контроля успеваемости |
|-------|--|----|--------|--|---|--|------------|-----------------------|
| 1     | Современная Россия: цифры и факты, достижения и герои                                    | 9  | 4      | 0                                      | 2   | 0                                      | 3          | Опрос<br>Тест         |
| 2     | Многообразие российских регионов и народов России  | 9  | 4      | 0                                      | 2   | 0                                      | 3          | Опрос<br>Тест         |
| 3     | Цивилизационный подход: возможности и ограничения  | 9  | 4      | 0                                      | 2   | 0                                      | 3          | Опрос<br>Тест         |
| 4     | Российское мировоззрение и ценности российской цивилизации                               | 9  | 4      | 0                                      | 2   | 0                                      | 3          | Опрос<br>Тест         |
| 5     | Политическая система современной России.   | 7  | 4      | 0                                      | 0   | 0                                      | 3          | Опрос<br>Тест         |
| 6     | Стратегическое планирование: национальные проекты и государственные программы            | 7  | 2      | 0                                      | 2   | 0                                      | 3          | Опрос<br>Тест         |
| 7     | Государство, власть и легитимность в конституционном преломлении. Уровни и ветви власти. | 6  | 2      | 0                                      | 2   | 0                                      | 2          | Опрос<br>Тест         |
| 8     | Актуальные вызовы и проблемы развития России   | 8  | 4      | 0                                      | 2   | 0                                      | 2          | Опрос<br>Тест         |
| 9     | Сценарии развития российской цивилизации. Образы будущего России                         | 8  | 4      | 0                                      | 2   | 0                                      | 2          | Опрос<br>Тест         |
| Всего |  | 72 | 32     | 0                                      | 16  | 0                                      | 24         |                       |

Заочная, часов на контроль:4

| № п/ | Наименование раздела (темы) | Количество часов по учебному плану |                                |              | Формы текущего |
|------|-----------------------------|------------------------------------|--------------------------------|--------------|----------------|
|      |                             | Всег                               | Контактная (аудиторная) работа | Самостоятель |                |
|      |                             |                                    |                                |              |                |

| п |  | о  | Лекц<br>ии | В т.ч. в<br>форме<br>практическ<br>ой<br>подготовк<br>и | Практичес<br>кие и (или)<br>лабораторн<br>ые занятия | В т.ч. в<br>форме<br>практическ<br>ой<br>подготовк<br>и | ная работа | контроля<br>успеваемо<br>сти |
|---|--|----|------------|---|--|---|------------|------------------------------|
| 1 | Современная<br>Россия: цифры<br>и факты,<br>достижения и<br>герои  | 6  | 0          | 0   | 0  | 0   | 6          | Опрос<br>Тест                |
| 2 | Многообразие<br>российских<br>регионов и<br>народов<br>России  | 7  | 0          | 0   | 1  | 0   | 6          | Опрос<br>Тест                |
| 3 | Цивилизацион<br>ный подход:<br>возможности и<br>ограничения  | 8  | 1          | 0   | 1  | 0   | 6          | Опрос<br>Тест                |
| 4 | Российское<br>мировоззрение<br>и ценности<br>российской<br>цивилизации   | 8  | 1          | 0   | 1  | 0   | 6          | Опрос<br>Тест                |
| 5 | Политическая<br>система<br>современной<br>России.  | 8  | 1          | 0   | 1  | 0   | 6          | Опрос<br>Тест                |
| 6 | Стратегическо<br>е<br>планирование:<br>национальные<br>проекты и<br>государственн<br>ые программы              | 10 | 1          | 0   | 1  | 0   | 8          | Опрос<br>Тест                |
| 7 | Государство,<br>власть и<br>легитимность в<br>конституционн<br>ом<br>преломлении.<br>Уровни и<br>ветви власти. | 9  | 0          | 0   | 1  | 0   | 8          | Опрос<br>Тест                |
| 8 | Актуальные<br>вызовы и<br>проблемы<br>развития<br>России   | 6  | 0          | 0   | 0  | 0   | 6          | Опрос<br>Тест                |

|       |  |    |   |   |   |   |    |               |
|-------|--|----|---|---|---|---|----|---------------|
| 9     | Сценарии развития российской цивилизации. Образы будущего России | 6  | 0 | 0 | 0 | 0 | 6  | Опрос<br>Тест |
| Всего |  | 68 | 4 | 0 | 6 | 0 | 58 |               |

## **5. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

Оценочные материалы представлены в виде фонда оценочных средств по дисциплине (модулю) в приложении к рабочей программе.

## **6. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины (модуля)**

### **6.1. Основная литература**

Баранов, Н. А. Современная российская политика : учебник для вузов / Н. А. Баранов, Б. А. Исаев. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 389 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09646-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/bcode/512448>

Левашов, В. К. Российское государство и общество в период либеральных реформ : монография / В. К. Левашов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 356 с. — (Актуальные монографии). — ISBN 978-5-534-09125-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/bcode/515741>

### **6.2. Дополнительная литература**

Бредихин, А. Л. Основы российского федерализма : учебное пособие для вузов / А. Л. Бредихин. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 107 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14526-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/bcode/520132>

Ильин, И. В. Политическая глобалистика : учебник и практикум для вузов / И. В. Ильин, О. Г. Леонова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 216 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-8754-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/bcode/513157>

Ирхин, Ю. В. Политическая культура в 2 ч. Часть 1. Запад и Россия : учебное пособие для вузов / Ю. В. Ирхин. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 316 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08493-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/bcode/512997>

Ирхин, Ю. В. Политическая культура в 2 ч. Часть 2. Страны Востока : учебное пособие для вузов / Ю. В. Ирхин. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 249 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08495-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/bcode/514780>

#### 6.3. Периодические издания и реферативные базы данных

ИВИС : универсальные базы электронных периодических изданий : сайт / ООО «ИВИС». — URL: <https://dlib.eastview.com> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.

#### 6.4. Электронно-библиотечные системы

ЮРАЙТ : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ». — URL:<https://urait.ru/>. Режим доступа: для авториз. пользователей

#### 6.5. Современные профессиональные базы данных

#### 6.6. Информационные справочные системы

— Справочно-правовая информационная система Консультант Плюс  
<http://www.consultant.ru/>

### **7. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

В университете образовательная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется на основе образовательных программ,

адаптированных, при необходимости, для обучения указанных лиц, с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

В университет созданы специальные условия для получения образования по образовательным программам обучающимися с ограниченными возможностями здоровья, которые включают в себя использование специальных методов обучения и воспитания, печатные и (или) электронные образовательные ресурсы в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья, специальные технические средства обучения, предоставление услуг ассистента (при необходимости), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, обеспечение доступа в здания университета.

Утверждена в составе Основной  
профессиональной образовательной  
программы высшего образования

**Рабочая программа дисциплины (модуля)**

**Основы межкультурной коммуникации**

Направление подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) программы

Физкультурно-спортивная деятельность

Квалификация бакалавр

Формы обучения Очная, Заочная

## 1. Цель и задачи учебной дисциплины (модуля)

Цель учебной дисциплины состоит в том, чтобы сформировать у обучающихся целостное и систематическое представление о межкультурной коммуникации в социально-историческом, этическом и философском контекстах.

Задачи дисциплины (модуля):

Задачи дисциплины:

- дать представление об истории становления и развития межкультурной коммуникации;
- познакомить обучающихся с теорией и этикой межкультурного общения;
- предоставить возможности практического закрепления полученных знаний посредством анализа практических кейсов и обсуждения проблемных с точки зрения межкультурной коммуникации ситуаций;
- инициировать у обучающихся потребность в рефлексии своей культуры и ситуаций встречи разных культур.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО

Изучение дисциплины (модуля) осуществляется на основе результатов обучения по следующим дисциплинам (модулям):

Базу составляют результаты освоения таких дисциплин, как ...

Результаты обучения по дисциплине (модулю) лежат в основе освоения следующих дисциплин (модулей), практик:

Результаты обучения дисциплине находятся в прямой связи с дисциплиной ...

## 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине(модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

| Содержание и шифр компетенции   | Планируемые результаты обучения  |  |  |
|---|--|--|--|
|   | Знать  | Уметь  | Владеть  |
| УК-5 Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах | основные категории философии, законы исторического развития, основы межкультурной коммуникации | анализировать межкультурное разнообразие в процессе взаимодействия | способностью к осуществлению межкультурного взаимодействия |

## 4. Объем и содержание дисциплины (модуля)

4.1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля):





|  |     |   |   |   |     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|--|-----|---|---|---|-----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| работа обучающихся, в том числе:             |     |   |   |   |     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| Подготовка к сдаче зачета/зачета оценкой     | 3,8 | 0 | 0 | 0 | 3,8 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся | 58  | 0 | 0 | 0 | 58  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ                          | 72  | 0 | 0 | 0 | 72  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |

#### 4.3. Тематический план (отдельно для каждой формы обучения)

##### Очная

| № п/п | Наименование раздела (темы)   | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |  |                        | Формы текущего контроля успеваемости                    |
|-------|---|------------------------------------|--------------------------------|--|---|--|------------------------|---|
|       |   | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   |  | Самостоятельная работа |   |
|       |   |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия | В т.ч. в форме практической подготовки |                        |   |
| 1     | Тема 1. Роль межкультурных коммуникаций в постиндустриальном обществе.                              | 9                                  | 2                              | 0                                      | 2   | 0                                      | 5                      | Вопросы для опроса                                      |
| 2     | Тема 2. Использование основ кросс-культурной психологии для эффективных межкультурных коммуникаций. | 9                                  | 2                              | 0                                      | 2   | 0                                      | 5                      | Вопросы для опроса                                      |
| 3     | Тема 3. Использование основ кросс-культурного менеджмента в межкультурных коммуникациях.            | 10                                 | 2                              | 0                                      | 2   | 0                                      | 6                      | Вопросы для опроса                                      |
| 4     | Тема 4. Риторика межкультурного общения.  | 12                                 | 3                              | 0                                      | 3   | 0                                      | 6                      | Вопросы для опроса, выступления студентов с сообщениями |
| 5     | Тема 5. Этика межкультурного общения.   | 12                                 | 3                              | 0                                      | 3   | 0                                      | 6                      | Вопросы для опроса, выступления студентов               |

|       |  |    |    |   |    |   |    |   |
|-------|--|----|----|---|----|---|----|---|
|       |  |    |    |   |    |   |    | сообщениями   |
| 6     | Тема 6. Особенности различных видов обучения в кросс-культурном контексте. | 10 | 2  | 0 | 2  | 0 | 6  | Вопросы для опроса, выступления студентов с сообщениями |
| 7     | Тема 7. Особенности межкультурных коммуникаций в сети Интернет.            | 10 | 2  | 0 | 2  | 0 | 6  | Выступление студентов с сообщениями                     |
| Всего |  | 72 | 16 | 0 | 16 | 0 | 40 |   |

Заочная, часов на контроль:4

| № п/п | Наименование раздела (темы)   | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |  |                        | Формы текущего контроля успеваемости        |
|-------|---|------------------------------------|--------------------------------|--|---|--|------------------------|---|
|       |   | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   |  | Самостоятельная работа |   |
|       |   |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия | В т.ч. в форме практической подготовки |                        |   |
| 1     | Тема 1. Роль межкультурных коммуникаций в постиндустриальном обществе.                              | 9                                  | 1                              | 0                                      | 0   | 0                                      | 8                      | Вопросы для опроса                          |
| 2     | Тема 2. Использование основ кросс-культурной психологии для эффективных межкультурных коммуникаций. | 10                                 | 1                              | 0                                      | 1   | 0                                      | 8                      | Вопросы для опроса                          |
| 3     | Тема 3. Использование основ кросс-культурного менеджмента в межкультурных коммуникациях.            | 9                                  | 0                              | 0                                      | 1   | 0                                      | 8                      | Вопросы для опроса                          |
| 4     | Тема 4. Риторика межкультурного общения.  | 9                                  | 0                              | 0                                      | 1   | 0                                      | 8                      | Вопросы для опроса, выступления студентов с |

|       |  |    |   |   |   |   |    |   |
|-------|--|----|---|---|---|---|----|---|
|       |  |    |   |   |   |   |    | сообщения<br>ми   |
| 5     | Тема 5. Этика межкультурного общения.                                      | 12 | 2 | 0 | 1 | 0 | 9  | Вопросы для опроса, выступления студентов с сообщениями |
| 6     | Тема 6. Особенности различных видов обучения в кросс-культурном контексте. | 9  | 0 | 0 | 1 | 0 | 8  | Вопросы для опроса, выступления студентов с сообщениями |
| 7     | Тема 7. Особенности межкультурных коммуникаций в сети Интернет.            | 10 | 0 | 0 | 1 | 0 | 9  | Выступление студентов с сообщениями                     |
| Всего |  | 68 | 4 | 0 | 6 | 0 | 58 |   |

### **5. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

Оценочные материалы представлены в виде фонда оценочных средств по дисциплине (модулю) в приложении к рабочей программе.

### **6. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины (модуля)**

#### **6.1. Основная литература**

Гузикова, М. О. Основы теории межкультурной коммуникации : учебное пособие для вузов / М. О. Гузикова, П. Ю. Фофанова. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 121 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09551-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/bcode/454632>

С получением библиографического описания возникла проблема, URL:<http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976528130.html>

## 6.2. Дополнительная литература

<http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785211054721.html> С получением  
библиографического описания возникла проблема,

URL:<http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785211054721.html>

<http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976510838.html> С получением  
библиографического описания возникла проблема,

URL:<http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976510838.html>

## 6.3. Периодические издания и реферативные базы данных

ИВИС : универсальные базы электронных периодических изданий : сайт / ООО  
«ИВИС». – URL: <https://dlib.eastview.com> . – Режим доступа: для авториз. пользователей.

## 6.4. Электронно-библиотечные системы

ЮРАЙТ : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Электронное  
издательство ЮРАЙТ». - URL:<https://urait.ru/>. Режим доступа: для авториз. пользователей

– Консультант студента : электронно-библиотечная система : сайт / ООО  
«Политехресурс». – URL:<http://www.studentlibrary.ru> Режим доступа: для авториз.  
пользователей.

## 6.5. Современные профессиональные базы данных

<https://www.langust.ru/lang-c.shtml>

## 6.6. Информационные справочные системы

– Справочно-правовая информационная система Консультант Плюс  
<http://www.consultant.ru/>

## **7. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

В университете образовательная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется на основе образовательных программ, адаптированных, при необходимости, для обучения указанных лиц, с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

В университет созданы специальные условия для получения образования по образовательным программам обучающимися с ограниченными возможностями здоровья,

которые включают в себя использование специальных методов обучения и воспитания, печатные и (или) электронные образовательные ресурсы в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья, специальные технические средства обучения, предоставление услуг ассистента (при необходимости), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, обеспечение доступа в здания университета.

Утверждена в составе Основной  
профессиональной образовательной  
программы высшего образования

**Рабочая программа дисциплины (модуля)**

**Оздоровительный и спортивный массаж**

Направление подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) программы

Физкультурно-спортивная деятельность

Квалификация бакалавр

Формы обучения Очная, Заочная

## 1. Цель и задачи учебной дисциплины (модуля)

Цель учебной дисциплины (модуля) «Оздоровительный и спортивный массаж» состоит в

- состоит в формировании системы знаний, умений и навыков теоретической, методической и практической профессиональной подготовки в области массажа.

Задачи дисциплины (модуля):

- ознакомить обучающихся с различными видами массажа;  
- научить будущих бакалавров использовать полученные знания в своей практической деятельности.

- сформировать умения и навыки оздоровительного и спортивного массажа.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО

Изучение дисциплины (модуля) осуществляется на основе результатов обучения по следующим дисциплинам (модулям):

- анатомии человека, физиологии человека, основ спортивной медицины.

Результаты обучения по дисциплине (модулю) лежат в основе освоения следующих дисциплин (модулей), практик:

- содержание и виды физкультурно-оздоровительной деятельности, методология физкультурно-оздоровительных технологий и пр.

## 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине(модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

| Содержание и шифр компетенции   | Планируемые результаты обучения   |   |   |
|---|---|---|---|
|   | Знать   | Уметь   | Владеть   |
| ПК-3 Способен управлять тренировочным процессом на основе контроля функционального состояния, достигнутого уровня техники двигательных действий и работоспособности занимающихся и внесения соответствующих корректив в тренировочный процесс | понятия о взаимосвязи структуры и содержания учебных программ и занятий | умение самостоятельно разрабатывать отдельное занятие | навык составления конспектов занятий и учебного плана по избранному виду спорта |

## 4. Объем и содержание дисциплины (модуля)

4.1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля):

Очная форма обучения: 3 зачетных единицы, 108 часов

Заочная форма обучения, 3 зачетных единицы, 108 часов

Формы промежуточной аттестации (отдельно для каждой формы обучения):

Очная форма обучения: Зачет (семестры:7),

Заочная форма обучения: Зачет (семестры:7),

#### 4.2 Виды учебной деятельности и трудоемкость (всего, по семестрам, в часах)

##### Очная форма обучения

| Виды учебной деятельности                          | Всего, часы | Семестры |          |          |          |          |          |            |          |          |          |          |          |
|--|-------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|------------|----------|----------|----------|----------|----------|
|  |             | 1        | 2        | 3        | 4        | 5        | 6        | 7          | 8        | 9        | 10       | 11       | 12       |
| Контактная работа, в том числе:                    | 48,2        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 48,2       | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Лекции   | 16          | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 16         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Практические (семинарские) занятия                 | 32          | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 32         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Иная контактная работа, в том числе (при наличии): | 0,2         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0,2        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Сдача зачета/зачета с оценкой                      | 0,2         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0,2        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Самостоятельная работа обучающихся, в том числе:   | 59,8        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 59,8       | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Подготовка к сдаче зачета/зачета с оценкой         | 3,8         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 3,8        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся       | 56          | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 56         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| <b>ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ</b>                         | <b>108</b>  | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>108</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> |

##### Заочная форма обучения

| Виды учебной деятельности                          | Всего, часы | Семестры |   |   |   |   |   |      |   |   |    |    |    |
|--|-------------|----------|---|---|---|---|---|------|---|---|----|----|----|
|  |             | 1        | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7    | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| Контактная работа, в том числе:                    | 12,2        | 0        | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 12,2 | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |
| Лекции   | 4           | 0        | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 4    | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |
| Практические (семинарские) занятия                 | 8           | 0        | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 8    | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |
| Иная контактная работа, в том числе (при наличии): | 0,2         | 0        | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,2  | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |
| Сдача зачета/зачета с оценкой                      | 0,2         | 0        | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,2  | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |
| Самостоятельная работа обучающихся, в том числе:   | 95,8        | 0        | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 95,8 | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |
| Подготовка к сдаче зачета/зачета с оценкой         | 3,8         | 0        | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 3,8  | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |



|  |     |   |   |   |   |   |   |   |     |   |   |   |   |
|--|-----|---|---|---|---|---|---|---|-----|---|---|---|---|
| оценкой                                      |     |   |   |   |   |   |   |   |     |   |   |   |   |
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся | 92  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 92  | 0 | 0 | 0 | 0 |
| ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ                          | 108 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 108 | 0 | 0 | 0 | 0 |

#### 4.3. Тематический план (отдельно для каждой формы обучения)

##### Очная

| № п/п | Наименование раздела (темы)   | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |  |                        | Формы текущего контроля успеваемости |
|-------|---|------------------------------------|--------------------------------|--|---|--|------------------------|--------------------------------------|
|       |   | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   |  | Самостоятельная работа |                                      |
|       |   |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия | В т.ч. в форме практической подготовки |                        |                                      |
| 1     | История массажа. Общие основы массажа. Гигиенические требования. Показания, противопоказания. | 14                                 | 2                              | 0                                      | 4   | 0                                      | 8                      | УО, К, КР, Д                         |
| 2     | Приемы классического массажа. Техника и методика выполнения приемов массажа                   | 30                                 | 2                              | 0                                      | 8   | 0                                      | 20                     | УО, К, ИТ, практические умения       |
| 3     | Массаж отдельных частей тела.   | 20                                 | 4                              | 0                                      | 6   | 0                                      | 10                     | УО, К, ИТ, практические умения       |
| 4     | Массаж при различных заболеваниях и травмах.  | 20                                 | 4                              | 0                                      | 6   | 0                                      | 10                     | УО, ИТ, К, практические умения       |
| 5     | Спортивный массаж   | 24                                 | 4                              | 0                                      | 8   | 0                                      | 12                     | УО, ИТ, В, практические умения       |
| Всего |   | 108                                | 16                             | 0                                      | 32  | 0                                      | 60                     |                                      |

Заочная, часов на контроль: 4

| № п/п | Наименование раздела (темы) | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |  |                        | Формы текущего контроля успеваемости |
|-------|-----------------------------|------------------------------------|--------------------------------|--|---|--|------------------------|--------------------------------------|
|       |                             | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   |  | Самостоятельная работа |                                      |
|       |                             |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия | В т.ч. в форме практической подготовки |                        |                                      |
| 1     | История массажа.            | 13                                 | 1                              | 0                                      | 2   | 0                                      | 10                     | УО, К, КР,                           |

|       |  |     |   |   |   |   |    |                                |
|-------|--|-----|---|---|---|---|----|--------------------------------|
|       | Общие основы массажа.<br>Гигиенические требования.<br>Показания, противопоказания. |     |   |   |   |   |    | Д                              |
| 2     | Приемы классического массажа.<br>Техника и методика выполнения приемов массажа     | 33  | 1 | 0 | 2 | 0 | 30 | УО, К, ИТ, практические умения |
| 3     | Массаж отдельных частей тела.  | 21  | 0 | 0 | 1 | 0 | 20 | УО, К, ИТ, практические умения |
| 4     | Массаж при различных заболеваниях и травмах.                                       | 19  | 1 | 0 | 2 | 0 | 16 | УО, ИТ, К, практические умения |
| 5     | Спортивный массаж  | 18  | 1 | 0 | 1 | 0 | 16 | УО, ИТ, В, практические умения |
| Всего |  | 104 | 4 | 0 | 8 | 0 | 92 |                                |

### **5. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

Оценочные материалы представлены в виде фонда оценочных средств по дисциплине (модулю) в приложении к рабочей программе.

### **6. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины (модуля)**

#### **6.1. Основная литература**

Лукомский, И. В. Физиотерапия. Лечебная физкультура. Массаж : учебник / И. ;В. ;Лукомский, И. ;С. ;Сикорская, В. ;С. ;Улащик ; ред. В. С. Улащик. – 3-е изд. – Минск : Вышэйшая школа, 2010. – 386 с. – Режим доступа: по подписке. – URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=235708](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=235708)

Егорова, С. А. Лечебная физкультура и массаж : учебное пособие / С. ;А. ;Егорова, Л. ;В. ;Белова, В. ;Г. ;Петрякова ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2014. – 258 с. : ил. –

Режим доступа: по подписке. –

URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=457233](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=457233)

Налобина, А. Н. Основы массажа. Спортивный массаж : учебное пособие : [16+] / А. ;Н. ;Налобина, И. ;Г. ;Таламова, Л. ;Е. ;Медведева ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – 2-е изд. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2013. – 140 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=274878](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=274878)

Стельмашонок, В. А. Основы реабилитации, физиотерапии, массажа и лечебной физкультуры : учебное пособие : [12+] / В. ;А. ;Стельмашонок, Н. ;В. ;Владимирова. – Минск : РИПО, 2015. – 328 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=463688](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=463688)

Лечебная физическая культура и массаж: курс лекций на иностранном языке (английском)=Therapeutic physical culture and massage: lectures on foreign language (english) : учебное пособие / авт.-сост. С. А. Егорова, В. Г. Петрякова ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2015. – 95 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=458062](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=458062)

## 6.2.Дополнительная литература

Руководство по классическому, детскому и спортивному массажу [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / сост. М. Л. Берговина. - Сыктывкар : Изд-во СГУ им. Питирима Сорокина, 2017. - 58 с.URL:[http://e-library.syktu.ru/megapro/Download/MObject/605/Берговина\\_М.Л.\\_Руководство\\_по\\_классическому,\\_детскому\\_и\\_спортивному\\_массажу.pdf](http://e-library.syktu.ru/megapro/Download/MObject/605/Берговина_М.Л._Руководство_по_классическому,_детскому_и_спортивному_массажу.pdf)

## 6.3.Периодические издания и реферативные базы данных

ИВИС : универсальные базы электронных периодических изданий : сайт / ООО «ИВИС». – URL: <https://dlib.eastview.com> . – Режим доступа: для авториз. пользователей.

## 6.4. Электронно-библиотечные системы

– Университетская библиотека онлайн : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «НексМедиа». – URL:<https://biblioclub.ru>. – Режим доступа: для авториз. пользователей.

## 6.5. Современные профессиональные базы данных

## 6.6. Информационные справочные системы

– Справочно-правовая информационная система Консультант Плюс  
<http://www.consultant.ru/>

ООО «Современные медиатехнологии в образовании и культуре»  
<http://www.informio.ru/>

## **7. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

В университете образовательная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется на основе образовательных программ, адаптированных, при необходимости, для обучения указанных лиц, с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

В университет созданы специальные условия для получения образования по образовательным программам обучающимися с ограниченными возможностями здоровья, которые включают в себя использование специальных методов обучения и воспитания, печатные и (или) электронные образовательные ресурсы в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья, специальные технические средства обучения, предоставление услуг ассистента (при необходимости), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, обеспечение доступа в здания университета.

Утверждена в составе Основной  
профессиональной образовательной  
программы высшего образования

**Рабочая программа дисциплины (модуля)**

**Национальные виды спорта**

Направление подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) программы

Физкультурно-спортивная деятельность

Квалификация бакалавр

Формы обучения Очная, Заочная

## 1. Цель и задачи учебной дисциплины (модуля)

Цель учебной дисциплины (модуля) «Национальные виды спорта» состоит в

- ознакомить обучающихся с сущностью и своеобразием этнической специфики физической культуры и спорта, исторических предпосылок развития национальных видов спорта, основными правилами организации и проведения соревнований.

Задачи дисциплины (модуля):

- изучить теоретические основы и методику преподавания национальных видов спорта;
- способствовать формированию необходимых навыков и умений для реализации национальных видов спорта в последующей профессиональной деятельности;
- освоить способы развития основных физических качеств на занятиях национальными видами спорта.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО

Изучение дисциплины (модуля) осуществляется на основе результатов обучения по следующим дисциплинам (модулям):

- физической культуре, лыжной подготовке, легкой атлетике.

Результаты обучения по дисциплине (модулю) лежат в основе освоения следующих дисциплин (модулей), практик:

- производственной практики (профессионально-ориентированная).

## 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине(модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

| Содержание и шифр компетенции  | Планируемые результаты обучения   |   |   |
|--|---|---|---|
|  | Знать   | Уметь   | Владеть   |
| ПК-2 Способен подбирать средства и методы тренировки, соответствующие поставленным задачам, а также определять величину нагрузок, адекватную возможностям индивида с установкой на достижение спортивного результата | понятия о взаимосвязи структуры и содержания учебных программ и занятий | умение самостоятельно разрабатывать отдельное занятие | навык составления конспектов занятий и учебного плана по избранному виду спорта |

## 4. Объем и содержание дисциплины (модуля)

4.1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля):

Очная форма обучения: 3 зачетных единицы, 108 часов

Заочная форма обучения, 3 зачетных единицы, 108 часов

Формы промежуточной аттестации (отдельно для каждой формы обучения):

Очная форма обучения: Зачет (семестры:8),

Заочная форма обучения: Зачет (семестры:8), Контрольная работа (семестры:8),

#### 4.2 Виды учебной деятельности и трудоемкость (всего, по семестрам, в часах)

##### Очная форма обучения

| Виды учебной деятельности                          | Всего, часы | Семестры |          |          |          |          |          |          |          |            |          |          |          |          |
|--|-------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|------------|----------|----------|----------|----------|
|  |             | 1        | 2        | 3        | 4        | 5        | 6        | 7        | 8        | 9          | 10       | 11       | 12       |          |
| Контактная работа, в том числе:                    | 36,2        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 36,2       | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Лекции   | 12          | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 12         | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Практические (семинарские) занятия                 | 24          | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 24         | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Иная контактная работа, в том числе (при наличии): | 0,2         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0,2        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Сдача зачета/зачета с оценкой                      | 0,2         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0,2        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Самостоятельная работа обучающихся, в том числе:   | 71,8        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 71,8       | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Подготовка к сдаче зачета/зачета с оценкой         | 3,8         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 3,8        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся       | 68          | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 68         | 0        | 0        | 0        | 0        |
| <b>ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ</b>                         | <b>108</b>  | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>108</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> |

##### Заочная форма обучения

| Виды учебной деятельности                          | Всего, часы | Семестры |   |   |   |   |   |   |    |       |    |    |    |   |
|--|-------------|----------|---|---|---|---|---|---|----|-------|----|----|----|---|
|  |             | 1        | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8  | 9     | 10 | 11 | 12 |   |
| Контактная работа, в том числе:                    | 12,35       | 0        | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 6  | 6,35  | 0  | 0  | 0  | 0 |
| Лекции   | 4           | 0        | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2  | 2     | 0  | 0  | 0  | 0 |
| Практические (семинарские) занятия                 | 8           | 0        | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 4  | 4     | 0  | 0  | 0  | 0 |
| Иная контактная работа, в том числе (при наличии): | 0,35        | 0        | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  | 0,35  | 0  | 0  | 0  | 0 |
| Сдача зачета/зачета с оценкой                      | 0,2         | 0        | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  | 0,2   | 0  | 0  | 0  | 0 |
| Сдача контрольной работы                           | 0,15        | 0        | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  | 0,15  | 0  | 0  | 0  | 0 |
| Самостоятельная работа обучающихся, в том числе:   | 95,65       | 0        | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 30 | 65,65 | 0  | 0  | 0  | 0 |

|   |      |   |   |   |   |   |   |    |    |      |   |   |   |   |
|---|------|---|---|---|---|---|---|----|----|------|---|---|---|---|
| Выполнение и подготовка к защите контрольной работы | 3,85 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  | 0  | 3,85 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Подготовка к сдаче зачета/зачета оценкой            | 3,8  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  | 0  | 3,8  | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся        | 88   | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 30 | 58 | 0    | 0 | 0 | 0 | 0 |
| ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ                                 | 108  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 36 | 72 | 0    | 0 | 0 | 0 | 0 |

#### 4.3. Тематический план (отдельно для каждой формы обучения)

##### Очная

| № п/п | Наименование раздела (темы)   | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |  | Самостоятельная работа | Формы текущего контроля успеваемости |
|-------|---|------------------------------------|--------------------------------|--|---|--|------------------------|--------------------------------------|
|       |   | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   |  |                        |                                      |
|       |   |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практическое и (или) лабораторные занятия | В т.ч. в форме практической подготовки |                        |                                      |
| 1     | История развития национальных видов спорта. Роль и значение национальных видов спорта в системе физического воспитания. | 14                                 | 2                              | 0                                      | 2   | 0                                      | 10                     | Устный опрос                         |
| 2     | Классификация национальных видов спорта. Национальные виды спорта северных регионов России.                             | 14                                 | 2                              | 0                                      | 2   | 0                                      | 10                     | Устный опрос                         |
| 3     | Национальные виды спорта в Республике Коми – гонки на охотничьих лыжах.   | 16                                 | 2                              | 0                                      | 4   | 0                                      | 10                     | Практическое задание                 |
| 4     | Спортивный инвентарь и экипировка для   | 16                                 | 2                              | 0                                      | 4   | 0                                      | 10                     | Устный опрос                         |



|       |  |     |    |   |    |   |    |                          |
|-------|--|-----|----|---|----|---|----|--------------------------|
|       | национальн<br>х видов<br>спорта.<br>Изготовлени<br>е и ремонт<br>спортивного<br>инвентаря<br>для<br>национальн<br>х видов<br>спорта. |     |    |   |    |   |    |                          |
| 5     | Правила<br>проведения<br>спортивных<br>соревновани<br>й по<br>национальн<br>м видам<br>спорта.                                       | 22  | 2  | 0 | 6  | 0 | 14 | Практическ<br>ое задание |
| 6     | Методическ<br>ие аспекты<br>проведения<br>занятия по<br>национальн<br>м видам<br>спорта.   | 26  | 2  | 0 | 6  | 0 | 18 | Практическ<br>ое задание |
| Всего |  | 108 | 12 | 0 | 24 | 0 | 72 |                          |

Заочная, часов на контроль:4

| №<br>п/<br>п | Наименован<br>ие раздела<br>(темы)   | Количество часов по учебному плану |                                |   |  |   | Самостоятель<br>ная работа | Формы<br>текущего<br>контроля<br>успеваемос<br>ти |
|--------------|--|------------------------------------|--------------------------------|---|--|---|----------------------------|---|
|              |  | Всег<br>о                          | Контактная (аудиторная) работа |   |  |   |                            |   |
|              |  |                                    | Лекци<br>и                     | В т.ч. в<br>форме<br>практическ<br>ой<br>подготовки | Практическ<br>ие и (или)<br>лабораторн<br>ые занятия |   |                            |   |
| 1            | История<br>развития<br>национальн<br>х видов<br>спорта. Роль<br>и значение<br>национальн<br>х видов<br>спорта в<br>системе<br>физического<br>воспитания. | 15                                 | 1                              | 0   | 0  | 0 | 14                         | Устный<br>опрос                                   |
| 2            | Классификац<br>ия<br>национальн<br>х видов<br>спорт.<br>Национальн<br>ые виды<br>спорта<br>северных  | 17                                 | 1                              | 0   | 0  | 0 | 16                         | Устный<br>опрос                                   |

|       |  |     |   |   |   |   |    |                          |
|-------|--|-----|---|---|---|---|----|--------------------------|
|       | регионов<br>России.  |     |   |   |   |   |    |                          |
| 3     | Национальн<br>ые виды<br>спорта в<br>Республике<br>Коми –<br>гонки на<br>охотничьих<br>лыжах.  | 12  | 0 | 0 | 2 | 0 | 10 | Практическ<br>ое задание |
| 4     | Спортивный<br>инвентарь и<br>экипировка<br>для<br>национальны<br>х видов<br>спорта.<br>Изготовлени<br>е и ремонт<br>спортивного<br>инвентаря<br>для<br>национальны<br>х видов<br>спорта. | 14  | 0 | 0 | 2 | 0 | 12 | Устный<br>опрос          |
| 5     | Правила<br>проведения<br>спортивных<br>соревновани<br>й по<br>национальны<br>м видам<br>спорта.  | 23  | 1 | 0 | 2 | 0 | 20 | Практическ<br>ое задание |
| 6     | Методическ<br>ие аспекты<br>проведения<br>занятия по<br>национальны<br>м видам<br>спорта.  | 23  | 1 | 0 | 2 | 0 | 20 | Практическ<br>ое задание |
| Всего |  | 104 | 4 | 0 | 8 | 0 | 92 |                          |

**5. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

Оценочные материалы представлены в виде фонда оценочных средств по дисциплине (модулю) в приложении к рабочей программе.

## **6. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины (модуля)**

### **6.1.Основная литература**

Готовцев, Е. В. Национальные виды спорта и игры. Лапта : учебное пособие для вузов / Е. В. Готовцев, Г. Н. Германов, И. В. Машошина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 402 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06425-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/bcode/454107>

Корельская, И. Е. Лыжный спорт с методикой преподавания : учебное пособие / И. ;Е. ;Корельская ; Северный (Арктический) федеральный университет им. М. В. Ломоносова. — Архангельск : Северный (Арктический) федеральный университет (САФУ), 2015. — 114 с. — Режим доступа: по подписке. — URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=436420](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=436420)

### **6.2.Дополнительная литература**

Подвижные игры : учебное пособие : [16+] / В. ;Ф. ;Мишенькина, О. ;С. ;Шалаев, Т. ;А. ;Колупаева, В. ;Ф. ;Кириченко ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики спортивных игр. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2004. — 92 с. : схем., ил. — Режим доступа: по подписке. — URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274873>

Кокоулина, О. П. Основы теории и методики физической культуры и спорта: учебно-практическое пособие : [16+] / О. ;П. ;Кокоулина. — Москва : Евразийский открытый институт, 2011. — 144 с. — Режим доступа: по подписке. — URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=90952>

### **6.3.Периодические издания и реферативные базы данных**

ИВИС : универсальные базы электронных периодических изданий : сайт / ООО «ИВИС». — URL: <https://dlib.eastview.com> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.

### **6.4. Электронно-библиотечные системы**

ЮРАЙТ : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ». - URL:<https://urait.ru/>. Режим доступа: для авториз.пользователей

– Университетская библиотека онлайн : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «НексМедиа». – URL:<https://biblioclub.ru>. – Режим доступа: для авториз. пользователей.

#### 6.5. Современные профессиональные базы данных

#### 6.6. Информационные справочные системы

– Справочно-правовая информационная система Консультант Плюс  
<http://www.consultant.ru/>

### **7. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

В университете образовательная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется на основе образовательных программ, адаптированных, при необходимости, для обучения указанных лиц, с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

В университет созданы специальные условия для получения образования по образовательным программам обучающимися с ограниченными возможностями здоровья, которые включают в себя использование специальных методов обучения и воспитания, печатные и (или) электронные образовательные ресурсы в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья, специальные технические средства обучения, предоставление услуг ассистента (при необходимости), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, обеспечение доступа в здания университета.

Утверждена в составе Основной  
профессиональной образовательной  
программы высшего образования

**Рабочая программа дисциплины (модуля)**

**Модуль "Технологии обучения базовым видам спорта"**

Направление подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) программы

Физкультурно-спортивная деятельность

Квалификация бакалавр

Формы обучения Очная, Заочная

## **1. Цель и задачи учебной дисциплины (модуля)**

Цель учебной дисциплины (модуля) «Модуль "Технологии обучения базовым видам спорта"» состоит в

- ознакомить обучающихся с современными представлениями о методиках обучения базовым видам спорта, а также научить будущих бакалавров использовать полученные знания в своей практической деятельности при разработке учебных и тренировочных программ с учетом возраста, пола и уровня физической подготовленности обучающихся/занимающихся.

Задачи дисциплины (модуля):

- ознакомить обучающихся с правилами техники безопасности при проведении занятий по физической культуре и тренировочных занятий, правилами соревнований по видам спорта;

- ознакомить обучающихся с современными технологиями обучения технике и тактике базовых видов спорта;

- изучить особенности функционирования организма и отдельных его систем под влиянием занятий физическими упражнениями и спортом;

- сформировать умение диагностировать состояние организма занимающихся и вносить в состояние организма занимающихся необходимую коррекцию средствами физической культуры и спорта.

## **2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО**

Изучение дисциплины (модуля) осуществляется на основе результатов обучения по следующим дисциплинам (модулям):

- биологии, физической культуры, основ безопасности жизнедеятельности, изученным на предыдущем уровне получения образования.

Результаты обучения по дисциплине (модулю) лежат в основе освоения следующих дисциплин (модулей), практик:

- учебных практик (педагогической и тренерской), производственных практик (профессионально-ориентированной, научно-исследовательской и преддипломной). Последовательность изучения дисциплин модуля при освоении ОПОП по направлению подготовки предполагает порядок, при соблюдении которого каждая ранее изученная дисциплина является базисной основой дисциплин, изучаемых на последующих курсах.

## **3. Планируемые результаты обучения по дисциплине(модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

| Содержание и шифр | Планируемые результаты обучения |       |         |
|-------------------|---------------------------------|-------|---------|
|                   | Знать                           | Уметь | Владеть |
|                   |                                 |       |         |

|  |  |   |  |
|--|--|---|--|
| компетенции  |  |   |  |
| ОПК-13 Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта  | основы организации и судейства соревнований по избранному виду спорта.   | организовывать соревнования по избранному виду спорта, разрабатывать необходимую документацию и осуществлять судейство.   | навыками организации и судейства соревнований по избранному виду спорта.   |
| ОПК-15 Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий  | к требованиям материально-техническому оснащению занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий.  | готовить материально-техническое оснащение для занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий.   | опыт материально-технического оснащения занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий.   |
| ОПК-4 Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта   | задачи тренировочных занятий различной направленности и участия спортсменов в соревнованиях.   | планировать и реализовывать на достаточном уровне проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях.  | навыками организации и реализации качественного тренировочного занятия различной направленности и организации участия спортсменов в соревнованиях.                               |
| ОПК-7 Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь   | правила техники безопасности, гигиенических требованиях к местам проведения занятий, основах профилактики травматизма и оказания первой доврачебной помощи.  | обеспечивать соблюдение техники безопасности, гигиенических требований к месту проведения занятий, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь. | опыт проведения уроков и тренировочных занятий с соблюдением техники безопасности, гигиенических требованиях к местам проведения занятий, обеспечением профилактики травматизма. |
| ПК-1 Способен обеспечивать уровень подготовленности занимающихся, соответствующий требованиям федеральных государственных образовательных стандартов, формировать знания, двигательные умения и навыки, а также достаточный уровень физической подготовленности учащихся для сохранения и укрепления их здоровья и трудовой деятельности | основные составляющие педагогической и воспитательной деятельности, а также требования к организации образовательного процесса в области физической культуры | планировать образовательную и воспитательную деятельность с учетом всех требований к организации учебного процесса в области физической культуры.                 | опыт реализации на высоком профессиональном уровне образовательную и воспитательную деятельность в области физической культуры.  |
| ПК-2 Способен подбирать средства и методы тренировки, соответствующие поставленным задачам, а также определять величину нагрузок,  | принципы, средства и методы формирования физических качеств спортсменов на разных этапах подготовки.   | подбирать средства и методы для формирования разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической   | опытом планирования и контроля результативности тренировочного процесса на разных этапах подготовки.   |

|  |   |   |  |
|--|---|---|--|
| адекватную<br>возможностям индивида<br>с установкой на<br>достижение спортивного<br>результата   |   | подготовленности,<br>соответствующей<br>специфике вида спорта и<br>этапу спортивной<br>подготовки.  |  |
| ПК-3 Способен<br>управлять<br>тренировочным<br>процессом на основе<br>контроля<br>функционального<br>состояния, достигнутого<br>уровня техники<br>двигательных действий<br>и работоспособности<br>занимающихся и<br>внесения<br>соответствующих<br>корректив в<br>тренировочный процесс  | основы управления<br>тренировочным<br>процессом на основе<br>контроля<br>функционального<br>состояния, достигнутого<br>уровня техники<br>двигательных действий<br>и работоспособности<br>занимающихся.                          | осуществлять контроль<br>функционального<br>состояния, достигнутого<br>уровня техники<br>двигательных действий<br>и работоспособности<br>занимающихся.  | опытом внесения<br>корректив в<br>тренировочный процесс<br>на разных этапах<br>подготовки на основе<br>результатов контроля<br>функционального<br>состояния, достигнутого<br>уровня техники<br>двигательных действий и<br>работоспособности. |
| ПК-4 Способен<br>реализовывать<br>программы занятий по<br>двигательной рекреации<br>для различных<br>категорий населения в<br>соответствии с их<br>потребностями   | содержание программы<br>занятий по двигательной<br>рекреации для<br>различных категорий<br>населения в<br>соответствии с их<br>потребностями  | реализовывать<br>программы занятий по<br>двигательной рекреации<br>для различных<br>категорий населения в<br>соответствии с их<br>потребностями   | средствами и методами<br>двигательной рекреации<br>для различных категорий<br>населения в соответствии<br>с их потребностями   |
| ПК-5 Способен выявлять<br>актуальные вопросы в<br>сфере физической<br>культуры и спорта  | актуальные вопросы в<br>сфере физической<br>культуры и спорта   | выявлять актуальные<br>вопросы в сфере<br>физической культуры и<br>спорта   | современными<br>тенденциями в сфере<br>физической культуры и<br>спорта   |
| УК-8 Способен<br>создавать и<br>поддерживать в<br>повседневной жизни и в<br>профессиональной<br>деятельности<br>безопасные условия<br>жизнедеятельности для<br>сохранения природной<br>среды, обеспечения<br>устойчивого развития<br>общества, в том числе<br>при угрозе и<br>возникновении<br>чрезвычайных ситуаций<br>и военных конфликтов | о безопасных условиях<br>жизнедеятельности для<br>сохранения природной<br>среды, обеспечения<br>устойчивого развития<br>общества, в том числе<br>при угрозе и<br>возникновении<br>чрезвычайных ситуаций<br>и военных конфликтов | создавать и<br>поддерживать в<br>повседневной жизни и в<br>профессиональной<br>деятельности<br>безопасные условия<br>жизнедеятельности для<br>сохранения природной<br>среды, обеспечения<br>устойчивого развития<br>общества, в том числе<br>при угрозе и<br>возникновении<br>чрезвычайных ситуаций<br>и военных конфликтов | умениями БЖД для<br>сохранения природной<br>среды, обеспечения<br>устойчивого развития<br>общества, в том числе<br>при угрозе и<br>возникновении<br>чрезвычайных ситуаций<br>и военных конфликтов  |

#### 4. Объем и содержание дисциплины (модуля)

##### 4.1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля):

Очная форма обучения: 42 зачетных единицы, 1512 часа

Заочная форма обучения, 42 зачетных единицы, 1512 часа

Формы промежуточной аттестации (отдельно для каждой формы обучения):

Очная форма обучения: Экзамен (семестры:4,6,2,4,2,4), Зачет (семестры:3,3,5),  
Зачет с оценкой (семестры:6,7),



Заочная форма обучения: Экзамен (семестры:2,8,4,6,6,8), Зачет (семестры:1), Зачет с оценкой (семестры:9,8), Контрольная работа (семестры:2,1,3,5,5,7,7),

#### 4.2 Виды учебной деятельности и трудоемкость (всего, по семестрам, в часах)

##### Очная форма обучения

| Виды учебной деятельности                          | Всего, часы | Семестры   |            |            |            |            |            |            |          |          |          |          |          |
|--|-------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|----------|----------|----------|----------|----------|
|  |             | 1          | 2          | 3          | 4          | 5          | 6          | 7          | 8        | 9        | 10       | 11       | 12       |
| Контактная работа, в том числе:                    | 590,5       | 96         | 96,5       | 144,4      | 96,75      | 36,2       | 72,45      | 48,2       | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Лекции   | 152         | 32         | 32         | 48         | 0          | 12         | 12         | 16         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Практические (семинарские) занятия                 | 436         | 64         | 64         | 96         | 96         | 24         | 60         | 32         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Иная контактная работа, в том числе (при наличии): | 2,5         | 0          | 0,5        | 0,4        | 0,75       | 0,2        | 0,45       | 0,2        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Сдача экзамена                                     | 1,5         | 0          | 0,5        | 0          | 0,75       | 0          | 0,25       | 0          | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Сдача зачета/зачета с оценкой                      | 1           | 0          | 0          | 0,4        | 0          | 0,2        | 0,2        | 0,2        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Самостоятельная работа обучающихся, в том числе:   | 921,5       | 120        | 119,5      | 143,6      | 263,25     | 71,8       | 143,55     | 59,8       | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Подготовка к сдаче экзамена                        | 52,5        | 0          | 17,5       | 0          | 26,25      | 0          | 8,75       | 0          | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Подготовка к сдаче зачета/зачета с оценкой         | 19          | 0          | 0          | 7,6        | 0          | 3,8        | 3,8        | 3,8        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся       | 688         | 120        | 48         | 136        | 156        | 68         | 104        | 56         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| <b>ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ</b>                         | <b>1512</b> | <b>216</b> | <b>216</b> | <b>288</b> | <b>360</b> | <b>108</b> | <b>216</b> | <b>108</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> |

##### Заочная форма обучения

| Виды учебной деятельности                          | Всего, часы | Семестры |      |       |       |      |      |      |      |      |    |    |    |
|--|-------------|----------|------|-------|-------|------|------|------|------|------|----|----|----|
|  |             | 1        | 2    | 3     | 4     | 5    | 6    | 7    | 8    | 9    | 10 | 11 | 12 |
| Контактная работа, в том числе:                    | 171,15      | 12,35    | 12,4 | 12,15 | 12,25 | 24,3 | 24,5 | 24,3 | 36,7 | 12,2 | 0  | 0  | 0  |
| Лекции   | 56          | 4        | 4    | 4     | 4     | 8    | 8    | 8    | 12   | 4    | 0  | 0  | 0  |
| Практические (семинарские) занятия                 | 112         | 8        | 8    | 8     | 8     | 16   | 16   | 16   | 24   | 8    | 0  | 0  | 0  |
| Иная контактная работа, в том числе (при наличии): | 3,15        | 0,35     | 0,4  | 0,15  | 0,25  | 0,3  | 0,5  | 0,3  | 0,7  | 0,2  | 0  | 0  | 0  |
| Сдача экзамена                                     | 1,5         | 0        | 0,25 | 0     | 0,25  | 0    | 0,5  | 0    | 0,5  | 0    | 0  | 0  | 0  |
| Сдача зачета/зачета с оценкой                      | 0,6         | 0,2      | 0    | 0     | 0     | 0    | 0    | 0    | 0,2  | 0,2  | 0  | 0  | 0  |
| Сдача  | 1,05        | 0,15     | 0,1  | 0,15  | 0     | 0,3  | 0    | 0,3  | 0    | 0    | 0  | 0  | 0  |

|   |             |            |            |            |            |            |            |            |            |            |          |          |          |
|---|-------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|----------|----------|----------|
| контрольной работы                                  |             |            | 5          |            |            |            |            |            |            |            |          |          |          |
| Самостоятельная работа обучающихся, в том числе:    | 1340,85     | 95,65      | 95,6       | 95,85      | 95,75      | 191,7      | 191,5      | 191,7      | 287,3      | 95,8       | 0        | 0        | 0        |
| Выполнение и подготовка к защите контрольной работы | 26,95       | 3,85       | 3,85       | 3,85       | 0          | 7,7        | 0          | 7,7        | 0          | 0          | 0        | 0        | 0        |
| Подготовка к сдаче экзамена                         | 52,5        | 0          | 8,75       | 0          | 8,75       | 0          | 17,5       | 0          | 17,5       | 0          | 0        | 0        | 0        |
| Подготовка к сдаче зачета/зачета с оценкой          | 11,4        | 3,8        | 0          | 0          | 0          | 0          | 0          | 0          | 3,8        | 3,8        | 0        | 0        | 0        |
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся        | 1250        | 88         | 83         | 92         | 87         | 184        | 174        | 184        | 266        | 92         | 0        | 0        | 0        |
| <b>ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ</b>                          | <b>1512</b> | <b>108</b> | <b>108</b> | <b>108</b> | <b>108</b> | <b>216</b> | <b>216</b> | <b>216</b> | <b>324</b> | <b>108</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> |

#### 4.3. Тематический план (отдельно для каждой формы обучения)

Очная, часов на контроль:216

| № п/п      | Наименование раздела (темы)   | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |  |                        | Формы текущего контроля успеваемости |
|------------|---|------------------------------------|--------------------------------|--|---|--|------------------------|--------------------------------------|
|            |   | Все го                             | Контактная (аудиторная) работа |  |   |  | Самостоятельная работа |                                      |
|            |   |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические (или) лабораторные занятия | В т.ч. в форме практической подготовки |                        |                                      |
| Гимнастика |   |                                    |                                |  |   |  |                        |                                      |
| 1          | Гимнастика как спортивно-педагогическая дисциплина. Исторический обзор развития гимнастики. Техника безопасности на занятиях гимнастикой. | 12                                 | 2                              | 0                                      | 0                                       | 0                                      | 10                     | Устный опрос                         |
| 2          | Гимнастическая терминология. Строевые упражнения, техника и методика обучения.  | 26                                 | 4                              | 0                                      | 8                                       | 0                                      | 14                     | Практическое задание                 |
| 3          | Техника и методика обучения общеразвивающим и прикладным  | 34                                 | 6                              | 0                                      | 14                                      | 0                                      | 14                     | Практическое задание                 |

|          |   |     |    |   |    |   |    |                                   |
|----------|---|-----|----|---|----|---|----|-----------------------------------|
|          | упражнениям.  |     |    |   |    |   |    |                                   |
| 4        | Техника и методика обучения акробатическим упражнениям, прыжкам и вольным упражнениям. Парная акробатика. | 38  | 6  | 0 | 18 | 0 | 14 | Практическое задание              |
| 5        | Техника и методика обучения упражнения на гимнастических снарядах.  | 38  | 6  | 0 | 18 | 0 | 14 | Практическое задание              |
| 6        | Содержание и методика занятий гимнастикой образовательных учреждениях.                                    | 32  | 8  | 0 | 6  | 0 | 18 | Практическое задание              |
| Всего    |   | 180 | 32 | 0 | 64 | 0 | 84 |                                   |
| Плавание |   |     |    |   |    |   |    |                                   |
| 7        | История развития плавания. Основные направления в развитии плавания                                       | 9   | 1  | 0 | 2  | 0 | 6  | Устный опрос, практические умения |
| 8        | Биомеханические основы техники плавания   | 9   | 1  | 0 | 2  | 0 | 6  | Устный опрос, практические умения |
| 9        | Техника плавания способами кроль на груди и кроль на спине  | 42  | 4  | 0 | 18 | 0 | 20 | Устный опрос, практические умения |
| 10       | Средства и методы обучения и тренировки   | 20  | 2  | 0 | 8  | 0 | 10 | Устный опрос, практические умения |
| 11       | Обучение технике плавания способами брасс и дельфин   | 30  | 2  | 0 | 10 | 0 | 18 | Устный опрос, практические умения |
| 12       | Техника и методика обучения прикладному плаванию  | 20  | 2  | 0 | 8  | 0 | 10 | Устный опрос, практические умения |
| 13       | Организация и проведение занятий и соревнований по плаванию   | 18  | 2  | 0 | 6  | 0 | 10 | Устный опрос, практические умения |

|                   |   |     |    |   |    |   |     |   |
|-------------------|---|-----|----|---|----|---|-----|---|
| 14                | Методика обучения технике спортивных способов плавания  | 32  | 2  | 0 | 10 | 0 | 20  | Устный опрос  |
| Всего             |   | 180 | 16 | 0 | 64 | 0 | 100 |   |
| Лыжная подготовка |   |     |    |   |    |   |     |   |
| 15                | Место и значение лыжного спорта в системе физического воспитания. История возникновения и развития лыжного спорта | 12  | 2  | 0 | 0  | 0 | 10  | опрос   |
| 16                | Природные условия передвижения на лыжах. Экипировка лыжника. Смазка лыж.  | 21  | 2  | 0 | 4  | 0 | 15  | опрос, контрольная работа.  |
| 17                | Система и правила соревнований по лыжному спорту  | 16  | 2  | 0 | 4  | 0 | 10  | письменный опрос  |
| 18                | Основы техники передвижения на лыжах и анализ. Методика обучения технике передвижения на лыжах                    | 104 | 8  | 0 | 46 | 0 | 50  | письменный опрос, отработка практических навыков  |
| 19                | Учебная работа по лыжной подготовке в школе.  | 27  | 2  | 0 | 10 | 0 | 15  | Составление и проведение самостоятельного занятия. Контрольная работа. Отработка практических навыков |
| Всего             |   | 180 | 16 | 0 | 64 | 0 | 100 |   |
| Легкая атлетика   |   |     |    |   |    |   |     |   |
| 20                | Введение в предмет «Легкая атлетика»  | 1   | 1  | 0 | 0  | 0 | 0   | УО, ПО, ИТ  |
| 21                | Основы техники и методики обучения спортивной   | 11  | 1  | 0 | 0  | 0 | 10  | УО, ПО, ИТ  |

|          |  |     |    |   |    |   |     |            |
|----------|--|-----|----|---|----|---|-----|------------|
|          | ходьбе   |     |    |   |    |   |     |            |
| 22       | Техника и методика обучения легкоатлетическому бегу на средние и длинные дистанции | 28  | 2  | 0 | 6  | 0 | 20  | УО, ПО, ИТ |
| 23       | Техника и методика обучения бегу на короткие дистанции                             | 18  | 2  | 0 | 6  | 0 | 10  | УО, ПО, ИТ |
| 24       | Техника и методика обучения эстафетному бегу                                       | 16  | 0  | 0 | 6  | 0 | 10  | УО, ПО, ИТ |
| 25       | Техника и методика обучения барьерному бегу  | 14  | 0  | 0 | 6  | 0 | 8   | УО, ПО, ИТ |
| 26       | Основы техники и методики обучения горизонтальным прыжкам                          | 28  | 2  | 0 | 6  | 0 | 20  | УО, ПО, ИТ |
| 27       | Основы техники и методики обучения вертикальным прыжкам                            | 16  | 0  | 0 | 6  | 0 | 10  | УО, ПО, ИТ |
| 28       | Основы техники и методики обучения метаниям  | 18  | 2  | 0 | 6  | 0 | 10  | УО, ПО, ИТ |
| 29       | Методика тренировки в основных видах легкой атлетики                               | 14  | 2  | 0 | 0  | 0 | 12  | УО, ПО, ИТ |
| 30       | Организация, проведение и судейство соревнований по легкой атлетике                | 16  | 0  | 0 | 6  | 0 | 10  | УО, ПО, ИТ |
| Всего    |  | 180 | 12 | 0 | 48 | 0 | 120 |            |
| Волейбол |  |     |    |   |    |   |     |            |
| 31       | Краткая история возникновения и развития волейбола. Правила игры в волейбол.       | 20  | 2  | 0 | 8  | 0 | 10  | УО, ИТ, Д  |
| 32       | Физическая и   | 91  | 7  | 0 | 36 | 0 | 48  | УО, ИТ, Т  |

|           |  |     |    |   |    |   |     |   |
|-----------|--|-----|----|---|----|---|-----|---|
|           | техническая подготовка. Методика обучения базовым элементам              |     |    |   |    |   |     |   |
| 33        | Тактическая подготовка: тактика нападения и защиты.                      | 43  | 5  | 0 | 16 | 0 | 22  | УО, ИТ, Т   |
| 34        | Организация и проведение соревнований по волейболу<br>Обязанности судей. | 26  | 2  | 0 | 4  | 0 | 20  | УО, ИТ, Т   |
| Всего     |  | 180 | 16 | 0 | 64 | 0 | 100 |   |
| Баскетбол |  |     |    |   |    |   |     |   |
| 35        | Краткая история возникновения и развития баскетбола                      | 20  | 2  | 0 | 8  | 0 | 10  | УО, ПО, ИТ  |
| 36        | Формирование навыков педагогического мастерства                          | 34  | 8  | 0 | 12 | 0 | 14  | УО, ПО, ИТ  |
| 37        | Техника игры в баскетбол   | 38  | 8  | 0 | 14 | 0 | 16  | УО, ПО, ИТ  |
| 38        | Стратегия и тактика баскетбола   | 38  | 6  | 0 | 14 | 0 | 18  | УО, ПО, ИТ  |
| 39        | Организация и проведение соревнований по баскетболу                      | 50  | 8  | 0 | 16 | 0 | 26  | УО, ПО, ИТ  |
| Всего     |  | 180 | 32 | 0 | 64 | 0 | 84  |   |
| Бадминтон |  |     |    |   |    |   |     |   |
| 40        | История бадминтона. Правила соревнований по бадминтону и их организация  | 15  | 1  | 0 | 6  | 0 | 8   | Устный опрос, практические умения, контрольная работа |
| 41        | Методика обучения технике игры в бадминтон                               | 33  | 3  | 0 | 10 | 0 | 20  | Устный опрос, практические умения, контрольная работа |
| 42        | Методика обучения тактике игры в бадминтон                               | 32  | 6  | 0 | 10 | 0 | 16  | Устный опрос, практические умения, контрольная работа |
| 43        | Планирование учебного и тренировочного процесса                          | 28  | 2  | 0 | 10 | 0 | 16  | Устный опрос, практические умения,                    |

|                   |   |      |     |   |     |   |     |              |
|-------------------|---|------|-----|---|-----|---|-----|--------------|
|                   |   |      |     |   |     |   |     | тестирование |
| Всего             |   | 108  | 12  | 0 | 36  | 0 | 60  |              |
| Спортивный туризм |   |      |     |   |     |   |     |              |
| 44                | История возникновения и развития спортивных единоборств                 | 16   | 2   | 0 | 4   | 0 | 10  | УО, ПО, ИТ   |
| 45                | Краткая характеристика спортивных единоборств                           | 20   | 4   | 0 | 6   | 0 | 10  | УО, ПО, ИТ   |
| 46                | Виды подготовки в единоборствах. Методика обучения технике единоборств. | 40   | 6   | 0 | 14  | 0 | 20  | УО, ПО, ИТ   |
| 47                | Планирование учебного и тренировочного процесса                         | 32   | 4   | 0 | 8   | 0 | 20  | УО, ПО, ИТ   |
| Всего             |   | 108  | 16  | 0 | 32  | 0 | 60  |              |
| Всего по модулю   |   | 1296 | 152 | 0 | 436 | 0 | 708 |              |

Заочная, часов на контроль:66

| № п/п      | Наименование раздела (темы)   | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |  |                        | Формы текущего контроля успеваемости |
|------------|---|------------------------------------|--------------------------------|--|---|--|------------------------|--------------------------------------|
|            |   | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   |  | Самостоятельная работа |                                      |
|            |   |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические (или) лабораторные занятия | В т.ч. в форме практической подготовки |                        |                                      |
| Гимнастика |   |                                    |                                |  |   |  |                        |                                      |
| 1          | Гимнастика как спортивно-педагогическая дисциплина. Исторический обзор развития гимнастики. Техника безопасности на занятиях гимнастикой. | 21                                 | 1                              | 0                                      | 0                                       | 0                                      | 20                     | Устный опрос                         |
| 2          | Гимнастическая терминология. Строевые упражнения, техника и методика обучения.  | 35                                 | 1                              | 0                                      | 2                                       | 0                                      | 32                     | Практическое задание                 |
| 3          | Техника и методика обучения общеразвивающим и прикладным  | 35                                 | 1                              | 0                                      | 2                                       | 0                                      | 32                     | Практическое задание                 |

|          |   |     |   |   |    |   |     |                                   |
|----------|---|-----|---|---|----|---|-----|-----------------------------------|
|          | упражнениям.  |     |   |   |    |   |     |                                   |
| 4        | Техника и методика обучения акробатическим упражнениям, прыжкам и вольным упражнениям. Парная акробатика. | 38  | 2 | 0 | 4  | 0 | 32  | Практическое задание              |
| 5        | Техника и методика обучения упражнения на гимнастических снарядах.  | 40  | 2 | 0 | 6  | 0 | 32  | Практическое задание              |
| 6        | Содержание и методика занятий гимнастикой образовательных учреждениях.                                    | 34  | 1 | 0 | 2  | 0 | 31  | Практическое задание              |
| Всего    |   | 203 | 8 | 0 | 16 | 0 | 179 |                                   |
| Плавание |   |     |   |   |    |   |     |                                   |
| 7        | История развития плавания. Основные направления в развитии плавания                                       | 10  | 1 | 0 | 0  | 0 | 9   | Устный опрос, практические умения |
| 8        | Биомеханические основы техники плавания   | 15  | 1 | 0 | 0  | 0 | 14  | Устный опрос, практические умения |
| 9        | Техника плавания способами кроль на груди и кроль на спине  | 38  | 4 | 0 | 4  | 0 | 30  | Устный опрос, практические умения |
| 10       | Средства и методы обучения и тренировки   | 20  | 0 | 0 | 0  | 0 | 20  | Устный опрос, практические умения |
| 11       | Обучение технике плавания способами брасс и дельфин   | 34  | 0 | 0 | 4  | 0 | 30  | Устный опрос, практические умения |
| 12       | Техника и методика обучения прикладному плаванию  | 26  | 2 | 0 | 4  | 0 | 20  | Устный опрос, практические умения |
| 13       | Организация и проведение занятий и соревнований по плаванию   | 34  | 0 | 0 | 4  | 0 | 30  | Устный опрос, практические умения |



|                   |   |     |   |   |    |   |     |   |
|-------------------|---|-----|---|---|----|---|-----|---|
| 14                | Методика обучения технике спортивных способов плавания  | 30  | 0 | 0 | 0  | 0 | 30  | Устный опрос  |
| Всего             |   | 207 | 8 | 0 | 16 | 0 | 183 |   |
| Лыжная подготовка |   |     |   |   |    |   |     |   |
| 15                | Место и значение лыжного спорта в системе физического воспитания. История возникновения и развития лыжного спорта | 23  | 1 | 0 | 0  | 0 | 22  | опрос   |
| 16                | Природные условия передвижения на лыжах. Экипировка лыжника. Смазка лыж.  | 38  | 0 | 0 | 4  | 0 | 34  | опрос, контрольная работа.  |
| 17                | Система и правила соревнований по лыжному спорту  | 44  | 0 | 0 | 4  | 0 | 40  | письменный опрос  |
| 18                | Основы техники передвижения на лыжах и анализ. Методика обучения технике передвижения на лыжах                    | 55  | 7 | 0 | 6  | 0 | 42  | письменный опрос, отработка практических навыков  |
| 19                | Учебная работа по лыжной подготовке в школе.  | 47  | 0 | 0 | 2  | 0 | 45  | Составление и проведение самостоятельного занятия. Контрольная работа. Отработка практических навыков |
| Всего             |   | 207 | 8 | 0 | 16 | 0 | 183 |   |
| Легкая атлетика   |   |     |   |   |    |   |     |   |
| 20                | Введение в предмет «Легкая атлетика»  | 3   | 1 | 0 | 0  | 0 | 2   | УО, ПО, ИТ  |
| 21                | Основы техники и методики обучения спортивной   | 23  | 1 | 0 | 0  | 0 | 22  | УО, ПО, ИТ  |

|          |  |     |   |   |    |   |     |            |
|----------|--|-----|---|---|----|---|-----|------------|
|          | ходьбе   |     |   |   |    |   |     |            |
| 22       | Техника и методика обучения легкоатлетическому бегу на средние и длинные дистанции | 28  | 2 | 0 | 4  | 0 | 22  | УО, ПО, ИТ |
| 23       | Техника и методика обучения бегу на короткие дистанции                             | 27  | 1 | 0 | 4  | 0 | 22  | УО, ПО, ИТ |
| 24       | Техника и методика обучения эстафетному бегу                                       | 20  | 0 | 0 | 0  | 0 | 20  | УО, ПО, ИТ |
| 25       | Техника и методика обучения барьерному бегу  | 21  | 1 | 0 | 0  | 0 | 20  | УО, ПО, ИТ |
| 26       | Основы техники и методики обучения горизонтальным прыжкам                          | 5   | 1 | 0 | 4  | 0 | 0   | УО, ПО, ИТ |
| 27       | Основы техники и методики обучения вертикальным прыжкам                            | 21  | 1 | 0 | 0  | 0 | 20  | УО, ПО, ИТ |
| 28       | Основы техники и методики обучения метаниям  | 26  | 0 | 0 | 4  | 0 | 22  | УО, ПО, ИТ |
| 29       | Методика тренировки в основных видах легкой атлетики                               | 11  | 0 | 0 | 0  | 0 | 11  | УО, ПО, ИТ |
| 30       | Организация, проведение и судейство соревнований по легкой атлетике                | 22  | 0 | 0 | 0  | 0 | 22  | УО, ПО, ИТ |
| Всего    |  | 207 | 8 | 0 | 16 | 0 | 183 |            |
| Волейбол |  |     |   |   |    |   |     |            |
| 31       | Краткая история возникновения и развития волейбола. Правила игры в волейбол.       | 18  | 2 | 0 | 0  | 0 | 16  | УО, ИТ, Д  |
| 32       | Физическая и   | 88  | 0 | 0 | 8  | 0 | 80  | УО, ИТ, Т  |

|           |  |     |   |   |    |   |     |   |
|-----------|--|-----|---|---|----|---|-----|---|
|           | техническая подготовка. Методика обучения базовым элементам              |     |   |   |    |   |     |   |
| 33        | Тактическая подготовка: тактика нападения и защиты.                      | 55  | 4 | 0 | 4  | 0 | 47  | УО, ИТ, Т   |
| 34        | Организация и проведение соревнований по волейболу<br>Обязанности судей. | 46  | 2 | 0 | 4  | 0 | 40  | УО, ИТ, Т   |
| Всего     |  | 207 | 8 | 0 | 16 | 0 | 183 |   |
| Баскетбол |  |     |   |   |    |   |     |   |
| 35        | Краткая история возникновения и развития баскетбола                      | 14  | 2 | 0 | 0  | 0 | 12  | УО, ПО, ИТ  |
| 36        | Формирование навыков педагогического мастерства                          | 46  | 2 | 0 | 4  | 0 | 40  | УО, ПО, ИТ  |
| 37        | Техника игры в баскетбол   | 49  | 2 | 0 | 4  | 0 | 43  | УО, ПО, ИТ  |
| 38        | Стратегия и тактика баскетбола   | 54  | 2 | 0 | 4  | 0 | 48  | УО, ПО, ИТ  |
| 39        | Организация и проведение соревнований по баскетболу                      | 44  | 0 | 0 | 4  | 0 | 40  | УО, ПО, ИТ  |
| Всего     |  | 207 | 8 | 0 | 16 | 0 | 183 |   |
| Бадминтон |  |     |   |   |    |   |     |   |
| 40        | История бадминтона. Правила соревнований по бадминтону и их организация  | 24  | 2 | 0 | 0  | 0 | 22  | Устный опрос, практические умения, контрольная работа |
| 41        | Методика обучения технике игры в бадминтон                               | 26  | 0 | 0 | 2  | 0 | 24  | Устный опрос, практические умения, контрольная работа |
| 42        | Методика обучения тактике игры в бадминтон                               | 28  | 0 | 0 | 4  | 0 | 24  | Устный опрос, практические умения, контрольная работа |
| 43        | Планирование учебного и тренировочного процесса                          | 26  | 2 | 0 | 2  | 0 | 22  | Устный опрос, практические умения,                    |

|                   |   |          |    |   |     |   |      |              |
|-------------------|---|----------|----|---|-----|---|------|--------------|
|                   |   |          |    |   |     |   |      | тестирование |
| Всего             |   | 104      | 4  | 0 | 8   | 0 | 92   |              |
| Спортивный туризм |   |          |    |   |     |   |      |              |
| 44                | История возникновения и развития спортивных единоборств                 | 12       | 2  | 0 | 0   | 0 | 10   | УО, ПО, ИТ   |
| 45                | Краткая характеристика спортивных единоборств                           | 24       | 2  | 0 | 0   | 0 | 22   | УО, ПО, ИТ   |
| 46                | Виды подготовки в единоборствах. Методика обучения технике единоборств. | 36       | 0  | 0 | 6   | 0 | 30   | УО, ПО, ИТ   |
| 47                | Планирование учебного и тренировочного процесса                         | 32       | 0  | 0 | 2   | 0 | 30   | УО, ПО, ИТ   |
| Всего             |   | 104      | 4  | 0 | 8   | 0 | 92   |              |
| Всего по модулю   |   | 144<br>6 | 56 | 0 | 112 | 0 | 1278 |              |

#### **5. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

Оценочные материалы представлены в виде фонда оценочных средств по дисциплине (модулю) в приложении к рабочей программе.

#### **6. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины (модуля)**

##### **6.1. Основная литература**

С получением библиографического описания возникла проблема,  
URL:<https://e.lanbook.com/book/152716>

Берговина М.Л. Баскетбол: средства и методы обучения [Электронный ресурс] : Учебное пособие / М. Л. Берговина. - Сыктывкар : Изд-во СыктГУ, 2011. - 112 с. URL:<http://e-library.syktu.ru/megapro/Download/MObject/316/978-5-87237-776-4>

[Берговина М.Л. Баскетбол - средства и методы обучения. Учебное пособие.pdf](#)

Зеновский Е.В. Теория и методика физической культуры (планирование, контроль и анализ) [Электронный ресурс] : Учебное пособие-практикум / Е. В. Зеновский. - Сыктывкар : Изд-во СГУ им. Питирима Сорокина, 2015. - 124 с. URL:[http://e-library.syktu.ru/megapro/Download/MObject/197/Зеновский\\_Е.В.\\_Теория\\_и\\_методика\\_физической\\_культуры\\_\(планирование,\\_контроль\\_и\\_анализ\).\\_Учебное\\_пособие-практикум.pdf](http://e-library.syktu.ru/megapro/Download/MObject/197/Зеновский_Е.В._Теория_и_методика_физической_культуры_(планирование,_контроль_и_анализ)._Учебное_пособие-практикум.pdf)

Спорт высших достижений : спортивная гимнастика : учебное пособие : [12+] / под ред. Л. А. Савельевой, Р. Н. Терехиной ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта [и др.]. – Москва : Человек, 2014. – 149 с. : схем., табл. – (Библиотечка тренера). – Режим доступа: по подписке. – URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=461437](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=461437)

Лебедихина, Т. М. Гимнастика : теория и методика преподавания : учебное пособие / Т. М. Лебедихина ; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б. Н. Ельцина. – Екатеринбург : Издательство Уральского университета, 2017. – 114 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=695481](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=695481)

## 6.2. Дополнительная литература

### 6.3. Периодические издания и реферативные базы данных

ИВИС : универсальные базы электронных периодических изданий : сайт / ООО «ИВИС». – URL: <https://dlib.eastview.com> . – Режим доступа: для авториз. пользователей.

eLIBRARY.RU : научная электронная библиотека : информационно-аналитический портал / ООО «Научная электронная библиотека». – URL: <https://elibrary.ru> . – Режим доступа: для зарегистр. пользователей.

### 6.4. Электронно-библиотечные системы

– Университетская библиотека онлайн : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «НексМедиа». – URL:<https://biblioclub.ru>. – Режим доступа: для авториз. пользователей.

– Лань : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Издательство ЛАНЬ». – URL:<https://e.lanbook.com>. – Режим доступа: для авториз. пользователей.

### 6.5. Современные профессиональные базы данных

<https://elibrary.ru/> – национальная библиографическая база данных научного цитирования (профессиональная база данных)

<http://vniifk.ru/>- Федеральный научный центр физической культуры и спорта;

<https://www.minsport.gov.ru/> - Министерство спорта Российской Федерации;

<https://olympic.ru/> - Олимпийский комитет России;

<http://sportgymrus.ru/>- Федерация спортивной гимнастики России;

<http://www.edu.ru/> - российский образовательный портал;

<http://diss.rsl.ru/?menu=disscatalog/> - портал Электронная библиотека диссертаций РГБ содержит более 919 000 полных текстов диссертаций и авторефератов;

<https://elibrary.ru/> – национальная библиографическая база данных научного цитирования (профессиональная база данных);

[www.scopus.com](http://www.scopus.com) – крупнейшая в мире единая реферативная база данных (профессиональная база данных);

<https://edu.gov.ru/>- Министерство просвещения Российской Федерации;

#### 6.6. Информационные справочные системы

– Справочно-правовая информационная система Консультант Плюс  
<http://www.consultant.ru/>

### **7. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

В университете образовательная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется на основе образовательных программ, адаптированных, при необходимости, для обучения указанных лиц, с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

В университет созданы специальные условия для получения образования по образовательным программам обучающимися с ограниченными возможностями здоровья, которые включают в себя использование специальных методов обучения и воспитания, печатные и (или) электронные образовательные ресурсы в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья, специальные технические средства обучения, предоставление услуг ассистента (при необходимости), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, обеспечение доступа в здания университета.

Утверждена в составе Основной  
профессиональной образовательной  
программы высшего образования

**Рабочая программа дисциплины (модуля)**

**Модуль "Теоретические основы физкультурно-спортивной  
деятельности"**

Направление подготовки  
49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) программы  
Физкультурно-спортивная деятельность

Квалификация бакалавр  
Формы обучения Очная, Заочная

## **1. Цель и задачи учебной дисциплины (модуля)**

Цель учебной дисциплины (модуля) «Модуль "Теоретические основы физкультурно-спортивной деятельности"» состоит в

- ознакомить обучающихся с ключевыми вопросами теории физкультурно-спортивной деятельности, способствовать формированию у обучающихся необходимых универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций.

Задачи дисциплины (модуля):

- сформировать широкое профессиональное мировоззрение и интерес к проблемам физической культуры, стремление к всестороннему анализу и творческому усвоению изучаемого материала;

- обеспечить усвоение знаний в области теории физкультурно-спортивной деятельности, целостного осмысления сути профессиональной деятельности, общих закономерностей, педагогических принципов, средств, методов и форм организации физкультурно-спортивной деятельности;

- воспитать педагогическое мышление, познавательную активность, дисциплинированность, потребность в научно-исследовательской деятельности в сфере физической культуры;

- сформировать профессионально-педагогические умения и навыки по направлению подготовки.

## **2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО**

Изучение дисциплины (модуля) осуществляется на основе результатов обучения по следующим дисциплинам (модулям):

- истории, биологии, обществознания, физической культуры, изученным на предыдущем уровне получения образования.

Результаты обучения по дисциплине (модулю) лежат в основе освоения следующих дисциплин (модулей), практик:

- учебных практик (педагогической и тренерской), производственной практики (профессионально-ориентированной, научно-исследовательской и преддипломной). Последовательность изучения дисциплин модуля при освоении ОПОП по направлению подготовки предполагает порядок, при соблюдении которого каждая ранее изученная дисциплина является базисной основой дисциплин, изучаемых на последующих курсах.

## **3. Планируемые результаты обучения по дисциплине(модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

| Содержание и шифр | Планируемые результаты обучения |       |         |
|-------------------|---------------------------------|-------|---------|
|                   | Знать                           | Уметь | Владеть |
|                   |                                 |       |         |



| компетенции  |  |   |   |
|--|--|---|---|
| ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста | понятие о анатомо-морфологические, физиологические, биохимические, биомеханические, психологические особенности физкультурно-спортивной деятельности и характер ее влияния на организм человека с учетом пола и возраста | методы оценки поз, положений тела, локомоторных, ударных и вращательных движений в спорте                                       | опыт проведения анатомо-морфологических, физиологических, биохимических, биомеханических, психологические исследований                    |
| ОПК-10 Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта   | понятие о роли физического воспитания в формировании личности  | умение составлять речь, подчеркивающую важность ЗОЖ и физической культуры личности в современном мире                           | опыт выступления с побудительной речью  |
| ОПК-11 Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности  | основы научных исследований по определению эффективности используемых средств в области физкультурно-спортивной деятельности   | проводить научные исследования по определению эффективности используемых средств в области физкультурно-спортивной деятельности | навыками проведения научных исследования по определению эффективности используемых средств в области физкультурно-спортивной деятельности |
| ОПК-12 Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики  | понятие об умственном, нравственном, эстетическом и трудовом воспитании  | умение составлять конспект занятия с акцентом на формирование нравственности и эстетичности                                     | опыт проведения занятия воспитательного характера   |
| ОПК-13 Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта  | знание информационных источников о качестве реализации образовательных программ в сфере физического воспитания и спортивной тренировки   | умение пользоваться методами получения информации о состоянии обучающихся   | опыт организации и судейства соревнований по избранному виду спорта   |
| ОПК-14 Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса  | понятие о методическом обеспечении и контроле тренировочного процесса  | вести контроль тренировочного и образовательного процесса   | опыт осуществления методического обеспечения и контроль тренировочного и образовательного процесса  |
| ОПК-2 Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию   | понятия о требованиях к проведению занятий   | умение грамотно составлять конспекты занятий по базовым видам спорта с учетом   | опыт проведения учебных занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей   |

|  |   |   |  |
|--|---|---|--|
| в процессе занятий   |   | особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов | обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов   |
| ОПК-3 Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке | основные понятия о требованиях в избранном виде спорта  | умение грамотно составлять конспект занятия в избранном виде спорта   | опыт проведения занятий в избранном виде спорта  |
| ОПК-4 Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта   | понятие о социально-личностных качествах учеников   | методы воспитания у учеников социально-личностных качеств   | опыт воспитания у учеников социально-личностных качеств  |
| ОПК-5 Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения   | основные понятия о специфичности техники выполнения физических упражнений   | способность соблюдать технику выполнения физических упражнений  | опыт оценивания физических способностей и функционального состояния обучающихся, техники выполнения физических упражнений  |
| ОПК-6 Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни  | понятия об использовании средств избранного вида спорта в рамках решения задач оздоровительной и рекреационной направленности | умение составлять конспекты занятий по избранному виду спорта оздоровительной и рекреационной направленности                          | опыт проведения занятий по избранному виду спорта оздоровительной и рекреационной направленности   |
| ОПК-7 Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь   | понятия о технике безопасности и гигиенических требованиях к проведению занятий   | умение правильно реагировать на изменение условий проведения занятия  | опыт проведения занятий с соблюдением требований безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм, проведения профилактики травматизма, оказания первой доврачебной помощи |
| ОПК-8 Способен проводить работу по   | основы антидопингового  | проводить работу по предотвращению  | навыками аргументированного  |

| предотвращению применения допинга  | обеспечения спорта   | применения допинга  | обоснования не применять допинг   |
|--|--|---|---|
| ОПК-9 Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся  | понятие о документах планирования и учета в физическом воспитании              | умение вести документы учета в физкультурно-спортивных организациях                 | опыт составления календарного плана мероприятий                                 |
| ПК-1 Способен обеспечивать уровень подготовленности занимающихся, соответствующий требованиям федеральных государственных образовательных стандартов, формировать знания, двигательные умения и навыки, а также достаточный уровень физической подготовленности учащихся для сохранения и укрепления их здоровья и трудовой деятельности | понятие о педагогических принципах, методах, способах контроля                 | умение использовать принципы и методы педагогики при составлении конспектов занятий | навык использования педагогического контроля в процессе занятий                 |
| ПК-2 Способен подбирать средства и методы тренировки, соответствующие поставленным задачам, а также определять величину нагрузок, адекватную возможностям индивида с установкой на достижение спортивного результата   | понятия об общих положениях теории физической культуры                         | умение строить методически правильные конспекты занятий                             | опыт проведения занятий, удовлетворяющий требованиям                            |
| ПК-3 Способен управлять тренировочным процессом на основе контроля функционального состояния, достигнутого уровня техники двигательных действий и работоспособности занимающихся и внесения соответствующих корректив в тренировочный процесс  | понятия о взаимосвязи структуры и содержания учебных программ и занятий        | умение самостоятельно разрабатывать отдельное занятие                               | навык составления конспектов занятий и учебного плана по избранному виду спорта |
| ПК-4 Способен реализовывать программы занятий по двигательной рекреации  | понятия структуре и содержании учебных занятий по физической культуре с детьми | умение самостоятельно разрабатывать отдельное занятие по физической культуре с      | навык составления конспектов учебных занятий по физической культуре с детьми    |

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| для различных категорий населения в соответствии с их потребностями   | дошкольного, школьного возраста и обучающимися в образовательных организациях, организации внеклассной физкультурно-спортивной работы       | детьми разного возраста, организовывать внеклассную физкультурно-спортивную работу  | дошкольного, школьного возраста и обучающимися в образовательных организациях, организации внеклассной физкультурно-спортивной работы   |
| ПК-5 Способен выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта  | понятие о структуре занятий по оздоровительной физической культуре для обучающихся с учетом их пола и возраста, индивидуальных особенностей | способность самостоятельно составлять конспекты занятий по оздоровительной физической культуре для обучающихся с учетом их пола и возраста, индивидуальных особенностей | опыт самостоятельного составления конспектов учебных занятия по оздоровительной физической культуре для коррекции состояния обучающихся с учетом их пола и возраста, индивидуальных |
| УК-1 Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач   | основы методологии поиска, анализа и синтеза информации   | осуществлять поиск, анализ и синтез полученной информации   | навыком поиска, анализа и синтеза полученной информации   |
| УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений | оптимальные способы решения поставленных задач  | определять круг задач   | опытом определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений            |
| УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности                                   | способы поддержания необходимого уровня физической подготовленности для профессиональной деятельности                                       | осуществлять применение технологий поддержания необходимого уровня физической подготовленности для профессиональной деятельности  | опытом использования технологий поддержания необходимого уровня физической подготовленности для профессиональной деятельности   |

#### 4. Объем и содержание дисциплины (модуля)

##### 4.1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля):

Очная форма обучения: 68 зачетных единиц, 2448 часов

Заочная форма обучения, 68 зачетных единиц, 2448 часов

Формы промежуточной аттестации (отдельно для каждой формы обучения):

Очная форма обучения: Экзамен (семестры:4,5,6,7,8,7,6,5,1,1), Зачет (семестры:3,3,7,3,4,5,5,6), Зачет с оценкой (семестры:8,4), Курсовая работа (семестры:6,4),

Заочная форма обучения: Экзамен (семестры:4,6,4,7,8,9,9,9,1,5), Зачет (семестры:3,5,6,6,9,7,6), Зачет с оценкой (семестры:4,9), Курсовая работа (семестры:4,6), Контрольная работа (семестры:1,6,9,9,6,3),

#### 4.2 Виды учебной деятельности и трудоемкость (всего, по семестрам, в часах)

##### Очная форма обучения

| Виды учебной деятельности                                  | Всего, часы | Семестры   |          |            |            |            |            |            |            |          |          |          |          |
|--|-------------|------------|----------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|----------|----------|----------|----------|
|  |             | 1          | 2        | 3          | 4          | 5          | 6          | 7          | 8          | 9        | 10       | 11       | 12       |
| Контактная работа, в том числе:                            | 948,5       | 112,5      | 0        | 122,6      | 131,65     | 180,9      | 151,7      | 188,7      | 60,45      | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Лекции   | 360         | 48         | 0        | 58         | 48         | 72         | 62         | 60         | 12         | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Практические (семинарские) занятия                         | 578         | 64         | 0        | 64         | 80         | 108        | 86         | 128        | 48         | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Иная контактная работа, в том числе (при наличии):         | 10,5        | 0,5        | 0        | 0,6        | 3,65       | 0,9        | 3,7        | 0,7        | 0,45       | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Сдача экзамена   | 2,5         | 0,5        | 0        | 0          | 0,25       | 0,5        | 0,5        | 0,5        | 0,25       | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Сдача зачета/зачета с оценкой                              | 2           | 0          | 0        | 0,6        | 0,4        | 0,4        | 0,2        | 0,2        | 0,2        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Защита курсовой работы (проекта)                           | 6           | 0          | 0        | 0          | 3          | 0          | 3          | 0          | 0          | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Самостоятельная работа обучающихся, в том числе:           | 1499,5      | 175,5      | 0        | 129,4      | 156,35     | 323,1      | 244,3      | 315,3      | 155,55     | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Выполнение и подготовка к защите курсовой работы (проекта) | 66          | 0          | 0        | 0          | 33         | 0          | 33         | 0          | 0          | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Подготовка к сдаче экзамена                                | 87,5        | 17,5       | 0        | 0          | 8,75       | 17,5       | 17,5       | 17,5       | 8,75       | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Подготовка к сдаче зачета/зачета с оценкой                 | 38          | 0          | 0        | 11,4       | 7,6        | 7,6        | 3,8        | 3,8        | 3,8        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся               | 1038        | 104        | 0        | 118        | 80         | 244        | 136        | 240        | 116        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| <b>ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ</b>                                 | <b>2448</b> | <b>288</b> | <b>0</b> | <b>252</b> | <b>288</b> | <b>504</b> | <b>396</b> | <b>504</b> | <b>216</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> |

##### Заочная форма обучения

| Виды учебной деятельности          | Всего, часы | Семестры |   |       |      |       |       |       |       |       |    |    |    |
|------------------------------------|-------------|----------|---|-------|------|-------|-------|-------|-------|-------|----|----|----|
|                                    |             | 1        | 2 | 3     | 4    | 5     | 6     | 7     | 8     | 9     | 10 | 11 | 12 |
| Контактная работа, в том числе:    | 311,2       | 12,4     | 0 | 36,35 | 37,7 | 50,45 | 52,15 | 24,45 | 30,25 | 67,45 | 0  | 0  | 0  |
| Лекции                             | 114         | 4        | 0 | 10    | 10   | 28    | 18    | 10    | 6     | 28    | 0  | 0  | 0  |
| Практические (семинарские) занятия | 186         | 8        | 0 | 26    | 24   | 22    | 30    | 14    | 24    | 38    | 0  | 0  | 0  |
| Иная контактная                    | 11,2        | 0,4      | 0 | 0,35  | 3,7  | 0,45  | 4,15  | 0,45  | 0,25  | 1,45  | 0  | 0  | 0  |

|  |        |       |   |        |       |        |        |        |        |        |   |   |   |
|--|--------|-------|---|--------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|---|---|---|
| работа, в том числе (при наличии):                         |        |       |   |        |       |        |        |        |        |        |   |   |   |
| Сдача экзамена   | 2,5    | 0,25  | 0 | 0      | 0,5   | 0,25   | 0,25   | 0,25   | 0,25   | 0,75   | 0 | 0 | 0 |
| Сдача зачета/зачета с оценкой                              | 1,8    | 0     | 0 | 0,2    | 0,2   | 0,2    | 0,6    | 0,2    | 0      | 0,4    | 0 | 0 | 0 |
| Защита курсовой работы (проекта)                           | 6      | 0     | 0 | 0      | 3     | 0      | 3      | 0      | 0      | 0      | 0 | 0 | 0 |
| Сдача контрольной работы                                   | 0,9    | 0,15  | 0 | 0,15   | 0     | 0      | 0,3    | 0      | 0      | 0,3    | 0 | 0 | 0 |
| Самостоятельная работа обучающихся, в том числе:           | 2136,8 | 131,6 | 0 | 215,65 | 214,3 | 282,55 | 298,85 | 227,55 | 221,75 | 544,55 | 0 | 0 | 0 |
| Выполнение и подготовка к защите курсовой работы (проекта) | 66     | 0     | 0 | 0      | 33    | 0      | 33     | 0      | 0      | 0      | 0 | 0 | 0 |
| Выполнение и подготовка к защите контрольной работы        | 23,1   | 3,85  | 0 | 3,85   | 0     | 0      | 7,7    | 0      | 0      | 7,7    | 0 | 0 | 0 |
| Подготовка к сдаче экзамена                                | 87,5   | 8,75  | 0 | 0      | 17,5  | 8,75   | 8,75   | 8,75   | 8,75   | 26,25  | 0 | 0 | 0 |
| Подготовка к сдаче зачета/зачета с оценкой                 | 34,2   | 0     | 0 | 3,8    | 3,8   | 3,8    | 11,4   | 3,8    | 0      | 7,6    | 0 | 0 | 0 |
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся               | 1926   | 119   | 0 | 208    | 160   | 270    | 238    | 215    | 213    | 503    | 0 | 0 | 0 |
| ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ  | 2448   | 144   | 0 | 252    | 252   | 333    | 351    | 252    | 252    | 612    | 0 | 0 | 0 |

#### 4.3. Тематический план (отдельно для каждой формы обучения)

Очная, часов на контроль:360

| № п/п                       | Наименование раздела (темы)                                  | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |  |                        | Формы текущего контроля успеваемости |
|-----------------------------|--|------------------------------------|--------------------------------|--|---|--|------------------------|--------------------------------------|
|                             |  | Все го                             | Контактная (аудиторная) работа |  |   |  | Самостоятельная работа |                                      |
|                             |  |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические (или) лабораторные занятия | В т.ч. в форме практической подготовки |                        |                                      |
| История физической культуры |  |                                    |                                |  |   |  |                        |                                      |
| 1                           | История физической культуры: предмет, задачи и место в жизни | 8                                  | 2                              | 0                                      | 2                                       | 0                                      | 4                      | УО, ИТ, Д,КР<br>Т                    |

|   |   |    |    |   |    |   |    |          |
|---|---|----|----|---|----|---|----|----------|
|   | общества и личности.  |    |    |   |    |   |    |          |
| 2 | Физическая культура в первобытном и рабовладельческом обществе. Физическая культура в древнем мире, в средние века, в новое и новейшее время в зарубежных странах   | 22 | 6  | 0 | 6  | 0 | 10 | УО, Д, Т |
| 3 | Создание и развитие систем физической культуры в странах востока  | 10 | 2  | 0 | 2  | 0 | 6  | УО, Д, Т |
| 4 | Развитие физической культуры и спорта в России с древнейших времен до XX века   | 8  | 2  | 0 | 2  | 0 | 4  | УО, Д, Т |
| 5 | Создание и развитие в России системы физического образования и современного спорта в начале XX века. Становление и развитие советской системы физического воспитания и спорта. Физическая культура и спорт в Российской Федерации. Становление и развитие физической культуры и спорта в Республике Коми. | 30 | 10 | 0 | 10 | 0 | 10 | УО, Д, Т |
| 6 | Развитие международного спортивного движения. Возникновение и развитие международного олимпийского движения.  | 30 | 10 | 0 | 10 | 0 | 10 | УО, Д, Т |

|   |   |     |    |   |    |   |    |              |
|---|---|-----|----|---|----|---|----|--------------|
|   | Международное рабочее спортивное движение. международное спортивное движение студентов в области массовой и оздоровительной физической культуры |     |    |   |    |   |    |              |
| Всего   |   | 108 | 32 | 0 | 32 | 0 | 44 |              |
| Теория и методика физической культуры         |   |     |    |   |    |   |    |              |
| 7   | Отечественная система физического воспитания.   | 10  | 2  | 0 | 2  | 0 | 6  | Т, УО        |
| 8   | Средства и методы физического воспитания.   | 48  | 14 | 0 | 16 | 0 | 18 | Т, УО        |
| 9   | Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты.  | 18  | 2  | 0 | 8  | 0 | 8  | Т, УО        |
| 10  | Принципы физического воспитания.  | 18  | 2  | 0 | 8  | 0 | 8  | Т, УО        |
| 11  | Основы обучения двигательным действиям и развития физических качеств.   | 48  | 14 | 0 | 14 | 0 | 20 | Т, УО        |
| 12  | Структура занятия как относительно завершенного целостного звена процесса физического воспитания.   | 38  | 8  | 0 | 16 | 0 | 14 | Т, УО        |
| Всего   |   | 180 | 42 | 0 | 64 | 0 | 74 |              |
| Подготовка спортсмена как многолетний процесс |   |     |    |   |    |   |    |              |
| 13  | Современное состояние и тенденции развития спорта   | 8   | 2  | 0 | 2  | 0 | 4  | Т, УО или ПО |
| 14  | Структура процесса многолетнего спортивного совершенствования. Основные методические положения подготовки спортсменов.                          | 18  | 6  | 0 | 2  | 0 | 10 | Т, УО или ПО |
| 15  | Динамики  | 14  | 4  | 0 | 4  | 0 | 6  | Т, УО или ПО |



|   |   |     |    |   |    |   |    |                      |
|---|---|-----|----|---|----|---|----|----------------------|
|   | тренировочных и соревновательных нагрузок на различных этапах многолетней подготовки спортсменов.   |     |    |   |    |   |    |                      |
| 16  | Спортивный отбор и ориентация в процессе многолетней подготовки спортсменов. Прогнозирование в спорте. Учет в спорте.                               | 28  | 6  | 0 | 6  | 0 | 16 | Т, УО или ПО         |
| 17  | Соревнования и подготовка в условиях высоких и низких температур. Особенности тренировки спортсменов и их участия в соревнованиях в горных условиях | 24  | 2  | 0 | 6  | 0 | 16 | Т, УО или ПО         |
| 18  | Система средств восстановления и стимуляции работоспособности в спорте. Проблемы допинга в спорте.  | 16  | 4  | 0 | 4  | 0 | 8  | Т, УО или ПО         |
| Всего   |   | 108 | 24 | 0 | 24 | 0 | 60 |                      |
| Научно-методическая деятельность в физической культуре и спорте |   |     |    |   |    |   |    |                      |
| 19  | Введение в основы научно-методической деятельности  | 24  | 4  | 0 | 4  | 0 | 16 | Устный опрос         |
| 20  | Форма и содержание курсовой или выпускной квалификационной работы   | 28  | 4  | 0 | 6  | 0 | 18 | Устный опрос         |
| 21  | Подготовка к исследованию   | 34  | 10 | 0 | 6  | 0 | 18 | Практическое задание |
| 22  | Проведение исследования   | 30  | 8  | 0 | 8  | 0 | 14 | Практическое задание |
| 23  | Оформление научной работы   | 28  | 6  | 0 | 8  | 0 | 14 | Практическое задание |
| Всего   |   | 144 | 32 | 0 | 32 | 0 | 80 |                      |
| Спортивная метрология   |   |     |    |   |    |   |    |                      |
| 24  | Введение в спортивную метрологию.   | 11  | 1  | 0 | 4  | 0 | 6  | УО, ПО, Тест         |

|   |  |     |    |   |    |   |    |              |
|---|--|-----|----|---|----|---|----|--------------|
|   | Спортивная тренировка как процесс управления   |     |    |   |    |   |    |              |
| 25  | Основы теории измерений (шкалы измерений, единицы измерений, точность измерений)               | 11  | 1  | 0 | 4  | 0 | 6  | УО, ПО, Тест |
| 26  | Основы теории тестов. Основы теории оценок   | 18  | 2  | 0 | 6  | 0 | 10 | УО, ПО, Тест |
| 27  | Количественная оценка качественных показателей   | 18  | 2  | 0 | 6  | 0 | 10 | УО, ПО, Тест |
| 28  | Инструментальные методы контроля за состоянием спортсмена.                                     | 16  | 2  | 0 | 4  | 0 | 10 | УО, ПО, Тест |
| 29  | Метрологическое обеспечение измерений в физической культуре и спорте                           | 34  | 4  | 0 | 12 | 0 | 18 | УО, ПО, Тест |
| Всего   |  | 108 | 12 | 0 | 36 | 0 | 60 |              |
| <b>Соревновательная деятельность и системы соревнований</b> |  |     |    |   |    |   |    |              |
| 30  | Соревнование и соревновательная деятельность и их многообразие. Спорт как социальное явление   | 12  | 2  | 0 | 4  | 0 | 6  | УО, ПО, Тест |
| 31  | Структура соревновательной деятельности. Техника и тактика соревновательной деятельности       | 28  | 6  | 0 | 8  | 0 | 14 | УО, ПО, Тест |
| 32  | Законодательные основы соревновательной деятельности   | 22  | 2  | 0 | 6  | 0 | 14 | УО, ПО, Тест |
| 33  | Результаты соревновательной деятельности. Контроль эффективности соревновательной деятельности | 24  | 4  | 0 | 6  | 0 | 14 | УО, ПО, Тест |
| 34  | Классификация видов соревновательной деятельности и  | 22  | 2  | 0 | 8  | 0 | 12 | УО, ПО, Тест |

|   |  |     |    |   |    |   |     |              |
|---|--|-----|----|---|----|---|-----|--------------|
|   | соревнований   |     |    |   |    |   |     |              |
| Всего   |  | 108 | 16 | 0 | 32 | 0 | 60  |              |
| Теория и методика избранного вида спорта                    |  |     |    |   |    |   |     |              |
| 35  | Феномен спортивного движения в мире  | 8   | 2  | 0 | 0  | 0 | 6   | УО, ПО, Тест |
| 36  | Средства спортивной тренировки   | 16  | 4  | 0 | 4  | 0 | 8   | УО, ПО, Тест |
| 37  | Методы спортивной подготовки   | 14  | 2  | 0 | 4  | 0 | 8   | УО, ПО, Тест |
| 38  | Принципы, стороны и разделы спортивной подготовки. Физические качества спортсмена.       | 22  | 4  | 0 | 4  | 0 | 14  | УО, ПО, Тест |
| 39  | Структура спортивной тренировки. Подготовка спортсмена как многолетний процесс.          | 24  | 6  | 0 | 6  | 0 | 12  | УО, ПО, Тест |
| 40  | Многолетний процесс спортивного совершенствования. Спортивный отбор и ориентация         | 24  | 6  | 0 | 6  | 0 | 12  | УО, ПО, Тест |
| Всего   |  | 108 | 24 | 0 | 24 | 0 | 60  |              |
| Спецсеминар дипломников                                     |  |     |    |   |    |   |     |              |
| 41  | Структура и содержание бакалаврской выпускной квалификационной работы                    | 40  | 4  | 0 | 12 | 0 | 24  | УО, ПО, Тест |
| 42  | Подготовка к исследованию  | 42  | 4  | 0 | 14 | 0 | 24  | УО, ПО, Тест |
| 43  | Проведение исследования  | 46  | 4  | 0 | 18 | 0 | 24  | УО, ПО, Тест |
| 44  | Оформление бакалаврской выпускной квалификационной работы. Подготовка к процедуре защиты | 52  | 4  | 0 | 12 | 0 | 36  | УО, ПО, Тест |
| Всего   |  | 180 | 16 | 0 | 56 | 0 | 108 |              |
| Содержание и виды физкультурно-оздоровительной деятельности |  |     |    |   |    |   |     |              |
| 45  | Введение. Общие представления о ФОТ  | 14  | 2  | 0 | 2  | 0 | 10  | ИТ           |

|   |  |     |    |   |    |   |    |                            |
|---|--|-----|----|---|----|---|----|----------------------------|
| 46  | Учет возрастно-половых особенностей при занятиях и разработке ФОД  | 24  | 4  | 0 | 6  | 0 | 14 | ИТ                         |
| 47  | Разновидности ФОТ (аэробика, стретчинг и пр.)  | 36  | 4  | 0 | 14 | 0 | 18 | ИТ, Т, Тб, Д, К            |
| 48  | Использование средств восстановления в ФОД   | 34  | 6  | 0 | 10 | 0 | 18 | Тб, Д, В, КР               |
| Всего   |  | 108 | 16 | 0 | 32 | 0 | 60 |                            |
| Антидопинговое обеспечение физкультурно-спортивной деятельности |  |     |    |   |    |   |    |                            |
| 49  | История допинг-контроля и борьба с ним. Структура антидопингового обеспечения в мире и в России.                           | 11  | 1  | 0 | 0  | 0 | 10 | устный опрос               |
| 50  | Нормативно-правовое регулирование антидопингового обеспечения спорта. Распространенность допинга в различных видах спорта. | 18  | 2  | 0 | 6  | 0 | 10 | устный опрос               |
| 51  | Запрещенные в спорте вещества и методы. Вред допинга здоровью человека.  | 20  | 2  | 0 | 6  | 0 | 12 | устный опрос               |
| 52  | Разрешение на терапевтическое использование запрещенных веществ и методов.   | 16  | 2  | 0 | 4  | 0 | 10 | устный опрос               |
| 53  | Допинг-контроль. Организация допинг-контроля.  | 23  | 3  | 0 | 8  | 0 | 12 | тестирование               |
| 54  | Биологический паспорт спортсмена и система АДАМС.  | 20  | 2  | 0 | 8  | 0 | 10 | устный опрос               |
| Всего   |  | 108 | 12 | 0 | 32 | 0 | 64 |                            |
| Менеджмент физической культуры и спорта                         |  |     |    |   |    |   |    |                            |
| 55  | Нормативно-управленческие основы развития физической культуры и спорта на международном,                                   | 20  | 2  | 0 | 4  | 0 | 14 | УО, ПО, Конспекты, Доклады |

|  |  |     |    |   |    |   |    |              |
|--|--|-----|----|---|----|---|----|--------------|
|  | региональном и национальном уровнях.   |     |    |   |    |   |    |              |
| 56   | Управленческие основы деятельности международных физкультурно-спортивных организаций.  | 18  | 2  | 0 | 4  | 0 | 12 | УО           |
| 57   | Система законодательства Российской Федерации о физической культуре и спорте.  | 26  | 2  | 0 | 4  | 0 | 20 | ПО           |
| 58   | Система законодательства субъектов Российской Федерации о физической культуре и спорте.  | 14  | 2  | 0 | 4  | 0 | 8  | УО           |
| 59   | Правовое регулирование создания и организации деятельности коммерческих и некоммерческих физкультурно-спортивных организаций.  | 16  | 2  | 0 | 4  | 0 | 10 | ПО           |
| 60   | Лицензирование в сфере физической культуры и спорта. Правовое регулирование отдельных аспектов спортивной деятельности. Договорные отношения в сфере физической культуры и спорта. | 14  | 2  | 0 | 4  | 0 | 8  | УО           |
| Всего  |  | 108 | 12 | 0 | 24 | 0 | 72 |              |
| <b>Теория и организация адаптивной физической культуры</b> |  |     |    |   |    |   |    |              |
| 61   | Понятие инвалидности. Категории и группы инвалидности. Психолого-педагогические особенности  | 12  | 4  | 0 | 2  | 0 | 6  | УО, ПО, Тест |

|   |   |     |    |   |    |   |    |              |
|---|---|-----|----|---|----|---|----|--------------|
|   | работы с инвалидами.<br>Общая характеристика адаптивной физической культуры и ее основные виды.                                 |     |    |   |    |   |    |              |
| 62  | АФК в работе с лицами, имеющими повреждения ОДА.  | 20  | 4  | 0 | 6  | 0 | 10 | УО, ПО, Тест |
| 63  | АФК в работе с лицами, имеющими нарушения интеллекта.   | 18  | 4  | 0 | 4  | 0 | 10 | УО, ПО, Тест |
| 64  | АФК в работе с лицами, имеющими сенсорно-речевые нарушения.   | 20  | 4  | 0 | 6  | 0 | 10 | УО, ПО, Тест |
| 65  | АФК в работе с лицами, имеющими инвалидность по общему заболеванию.   | 18  | 4  | 0 | 4  | 0 | 10 | УО, ПО, Тест |
| 66  | Адаптивный спорт.<br>Организация соревнований по видам спорта для инвалидов.  | 20  | 6  | 0 | 4  | 0 | 10 | УО, ПО, Тест |
| Всего   |   | 108 | 26 | 0 | 26 | 0 | 56 |              |
| Теория и организация лечебной физической культуры |   |     |    |   |    |   |    |              |
| 67  | Введение. Общие основы ЛФК. Теория и организация лечебной физической культуры   | 14  | 4  | 0 | 2  | 0 | 8  | УО, ПО, Тест |
| 68  | Лечебная физическая культура при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата, дефектах осанки, сколиозе и плоскостопии | 16  | 4  | 0 | 4  | 0 | 8  | УО, ПО, Тест |
| 69  | Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой   | 15  | 3  | 0 | 4  | 0 | 8  | УО, ПО, Тест |

|   |  |     |    |   |    |   |    |              |
|---|--|-----|----|---|----|---|----|--------------|
|   | системы  |     |    |   |    |   |    |              |
| 70                                      | Лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания  | 15  | 3  | 0 | 4  | 0 | 8  | УО, ПО, Тест |
| 71                                      | Лечебная физическая культура при заболеваниях органов пищеварения и обмена веществ   | 13  | 3  | 0 | 2  | 0 | 8  | УО, ПО, Тест |
| 72                                      | Лечебная физическая культура при заболеваниях почек и мочевыводящих путей  | 13  | 3  | 0 | 2  | 0 | 8  | УО, ПО, Тест |
| 73                                      | Лечебная физическая культура при заболеваниях нервной системы  | 22  | 4  | 0 | 6  | 0 | 12 | УО, ПО, Тест |
| Всего                                   |  | 108 | 24 | 0 | 24 | 0 | 60 |              |
| Педагогика физической культуры и спорта |  |     |    |   |    |   |    |              |
| 74                                      | Педагогика как область знаний о воспитании людей. Сущность педагогики физической культуры и спорта. Понятие педагогики и ее содержание. Место педагогики физической культуры и спорта.   | 10  | 2  | 0 | 0  | 0 | 8  | УО, Т, Д     |
| 75                                      | Профессионально-педагогическая деятельность педагога по физической культуре и тренера по виду спорта. Структура педагогической и тренерской деятельности в физической культуре и спорте. | 18  | 2  | 0 | 6  | 0 | 10 | УО, К        |
| 76                                      | Средства и методы деятельности педагога по   | 18  | 2  | 0 | 6  | 0 | 10 | УО, К        |

|   |  |     |    |   |    |   |    |                    |
|---|--|-----|----|---|----|---|----|--------------------|
|   | физической культуре и тренера по виду спорта. Формы организации педагогического процесса.  |     |    |   |    |   |    |                    |
| 77                                      | Педагогическое мастерство педагога по физической культуре (тренера по виду спорта). Факторы, влияющие на эффективность педагогической деятельности учителя физической культуры (тренера по виду спорта). | 20  | 2  | 0 | 6  | 0 | 12 | УО, К              |
| 78                                      | Педагогические технологии и инновации в физической культуре и спорте. Педагогическое творчество в физической культуре и спорте.  | 22  | 4  | 0 | 6  | 0 | 12 | УО, К              |
| 79                                      | Педагогический контроль в физической культуре и спорте. Этапы контроля на уроках физической культурой и тренировочных занятий. Нормы.  | 20  | 4  | 0 | 8  | 0 | 8  | УО, К              |
| Всего                                   |  | 108 | 16 | 0 | 32 | 0 | 60 |                    |
| Психология физической культуры и спорта |  |     |    |   |    |   |    |                    |
| 80                                      | Предмет психологии физического культуры и спорта. Познавательная и двигательная активность школьника во время занятий физическими упражнениями.  | 14  | 2  | 0 | 0  | 0 | 12 | Устный опрос, тест |
| 81                                      | Условия формирования   | 18  | 2  | 0 | 4  | 0 | 12 | Устный опрос, тест |



|                |   |     |    |   |    |   |    |                                    |
|----------------|---|-----|----|---|----|---|----|------------------------------------|
|                | авторитета учителя физической культуры и тренера. Условия формирования авторитета.              |     |    |   |    |   |    |                                    |
| 82             | Психическое напряжение в спортивной деятельности  | 18  | 2  | 0 | 4  | 0 | 12 | Устный опрос, практическое задание |
| 83             | Волевые усилия, применяемые в спорте  | 18  | 2  | 0 | 4  | 0 | 12 | Устный опрос, тест                 |
| 84             | Мотивация спортивной деятельности   | 20  | 2  | 0 | 6  | 0 | 12 | Устный опрос, практическое задание |
| 85             | Психорегуляция в спорте   | 20  | 2  | 0 | 6  | 0 | 12 | Устный опрос, практическое задание |
| Всего          |   | 108 | 12 | 0 | 24 | 0 | 72 |                                    |
| Подвижные игры |   |     |    |   |    |   |    |                                    |
| 86             | Понятие о подвижной игре. Классификация и значение подвижных игр. Характеристика подвижных игр. | 12  | 2  | 0 | 0  | 0 | 10 | Устный опрос                       |
| 87             | Основы организации подвижных игр. Требования к проведению подвижных игр.                        | 12  | 2  | 0 | 0  | 0 | 10 | Устный опрос                       |
| 88             | Особенности и методика проведения подвижных игр на уроках по физической культуре                | 21  | 3  | 0 | 8  | 0 | 10 | Устный опрос, практическое задание |
| 89             | Особенности и методика проведения подвижных игр во время учебно-тренировочных занятий.          | 21  | 3  | 0 | 8  | 0 | 10 | Устный опрос, практическое задание |
| 90             | Особенности и методика проведения подвижных игр в учреждениях дополнительного образования.      | 20  | 2  | 0 | 8  | 0 | 10 | Устный опрос, практическое задание |
| 91             | Особенности и методика проведения   | 22  | 4  | 0 | 8  | 0 | 10 | Устный опрос, практическое задание |

|                   |  |     |    |   |    |   |    |   |
|-------------------|--|-----|----|---|----|---|----|---|
|                   | подвижных игр в режиме дня различных образовательных учреждений и внешкольной деятельности.            |     |    |   |    |   |    | задание   |
| Всего             |  | 108 | 16 | 0 | 32 | 0 | 60 |   |
| Олимпийский спорт |  |     |    |   |    |   |    |   |
| 92                | Понятие об Олимпийском движении. Основные понятия дисциплины. История Олимпийских Игр в Древней Греции | 10  | 2  | 0 | 2  | 0 | 6  | Работа на семинарских занятиях, выполнение, выступление с презентациями, написание контрольной работы |
| 93                | История и современное состояние Международного Олимпийского комитета и Олимпийского комитета России.   | 10  | 2  | 0 | 2  | 0 | 6  | Работа на семинарских занятиях, выполнение, выступление с презентациями, написание контрольной работы |
| 94                | Международное движение Фейр плей.  | 10  | 2  | 0 | 2  | 0 | 6  | Работа на семинарских занятиях, выполнение, выступление с презентациями, написание контрольной работы |
| 95                | Программы и интересы МОК. Проблемы Международного Олимпийского движения.                               | 14  | 4  | 0 | 4  | 0 | 6  | Работа на семинарских занятиях, выполнение, выступление с презентациями, написание контрольной работы |
| 96                | Спорт и средства массовой информации.  | 10  | 2  | 0 | 2  | 0 | 6  | Работа на семинарских занятиях, выполнение, выступление с презентациями, написание контрольной работы |
| 97                | Олимпийские виды спорта. Социальный  | 18  | 4  | 0 | 4  | 0 | 10 | Работа на семинарских занятиях,   |

|                           |   |      |     |   |     |   |      |   |
|---------------------------|---|------|-----|---|-----|---|------|---|
|                           | эффект от проведения Олимпийских игр  |      |     |   |     |   |      | выполнение, выступление с презентациями, написание контрольной работы |
| Всего                     |   | 72   | 16  | 0 | 16  | 0 | 40   |   |
| Обработка данных в спорте |   |      |     |   |     |   |      |   |
| 98                        | Основы теории измерений в физической культуре и спорте. Группировка первичных данных. | 10   | 2   | 0 | 2   | 0 | 6    | Самостоятельная работа  |
| 99                        | Основные характеристики варьирующих объектов в физкультурно-спортивной деятельности.  | 18   | 2   | 0 | 6   | 0 | 10   | Компетентно-ориентированное задание                                   |
| 100                       | Выявление тенденций, закономерностей и критерия достоверности оценок.                 | 22   | 2   | 0 | 6   | 0 | 14   | Компетентно-ориентированное задание                                   |
| 101                       | Законы распределения, выборочный метод и оценка генеральных параметров.               | 18   | 2   | 0 | 6   | 0 | 10   | Компетентно-ориентированное задание                                   |
| 102                       | Дисперсионный анализ.   | 18   | 2   | 0 | 6   | 0 | 10   | Компетентно-ориентированное задание                                   |
| 103                       | Корреляционный и дисперсионный анализ   | 22   | 2   | 0 | 10  | 0 | 10   | Компетентно-ориентированное задание                                   |
| Всего                     |   | 108  | 12  | 0 | 36  | 0 | 60   |   |
| Всего по модулю           |   | 2088 | 360 | 0 | 578 | 0 | 1150 |   |

Заочная, часов на контроль: 126

| № п/п                       | Наименование раздела (темы)                  | Количество часов по учебному плану |                                |  |                                     |  | Самостоятельная работа | Формы текущего контроля успеваемости |
|-----------------------------|--|------------------------------------|--------------------------------|--|-------------------------------------|--|------------------------|--------------------------------------|
|                             |  | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |                                     |  |                        |                                      |
|                             |  |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и лабораторные занятия | В т.ч. в форме практической подготовки |                        |                                      |
| История физической культуры |  |                                    |                                |  |                                     |  |                        |                                      |
| 1                           | История физической культуры: предмет, задачи | 8                                  | 1                              | 0                                      | 2                                   | 0                                      | 5                      | УО, ИТ, Д, КРТ                       |

|   |   |    |   |   |   |   |    |          |
|---|---|----|---|---|---|---|----|----------|
|   | и место в жизни общества и личности.  |    |   |   |   |   |    |          |
| 2 | Физическая культура в первобытном и рабовладельческом обществе. Физическая культура в древнем мире, в средние века, в новое и новейшее время в зарубежных странах   | 30 | 2 | 0 | 2 | 0 | 26 | УО, Д, Т |
| 3 | Создание и развитие систем физической культуры в странах востока  | 19 | 1 | 0 | 2 | 0 | 16 | УО, Д, Т |
| 4 | Развитие физической культуры и спорта в России с древнейших времен до XX века   | 19 | 1 | 0 | 2 | 0 | 16 | УО, Д, Т |
| 5 | Создание и развитие в России системы физического образования и современного спорта в начале XX века. Становление и развитие советской системы физического воспитания и спорта. Физическая культура и спорт в Российской Федерации. Становление и развитие физической культуры и спорта в Республике Коми. | 30 | 2 | 0 | 2 | 0 | 26 | УО, Д, Т |
| 6 | Развитие международного спортивного движения. Возникновение и развитие международного олимпийского  | 29 | 1 | 0 | 2 | 0 | 26 | УО, Д, Т |

|   |  |     |    |   |    |   |     |              |
|---|--|-----|----|---|----|---|-----|--------------|
|   | движения.<br>Международное<br>рабочее<br>спортивное<br>движение.<br>международное<br>спортивное<br>движение<br>студентов в<br>области и<br>массовой и<br>оздоровительной<br>физической<br>культуры |     |    |   |    |   |     |              |
| Всего   |  | 135 | 8  | 0 | 12 | 0 | 115 |              |
| Теория и методика физической культуры         |  |     |    |   |    |   |     |              |
| 7   | Отечественная<br>система<br>физического<br>воспитания.   | 17  | 1  | 0 | 0  | 0 | 16  | Т, УО        |
| 8   | Средства и<br>методы<br>физического<br>воспитания.   | 44  | 4  | 0 | 2  | 0 | 38  | Т, УО        |
| 9   | Нагрузка и<br>отдых как<br>взаимосвязанные<br>компоненты.  | 28  | 2  | 0 | 2  | 0 | 24  | Т, УО        |
| 10  | Принципы<br>физического<br>воспитания.   | 28  | 1  | 0 | 4  | 0 | 23  | Т, УО        |
| 11  | Основы<br>обучения<br>двигательным<br>действиям и<br>развития<br>физических<br>качеств.  | 48  | 2  | 0 | 6  | 0 | 40  | Т, УО        |
| 12  | Структура<br>занятия как<br>относительно<br>завершенного<br>целостного звена<br>процесса<br>физического<br>воспитания.   | 38  | 2  | 0 | 6  | 0 | 30  | Т, УО        |
| Всего   |  | 203 | 12 | 0 | 20 | 0 | 171 |              |
| Подготовка спортсмена как многолетний процесс |  |     |    |   |    |   |     |              |
| 13  | Современное<br>состояние и<br>тенденции<br>развития спорта   | 15  | 1  | 0 | 0  | 0 | 14  | Т, УО или ПО |
| 14  | Структура<br>процесса<br>многолетнего<br>спортивного<br>совершенствова<br>ния. Основные<br>методические<br>положения<br>подготовки<br>спортсменов.   | 29  | 1  | 0 | 2  | 0 | 26  | Т, УО или ПО |

|   |   |     |    |   |    |   |     |                      |
|---|---|-----|----|---|----|---|-----|----------------------|
| 15  | Динамики тренировочных и соревновательных нагрузок на различных этапах многолетней подготовки спортсменов.  | 23  | 1  | 0 | 2  | 0 | 20  | Т, УО или ПО         |
| 16  | Спортивный отбор и ориентация в процессе многолетней подготовки спортсменов. Прогнозирование в спорте. Учет в спорте.                               | 31  | 3  | 0 | 2  | 0 | 26  | Т, УО или ПО         |
| 17  | Соревнования и подготовка в условиях высоких и низких температур. Особенности тренировки спортсменов и их участия в соревнованиях в горных условиях | 22  | 2  | 0 | 0  | 0 | 20  | Т, УО или ПО         |
| 18  | Система средств восстановления и стимуляции работоспособности в спорте. Проблемы допинга в спорте.  | 15  | 2  | 0 | 0  | 0 | 13  | Т, УО или ПО         |
| Всего   |   | 135 | 10 | 0 | 6  | 0 | 119 |                      |
| Научно-методическая деятельность в физической культуре и спорте |   |     |    |   |    |   |     |                      |
| 19  | Введение в основы научно-методической деятельности  | 18  | 0  | 0 | 2  | 0 | 16  | Устный опрос         |
| 20  | Форма и содержание курсовой или выпускной квалификационной работы   | 22  | 0  | 0 | 2  | 0 | 20  | Устный опрос         |
| 21  | Подготовка к исследованию   | 34  | 0  | 0 | 4  | 0 | 30  | Практическое задание |
| 22  | Проведение исследования   | 30  | 0  | 0 | 4  | 0 | 26  | Практическое задание |
| 23  | Оформление научной работы   | 36  | 0  | 0 | 6  | 0 | 30  | Практическое задание |
| Всего   |   | 140 | 0  | 0 | 18 | 0 | 122 |                      |
| Спортивная метрология   |   |     |    |   |    |   |     |                      |
| 24  | Введение в спортивную   | 9   | 1  | 0 | 0  | 0 | 8   | УО, ПО, Тест         |

|   |  |     |   |   |    |   |    |              |
|---|--|-----|---|---|----|---|----|--------------|
|   | метрологию. Спортивная тренировка как процесс управления                                       |     |   |   |    |   |    |              |
| 25  | Основы теории измерений (шкалы измерений, единицы измерений, точность измерений)               | 13  | 1 | 0 | 2  | 0 | 10 | УО, ПО, Тест |
| 26  | Основы теории тестов. Основы теории оценок   | 19  | 1 | 0 | 4  | 0 | 14 | УО, ПО, Тест |
| 27  | Количественная оценка качественных показателей   | 19  | 1 | 0 | 4  | 0 | 14 | УО, ПО, Тест |
| 28  | Инструментальные методы контроля за состоянием спортсмена.                                     | 16  | 0 | 0 | 2  | 0 | 14 | УО, ПО, Тест |
| 29  | Метрологическое обеспечение измерений в физической культуре и спорте                           | 28  | 0 | 0 | 2  | 0 | 26 | УО, ПО, Тест |
| Всего   |  | 104 | 4 | 0 | 14 | 0 | 86 |              |
| <b>Соревновательная деятельность и системы соревнований</b> |  |     |   |   |    |   |    |              |
| 30  | Соревнование и соревновательная деятельность и их многообразие. Спорт как социальное явление   | 12  | 1 | 0 | 0  | 0 | 11 | УО, ПО, Тест |
| 31  | Структура соревновательной деятельности. Техника и тактика соревновательной деятельности       | 30  | 2 | 0 | 2  | 0 | 26 | УО, ПО, Тест |
| 32  | Законодательные основы соревновательной деятельности   | 28  | 0 | 0 | 2  | 0 | 26 | УО, ПО, Тест |
| 33  | Результаты соревновательной деятельности. Контроль эффективности соревновательной деятельности | 34  | 2 | 0 | 2  | 0 | 30 | УО, ПО, Тест |
| 34  | Классификация видов соревновательно  | 31  | 1 | 0 | 2  | 0 | 28 | УО, ПО, Тест |

|   |  |     |    |   |    |   |     |              |
|---|--|-----|----|---|----|---|-----|--------------|
|   | й деятельности и соревнований  |     |    |   |    |   |     |              |
| Всего   |  | 135 | 6  | 0 | 8  | 0 | 121 |              |
| Теория и методика избранного вида спорта                    |  |     |    |   |    |   |     |              |
| 35  | Феномен спортивного движения в мире  | 15  | 1  | 0 | 0  | 0 | 14  | УО, ПО, Тест |
| 36  | Средства спортивной тренировки   | 20  | 1  | 0 | 1  | 0 | 18  | УО, ПО, Тест |
| 37  | Методы спортивной подготовки   | 20  | 1  | 0 | 1  | 0 | 18  | УО, ПО, Тест |
| 38  | Принципы, стороны и разделы спортивной подготовки. Физические качества спортсмена.       | 23  | 2  | 0 | 1  | 0 | 20  | УО, ПО, Тест |
| 39  | Структура спортивной тренировки. Подготовка спортсмена как многолетний процесс.          | 27  | 2  | 0 | 1  | 0 | 24  | УО, ПО, Тест |
| 40  | Многолетний процесс спортивного совершенствования. Спортивный отбор и ориентация         | 30  | 3  | 0 | 2  | 0 | 25  | УО, ПО, Тест |
| Всего   |  | 135 | 10 | 0 | 6  | 0 | 119 |              |
| Спецсеминар дипломников                                     |  |     |    |   |    |   |     |              |
| 41  | Структура и содержание бакалаврской выпускной квалификационной работы                    | 36  | 0  | 0 | 2  | 0 | 34  | УО, ПО, Тест |
| 42  | Подготовка к исследованию  | 44  | 0  | 0 | 10 | 0 | 34  | УО, ПО, Тест |
| 43  | Проведение исследования  | 42  | 0  | 0 | 8  | 0 | 34  | УО, ПО, Тест |
| 44  | Оформление бакалаврской выпускной квалификационной работы. Подготовка к процедуре защиты | 54  | 0  | 0 | 6  | 0 | 48  | УО, ПО, Тест |
| Всего   |  | 176 | 0  | 0 | 26 | 0 | 150 |              |
| Содержание и виды физкультурно-оздоровительной деятельности |  |     |    |   |    |   |     |              |
| 45  | Введение. Общие представления о  | 24  | 1  | 0 | 0  | 0 | 23  | ИТ           |



|   |  |     |   |   |   |   |     |                            |
|---|--|-----|---|---|---|---|-----|----------------------------|
|   | ФОТ  |     |   |   |   |   |     |                            |
| 46  | Учет возрастно-половых особенностей при занятиях и разработке ФОД  | 33  | 1 | 0 | 2 | 0 | 30  | ИТ                         |
| 47  | Разновидности ФОТ (аэробика, стретчинг и пр.)  | 40  | 2 | 0 | 4 | 0 | 34  | ИТ, Т, Тб, Д, К            |
| 48  | Использование средств восстановления в ФОД   | 38  | 2 | 0 | 2 | 0 | 34  | Тб, Д, В, КР               |
| Всего   |  | 135 | 6 | 0 | 8 | 0 | 121 |                            |
| Антидопинговое обеспечение физкультурно-спортивной деятельности |  |     |   |   |   |   |     |                            |
| 49  | История допинг-контроля и борьба с ним. Структура антидопингового обеспечения в мире и в России.                           | 11  | 1 | 0 | 0 | 0 | 10  | устный опрос               |
| 50  | Нормативно-правовое регулирование антидопингового обеспечения спорта. Распространенность допинга в различных видах спорта. | 15  | 1 | 0 | 2 | 0 | 12  | устный опрос               |
| 51  | Запрещенные в спорте вещества и методы. Вред допинга здоровью человека.  | 21  | 1 | 0 | 2 | 0 | 18  | устный опрос               |
| 52  | Разрешение на терапевтическое использование запрещенных веществ и методов.   | 17  | 1 | 0 | 0 | 0 | 16  | устный опрос               |
| 53  | Допинг-контроль. Организация допинг-контроля.  | 21  | 1 | 0 | 2 | 0 | 18  | тестирование               |
| 54  | Биологический паспорт спортсмена и система АДАМС.  | 19  | 1 | 0 | 2 | 0 | 16  | устный опрос               |
| Всего   |  | 104 | 6 | 0 | 8 | 0 | 90  |                            |
| Менеджмент физической культуры и спорта                         |  |     |   |   |   |   |     |                            |
| 55  | Нормативно-управленческие основы развития физической культуры и спорта на  | 22  | 2 | 0 | 0 | 0 | 20  | УО, ПО, Конспекты, Доклады |

|   |  |     |    |   |   |   |     |              |
|---|--|-----|----|---|---|---|-----|--------------|
|   | международном, региональном и национальном уровнях.  |     |    |   |   |   |     |              |
| 56  | Управленческие основы деятельности международных физкультурно-спортивных организаций.  | 13  | 2  | 0 | 0 | 0 | 11  | УО           |
| 57  | Система законодательства Российской Федерации о физической культуре и спорте.  | 33  | 2  | 0 | 1 | 0 | 30  | ПО           |
| 58  | Система законодательства субъектов Российской Федерации о физической культуре и спорте.  | 23  | 2  | 0 | 1 | 0 | 20  | УО           |
| 59  | Правовое регулирование создания и организации деятельности коммерческих и некоммерческих физкультурно-спортивных организаций.  | 22  | 1  | 0 | 1 | 0 | 20  | ПО           |
| 60  | Лицензирование в сфере физической культуры и спорта. Правовое регулирование отдельных аспектов спортивной деятельности. Договорные отношения в сфере физической культуры и спорта. | 22  | 1  | 0 | 1 | 0 | 20  | УО           |
| Всего   |  | 135 | 10 | 0 | 4 | 0 | 121 |              |
| Теория и организация адаптивной физической культуры |  |     |    |   |   |   |     |              |
| 61  | Понятие инвалидности. Категории и группы инвалидности. Психолого-педагогические  | 20  | 1  | 0 | 0 | 0 | 19  | УО, ПО, Тест |

|   |   |     |   |   |   |   |     |              |
|---|---|-----|---|---|---|---|-----|--------------|
|   | особенности работы с инвалидами. Общая характеристика адаптивной физической культуры и ее основные виды.                        |     |   |   |   |   |     |              |
| 62  | АФК в работе с лицами, имеющими повреждения ОДА.  | 21  | 1 | 0 | 2 | 0 | 18  | УО, ПО, Тест |
| 63  | АФК в работе с лицами, имеющими нарушения интеллекта.   | 25  | 1 | 0 | 2 | 0 | 22  | УО, ПО, Тест |
| 64  | АФК в работе с лицами, имеющими сенсорно-речевые нарушения.   | 25  | 1 | 0 | 2 | 0 | 22  | УО, ПО, Тест |
| 65  | АФК в работе с лицами, имеющими инвалидность по общему заболеванию.   | 23  | 1 | 0 | 2 | 0 | 20  | УО, ПО, Тест |
| 66  | Адаптивный спорт. Организация соревнований по видам спорта для инвалидов.   | 21  | 1 | 0 | 0 | 0 | 20  | УО, ПО, Тест |
| Всего   |   | 135 | 6 | 0 | 8 | 0 | 121 |              |
| Теория и организация лечебной физической культуры |   |     |   |   |   |   |     |              |
| 67  | Введение. Общие основы ЛФК. Теория и организация лечебной физической культуры   | 15  | 1 | 0 | 0 | 0 | 14  | УО, ПО, Тест |
| 68  | Лечебная физическая культура при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата, дефектах осанки, сколиозе и плоскостопии | 15  | 1 | 0 | 0 | 0 | 14  | УО, ПО, Тест |
| 69  | Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-   | 21  | 1 | 0 | 2 | 0 | 18  | УО, ПО, Тест |

|   |  |     |   |   |   |   |     |              |
|---|--|-----|---|---|---|---|-----|--------------|
|   | сосудистой системы   |     |   |   |   |   |     |              |
| 70                                      | Лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания  | 21  | 1 | 0 | 2 | 0 | 18  | УО, ПО, Тест |
| 71                                      | Лечебная физическая культура при заболеваниях органов пищеварения и обмена веществ   | 21  | 1 | 0 | 2 | 0 | 18  | УО, ПО, Тест |
| 72                                      | Лечебная физическая культура при заболеваниях почек и мочевыводящих путей  | 21  | 1 | 0 | 2 | 0 | 18  | УО, ПО, Тест |
| 73                                      | Лечебная физическая культура при заболеваниях нервной системы  | 21  | 0 | 0 | 0 | 0 | 21  | УО, ПО, Тест |
| Всего                                   |  | 135 | 6 | 0 | 8 | 0 | 121 |              |
| Педагогика физической культуры и спорта |  |     |   |   |   |   |     |              |
| 74                                      | Педагогика как область знаний о воспитании людей. Сущность педагогики физической культуры и спорта. Понятие педагогики и ее содержание. Место педагогики физической культуры и спорта.   | 11  | 1 | 0 | 0 | 0 | 10  | УО, Т, Д     |
| 75                                      | Профессионально-педагогическая деятельность педагога по физической культуре и тренера по виду спорта. Структура педагогической и тренерской деятельности в физической культуре и спорте. | 17  | 1 | 0 | 2 | 0 | 14  | УО, К        |
| 76                                      | Средства и методы деятельности   | 19  | 1 | 0 | 2 | 0 | 16  | УО, К        |

|   |  |     |   |   |    |   |    |                    |
|---|--|-----|---|---|----|---|----|--------------------|
|   | педагога по физической культуре и тренера по виду спорта. Формы организации педагогического процесса.  |     |   |   |    |   |    |                    |
| 77                                      | Педагогическое мастерство педагога по физической культуре (тренера по виду спорта). Факторы, влияющие на эффективность педагогической деятельности учителя физической культуры (тренера по виду спорта). | 19  | 1 | 0 | 2  | 0 | 16 | УО, К              |
| 78                                      | Педагогические технологии и инновации в физической культуре и спорте. Педагогическое творчество в физической культуре и спорте.  | 20  | 2 | 0 | 2  | 0 | 16 | УО, К              |
| 79                                      | Педагогический контроль в физической культуре и спорте. Этапы контроля на уроках физической культурой и тренировочных занятий. Нормы.  | 18  | 2 | 0 | 2  | 0 | 14 | УО, К              |
| Всего                                   |  | 104 | 8 | 0 | 10 | 0 | 86 |                    |
| Психология физической культуры и спорта |  |     |   |   |    |   |    |                    |
| 80                                      | Предмет психологии физического культуры и спорта. Познавательная и двигательная активность школьника во время занятий физическими упражнениями.  | 15  | 1 | 0 | 0  | 0 | 14 | Устный опрос, тест |
| 81                                      | Условия  | 17  | 1 | 0 | 2  | 0 | 14 | Устный             |

|                |   |     |   |   |    |   |    |                                    |
|----------------|---|-----|---|---|----|---|----|------------------------------------|
|                | формирования авторитета учителя физической культуры и тренера. Условия формирования авторитета. |     |   |   |    |   |    | опрос, тест                        |
| 82             | Психическое напряжение в спортивной деятельности  | 17  | 1 | 0 | 2  | 0 | 14 | Устный опрос, практическое задание |
| 83             | Волевые усилия, применяемые в спорте  | 17  | 1 | 0 | 2  | 0 | 14 | Устный опрос, тест                 |
| 84             | Мотивация спортивной деятельности   | 18  | 2 | 0 | 2  | 0 | 14 | Устный опрос, практическое задание |
| 85             | Психорегуляция в спорте   | 20  | 2 | 0 | 2  | 0 | 16 | Устный опрос, практическое задание |
| Всего          |   | 104 | 8 | 0 | 10 | 0 | 86 |                                    |
| Подвижные игры |   |     |   |   |    |   |    |                                    |
| 86             | Понятие о подвижной игре. Классификация и значение подвижных игр. Характеристика подвижных игр. | 21  | 1 | 0 | 0  | 0 | 20 | Устный опрос                       |
| 87             | Основы организации подвижных игр. Требования к проведению подвижных игр.                        | 21  | 1 | 0 | 0  | 0 | 20 | Устный опрос                       |
| 88             | Особенности и методика проведения подвижных игр на уроках по физической культуре                | 23  | 1 | 0 | 2  | 0 | 20 | Устный опрос, практическое задание |
| 89             | Особенности и методика проведения подвижных игр во время учебно-тренировочных занятий.          | 23  | 1 | 0 | 2  | 0 | 20 | Устный опрос, практическое задание |
| 90             | Особенности и методика проведения подвижных игр в учреждениях дополнительного образования.      | 22  | 0 | 0 | 2  | 0 | 20 | Устный опрос, практическое задание |
| 91             | Особенности и методика  | 25  | 0 | 0 | 2  | 0 | 23 | Устный опрос,                      |

|                   |  |     |   |   |   |   |     |  |
|-------------------|--|-----|---|---|---|---|-----|--|
|                   | проведения подвижных игр в режиме дня различных образовательных учреждений и внешкольной деятельности. |     |   |   |   |   |     | практическое задание   |
| Всего             |  | 135 | 4 | 0 | 8 | 0 | 123 |  |
| Олимпийский спорт |  |     |   |   |   |   |     |  |
| 92                | Понятие об Олимпийском движении. Основные понятия дисциплины. История Олимпийских Игр в Древней Греции | 9   | 1 | 0 | 0 | 0 | 8   | Работа на семинарских занятиях, выполнение, выступление с презентациями, написание контрольной работ |
| 93                | История и современное состояние Международного Олимпийского комитета и Олимпийского комитета России.   | 10  | 1 | 0 | 1 | 0 | 8   | Работа на семинарских занятиях, выполнение, выступление с презентациями, написание контрольной работ |
| 94                | Международное движение Фейр плей.  | 9   | 0 | 0 | 1 | 0 | 8   | Работа на семинарских занятиях, выполнение, выступление с презентациями, написание контрольной работ |
| 95                | Программы и интересы МОК. Проблемы Международного Олимпийского движения.                               | 14  | 2 | 0 | 2 | 0 | 10  | Работа на семинарских занятиях, выполнение, выступление с презентациями, написание контрольной работ |
| 96                | Спорт и средства массовой информации.  | 10  | 1 | 0 | 1 | 0 | 8   | Работа на семинарских занятиях, выполнение, выступление с презентациями, написание контрольной работ |
| 97                | Олимпийские виды спорта.   | 16  | 1 | 0 | 1 | 0 | 14  | Работа на семинарских  |

|                           |   |      |     |   |     |   |      |  |
|---------------------------|---|------|-----|---|-----|---|------|--|
|                           | Социальный эффект от проведения Олимпийских игр                                       |      |     |   |     |   |      | занятиях, выполнение, выступление с презентациями, написание контрольной работ |
| Всего                     |   | 68   | 6   | 0 | 6   | 0 | 56   |  |
| Обработка данных в спорте |   |      |     |   |     |   |      |  |
| 98                        | Основы теории измерений в физической культуре и спорте. Группировка первичных данных. | 11   | 1   | 0 | 0   | 0 | 10   | Самостоятельная работа   |
| 99                        | Основные характеристики варьирующих объектов в физкультурно-спортивной деятельности.  | 15   | 1   | 0 | 0   | 0 | 14   | Компетентно-ориентированное задание  |
| 100                       | Выявление тенденций, закономерностей и критерия достоверности оценок.                 | 17   | 1   | 0 | 2   | 0 | 14   | Компетентно-ориентированное задание  |
| 101                       | Законы распределения, выборочный метод и оценка генеральных параметров.               | 15   | 0   | 0 | 1   | 0 | 14   | Компетентно-ориентированное задание  |
| 102                       | Дисперсионный анализ.   | 15   | 0   | 0 | 1   | 0 | 14   | Компетентно-ориентированное задание  |
| 103                       | Корреляционный и дисперсионный анализ   | 31   | 1   | 0 | 2   | 0 | 28   | Компетентно-ориентированное задание  |
| Всего                     |   | 104  | 4   | 0 | 6   | 0 | 94   |  |
| Всего по модулю           |   | 2322 | 114 | 0 | 186 | 0 | 2022 |  |

### **5. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

Оценочные материалы представлены в виде фонда оценочных средств по дисциплине (модулю) в приложении к рабочей программе.

### **6. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины (модуля)**

#### **6.1. Основная литература**



Берговина М.Л. Лечебная физическая культура [Электронный ресурс] : Практикум / М. Л. Берговина, М. И. Бочаров. - Сыктывкар : Изд-во СГУ им. Питирима Сорокина, 2015. - 218 с. URL:<http://e-library.syktu.ru/megapro/Download/MObject/139/978-5-87661-321-9> Берговина М.Л., Бочаров М.И. Лечебная физическая культура. Практикум. 2015.pdf

Спортивная биохимия с основами спортивной фармакологии : учебное пособие для вузов / Л. В. Капилевич, Е. Ю. Дьякова, Е. В. Кошельская, В. И. Андреев. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 151 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11890-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/bcode/451495>

Берговина М.Л. Лечебно-оздоровительное плавание [Электронный ресурс] : Учебное пособие / М. Л. Берговина. - Сыктывкар : Изд-во СГУ им. Питирима Сорокина, 2016. - 74 с. URL:<http://e-library.syktu.ru/megapro/Download/MObject/41/978-5-87661-422-3> Берговина М.Л. Лечебно-оздоровительное плавание. Учебное пособие.pdf

Руководство по классическому, детскому и спортивному массажу [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / сост. М. Л. Берговина. - Сыктывкар : Изд-во СГУ им. Питирима Сорокина, 2017. - 58 с. URL:[http://e-library.syktu.ru/megapro/Download/MObject/605/Берговина М.Л. Руководство по классическому, детскому и спортивному массажу.pdf](http://e-library.syktu.ru/megapro/Download/MObject/605/Берговина_М.Л._Руководство_по_классическому,_детскому_и_спортивному_массажу.pdf)

Зеновский Е.В. Теория и методика физической культуры (планирование, контроль и анализ) [Электронный ресурс] : Учебное пособие-практикум / Е. В. Зеновский. - Сыктывкар : Изд-во СГУ им. Питирима Сорокина, 2015. - 124 с. URL:[http://e-library.syktu.ru/megapro/Download/MObject/197/Зеновский Е.В. Теория и методика физической культуры \(планирование, контроль и анализ\). Учебное пособие-практикум.pdf](http://e-library.syktu.ru/megapro/Download/MObject/197/Зеновский_Е.В._Теория_и_методика_физической_культуры_(планирование,_контроль_и_анализ)._Учебное_пособие-практикум.pdf)

Оздоровительный фитнес в физическом воспитании [Электронный ресурс] : Учебное пособие / сост. Н.Л. Сатосова, Е.А. Дудникова. - Сыктывкар : Изд-во СГУ им. Питирима Сорокина, 2017. - 64 с. URL:[http://e-library.syktu.ru/megapro/Download/MObject/571/Сатосова Н.Л., Дудникова Е.А. Оздоровительный фитнес в физическом воспитании.pdf](http://e-library.syktu.ru/megapro/Download/MObject/571/Сатосова_Н.Л.,_Дудникова_Е.А._Оздоровительный_фитнес_в_физическом_воспитании.pdf)

Теория и методика преподавания оздоровительной аэробики [Электронный ресурс] : Учебное пособие / сост.: Е.А. Дудникова, Н.Л. Сатосова. - Сыктывкар : Изд-во СГУ им. Питирима Сорокина, 2017. - 64 с. URL:[http://e-library.syktu.ru/megapro/Download/MObject/571/Сатосова Н.Л., Дудникова Е.А. Теория и методика преподавания оздоровительной аэробики.pdf](http://e-library.syktu.ru/megapro/Download/MObject/571/Сатосова_Н.Л.,_Дудникова_Е.А._Теория_и_методика_преподавания_оздоровительной_аэробики.pdf)

[library.syktu.ru/megapro/Download/MObject/566/Дудникова Е.А., Сатосова Н.Л. Теория и методика преподавания оздоровительной аэробики.pdf](http://library.syktu.ru/megapro/Download/MObject/566/Дудникова_Е.А.,_Сатосова_Н.Л._Теория_и_методика_преподавания_оздоровительной_аэробики.pdf)

Основы спортивной биохимии [Электронный ресурс] : учебное пособие / сост. Н.А. Мартынов. - Сыктывкар : Изд-во СГУ им. Питирима Сорокина, 2019. - 76 с. URL:[http://e-library.syktu.ru/megapro/Download/MObject/656/Мартынов Н.А. Основы спортивной биохимии.pdf](http://e-library.syktu.ru/megapro/Download/MObject/656/Мартынов_Н.А._Основы_спортивной_биохимии.pdf)

Атлетическая гимнастика как средство физического воспитания в вузе [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / сост. Н.А. Мартынов. - Сыктывкар : Изд-во СГУ им. Питирима Сорокина, 2018. - 56 с. URL:[http://e-library.syktu.ru/megapro/Download/MObject/630/Мартынов Н.А. Атлетическая гимнастика как средство физического воспитания в вузе.pdf](http://e-library.syktu.ru/megapro/Download/MObject/630/Мартынов_Н.А._Атлетическая_гимнастика_как_средство_физического_воспитания_в_вузе.pdf)

Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник : [12+] / авт.-сост. О. Э. Евсеева, С. П. Евсеев ; под общ. ред. С. П. Евсеева. – Москва : Спорт, 2016. – 385 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461367>

Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник : [12+] / С. П. Евсеев. – Москва : Спорт, 2016. – 616 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=454238](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=454238)

Бегидова, Т. П. Основы адаптивной физической культуры : учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 191 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07190-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/book/osnovy-adaptivnoy-fizicheskoy-kultury-454085#page/1>

С получением библиографического описания возникла проблема, URL:<https://e.lanbook.com/book/97501>

С получением библиографического описания возникла проблема, URL:<https://e.lanbook.com/book/96828>

С получением библиографического описания возникла проблема, URL:<https://e.lanbook.com/book/96827>

С получением библиографического описания возникла проблема, URL:<https://e.lanbook.com/book/134599>

Андрянова, Е. Ю. Профилактика допинга в спорте : учебное пособие для вузов / Е. Ю. Андрянова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. —

134 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12572-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/book/profilaktika-dopinga-v-sporte-476691>

С получением библиографического описания возникла проблема, URL:<https://urait.ru/search?words=>

Губа, В. П. Методы математической обработки результатов спортивно-педагогических исследований : учебно-методическое пособие / В. П. Губа, В. В. Пресняков. — Москва : Человек, 2015. — 289 с. : схем., табл., ил. — Режим доступа: по подписке. — URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=461406](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=461406)

Олимпийское образование : история и развитие Международного олимпийского движения : учебное пособие : [16+] / авт.-сост. О. В. Горбатых ; Северо-Кавказский федеральный университет. — 2-е изд., доп. — Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2014. — 124 с. : ил. — Режим доступа: по подписке. — URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=457483](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=457483)

Мельникова, Н. Ю. История физической культуры и спорта : учебник : [12+] / Н. Ю. Мельникова, А. В. Трескин. — 2-е изд. — Москва : Спорт, 2017. — 432 с. — Режим доступа: по подписке. — URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=475389](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=475389)

Психология физической культуры : учебник : [12+] / под общ. ред. Б. П. Яковлева, Г. Д. Бабушкина. — Москва : Спорт, 2016. — 624 с. : ил. — Режим доступа: по подписке. — URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=454255](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=454255)

Подвижные игры : учебное пособие : [16+] / О. С. Шалаев, В. Ф. Мишенькина, Ю. Н. Эртман, Е. Ю. Ковыршина ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. — 159 с. : табл., ил. — Режим доступа: по подписке. — URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=573661](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=573661)

Подвижные игры : учебное пособие : [16+] / В. Ф. Мишенькина, О. С. Шалаев, Т. А. Колупаева, В. Ф. Кириченко ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики спортивных игр. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2004. — 92 с. : схем., ил. — Режим доступа: по подписке. — URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=274873](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=274873)

Ямалетдинова, Г. А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций : учебное пособие / Г. А. Ямалетдинова ; науч. ред. И. В. Ермаков ; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б. Н. Ельцина. — Екатеринбург :

Издательство Уральского университета, 2014. – 246 с. : ил. – Режим доступа: по подписке.  
– URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=276568](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=276568)

Костихина, Н. М. Педагогика физической культуры : учебник / Н. ;М. ;Костихина, О. ;Ю. ;Гаврикова ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – 2-е изд. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2015. – 296 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=429371](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=429371)

## 6.2.Дополнительная литература

Семянникова, В. В. Организационно-методические основы подвижных игр : учебное пособие / В. ;В. ;Семянникова ; Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина. – Елец : Елецкий государственный университет им. И. А. Бунина, 2011. – 96 с. – Режим доступа: по подписке. – URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=272302](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=272302)

Минникаева, Н. В. Теория и методика физической культуры : избранные лекции : учебное пособие : [16+] / Н. ;В. ;Минникаева, С. ;В. ;Шабашева ; Кемеровский государственный университет. – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2016. – 144 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=481577](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=481577)

## 6.3.Периодические издания и реферативные базы данных

ИБИС : универсальные базы электронных периодических изданий : сайт / ООО «ИБИС». – URL: <https://dlib.eastview.com> . – Режим доступа: для авториз. пользователей.

eLIBRARY.RU : научная электронная библиотека : информационно-аналитический портал / ООО «Научная электронная библиотека». – URL: <https://elibrary.ru> . – Режим доступа: для зарегистр. пользователей., Scopus : реферативная база данных публикаций : сайт / Elsevier B.V. – URL: <https://www.scopus.com> . – Режим доступа: для зарегистр. пользователей., Web of Science : реферативная база данных публикаций : сайт / Clarivate Analytics. – URL: <http://apps.webofknowledge.com> . – Режим доступа: для зарегистр. пользователей.

## 6.4. Электронно-библиотечные системы

ЮРАЙТ : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ». - URL:<https://urait.ru/>. Режим доступа: для авториз.пользователей

– Университетская библиотека онлайн : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «НексМедиа». – URL:<https://biblioclub.ru>. – Режим доступа: для авториз. пользователей.

– Лань : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Издательство ЛАНЬ». – URL:<https://e.lanbook.com>. – Режим доступа: для авториз. пользователей.

#### 6.5. Современные профессиональные базы данных

<http://vniifk.ru/>- Федеральный научный центр физической культуры и спорта;

<https://www.minsport.gov.ru/> - Министерство спорта Российской Федерации;

<https://olympic.ru/> - Олимпийский комитет России;

<http://sport.rkomi.ru/>- Министерство физической культуры и спорта Республики Коми;

<https://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/fiz-ra-park/4384/> - Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «готов к труду и обороне» (ГТО);

<http://www.rfbr.ru/rffi/ru> - Российский фонд фундаментальных исследований (профессиональная база данных);

<https://elibrary.ru/>– национальная библиографическая база данных научного цитирования (профессиональная база данных)

<https://paralymp.ru/> - Паралимпийский комитет России;

<https://fgos.ru/> - Федеральные государственные образовательные стандарты;

<http://www.infosport.ru/press/fkvot> – Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Ежеквартальный научно методический журнал Российской Академии Образования;

<https://www.minsport.gov.ru/sport/podgotovka/82/5502/> - Федеральные стандарты спортивной подготовки; <https://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/fiz-ra-park/4384/> - Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «готов к труду и обороне» (ГТО);

<https://www.sportedu.ru/>- Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК);

<https://paralymp.ru/> - Паралимпийский комитет России.

<https://rusada.ru/> - Российское антидопинговое агентство;

<https://www.scopus.com/>– крупнейшая в мире единая реферативная база данных (профессиональная база данных).

<https://www.scopus.com/>– крупнейшая в мире единая реферативная база данных (профессиональная база данных)

<http://www.teoriya.ru/ru/taxonomy/term/2-> Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Ежеквартальный научно-методический журнал Российской Академии Образования;

<http://medstatistic.ru/calculators.html> – онлайн калькуляторы для расчета статистических критериев;

[www.pubmed.com](http://www.pubmed.com) – англоязычная текстовая база данных медицинских и биологических публикаций (профессиональная база данных).

<https://elibrary.ru/> – национальная библиографическая база данных научного цитирования (профессиональная база данных)

<https://olympic.ru/> - Олимпийский комитет России; <https://paralymp.ru/> - Паралимпийский комитет России.

#### 6.6. Информационные справочные системы

– Справочно-правовая информационная система Консультант Плюс  
<http://www.consultant.ru/>

### **7. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

В университете образовательная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется на основе образовательных программ, адаптированных, при необходимости, для обучения указанных лиц, с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

В университет созданы специальные условия для получения образования по образовательным программам обучающимися с ограниченными возможностями здоровья, которые включают в себя использование специальных методов обучения и воспитания, печатные и (или) электронные образовательные ресурсы в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья, специальные технические средства обучения, предоставление услуг ассистента (при необходимости), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, обеспечение доступа в здания университета.

Утверждена в составе Основной  
профессиональной образовательной  
программы высшего образования

**Рабочая программа дисциплины (модуля)**

**Модуль "Психолого-педагогический"**

Направление подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) программы

Физкультурно-спортивная деятельность

Квалификация бакалавр

Формы обучения Очная, Заочная

## **1. Цель и задачи учебной дисциплины (модуля)**

Цель учебной дисциплины (модуля) «Модуль "Психолого-педагогический"» состоит в

- формирование у обучающихся углубленных профессиональных знаний в области педагогики и психологии, необходимых при реализации исследовательских проектов и осуществления профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины (модуля):

- сформировать систему представлений о педагогике и психологии, как науках и практиках;

- актуализировать и закрепить интерес к педагогической деятельности, раскрыть ее гуманистическую и культурологическую сущность;

- сформировать систему знаний о теории и практике обучения и воспитания;

- сформировать умения и навыки самообразования в области воспитания;

- сформировать знания об особенностях и закономерностях формирования, развития и функционирования психики;

- ознакомить с общетеоретическими проблемами общей, возрастной, социальной и педагогической психологии;

- сформировать знания о движущих силах и источниках психического развития человека на различных возрастных этапах;

- конкретизировать знания о современных условиях развития личности ребенка и взрослого человека во взаимосвязи с окружающим миром.

## **2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО**

Изучение дисциплины (модуля) осуществляется на основе результатов обучения по следующим дисциплинам (модулям):

- дисциплинам, изученным на предыдущем уровне получения образования.

Результаты обучения по дисциплине (модулю) лежат в основе освоения следующих дисциплин (модулей), практик:

- педагогика и психология физической культуры и пр.

- учебная (педагогическая практика) и производственная (профессионально-ориентированная практика). Последовательность изучения дисциплин модуля при освоении ОПОП по направлению подготовки предполагает порядок, при соблюдении которого каждая ранее изученная дисциплина является базисной основой дисциплин, изучаемых на последующих курсах.

## **3. Планируемые результаты обучения по дисциплине(модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы**



| Содержание и шифр компетенции  | Планируемые результаты обучения  |  |   |
|--|--|--|---|
|  | Знать  | Уметь  | Владеть   |
| ОПК-3 Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке   | основные требования к проведению занятий и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности. | планировать содержание занятий и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности. | занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности. |
| ОПК-5 Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения   | основными теоретическими знаниями о социально-значимых качествах личности и мерах профилактики негативного социального поведения.  | применять методы воспитания социально-значимых личностных качеств, профилактики негативного социального поведения.   | опыт воспитания у занимающихся социально-значимых личностных качеств, проведения профилактики негативного социального поведения.              |
| ОПК-6 Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни  | мотивационно-ценностные ориентации обучающихся и способы формирования установок на ведение здорового образа жизни  | применять средства и методы формирования мотивационно-ценностной ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.   | опыт формирования мотивационно-ценностной ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.   |
| ПК-1 Способен обеспечивать уровень подготовленности занимающихся, соответствующий требованиям федеральных государственных образовательных стандартов, формировать знания, двигательные умения и навыки, а также достаточный уровень физической подготовленности учащихся для сохранения и укрепления их здоровья и трудовой деятельности | основные составляющие педагогической и воспитательной деятельности   | навыками планирования образовательной и воспитательной деятельности с учетом всех требований к организации учебного процесса   | опытом реализации на высоком профессиональном уровне образовательную и воспитательную деятельность.   |
| ПК-5 Способен выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта   | методы сбора, обобщения и обработки информации о достижениях физической культуры и спорта.   | применять методы сбора, обобщения и обработки информации.  | опыт проведения научного анализа результатов исследований и использования их в практической деятельности.                                     |

#### 4. Объем и содержание дисциплины (модуля)

#### 4.1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля):

Очная форма обучения: 6 зачетных единиц, 216 часов

Заочная форма обучения, 6 зачетных единиц, 216 часов

Формы промежуточной аттестации (отдельно для каждой формы обучения):

Очная форма обучения: Экзамен (семестры:3), Зачет (семестры:2),

Заочная форма обучения: Экзамен (семестры:5), Зачет (семестры:2),

#### 4.2 Виды учебной деятельности и трудоемкость (всего, по семестрам, в часах)

##### Очная форма обучения

| Виды учебной деятельности                          | Всего, часы | Семестры |           |            |          |          |          |          |          |          |          |          |          |
|--|-------------|----------|-----------|------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
|  |             | 1        | 2         | 3          | 4        | 5        | 6        | 7        | 8        | 9        | 10       | 11       | 12       |
| Контактная работа, в том числе:                    | 96,45       | 0        | 32,2      | 64,25      | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Лекции   | 48          | 0        | 16        | 32         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Практические (семинарские) занятия                 | 48          | 0        | 16        | 32         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Иная контактная работа, в том числе (при наличии): | 0,45        | 0        | 0,2       | 0,25       | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Сдача экзамена                                     | 0,25        | 0        | 0         | 0,25       | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Сдача зачета/зачета с оценкой                      | 0,2         | 0        | 0,2       | 0          | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Самостоятельная работа обучающихся, в том числе:   | 119,55      | 0        | 39,8      | 79,75      | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Подготовка к сдаче экзамена                        | 8,75        | 0        | 0         | 8,75       | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Подготовка к сдаче зачета/зачета с оценкой         | 3,8         | 0        | 3,8       | 0          | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся       | 80          | 0        | 36        | 44         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| <b>ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ</b>                         | <b>216</b>  | <b>0</b> | <b>72</b> | <b>144</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> |

##### Заочная форма обучения

| Виды учебной деятельности                          | Всего, часы | Семестры |     |   |    |       |   |   |   |   |    |    |    |
|--|-------------|----------|-----|---|----|-------|---|---|---|---|----|----|----|
|  |             | 1        | 2   | 3 | 4  | 5     | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| Контактная работа, в том числе:                    | 30,45       | 8        | 2,2 | 0 | 10 | 10,25 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |
| Лекции   | 12          | 4        | 0   | 0 | 4  | 4     | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |
| Практические (семинарские) занятия                 | 18          | 4        | 2   | 0 | 6  | 6     | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |
| Иная контактная работа, в том числе (при наличии): | 0,45        | 0        | 0,2 | 0 | 0  | 0,25  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |

|  |            |           |           |          |           |           |          |          |          |          |          |          |          |
|--|------------|-----------|-----------|----------|-----------|-----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| Сдача экзамена                                 | 0,25       | 0         | 0         | 0        | 0         | 0,25      | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Сдача зачета/зачета оценкой                    | 0,2        | 0         | 0,2       | 0        | 0         | 0         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Самостоятельная работа обучающихся, том числе: | 185,55     | 28        | 33,8      | 0        | 62        | 61,75     | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Подготовка к сдаче экзамена                    | 8,75       | 0         | 0         | 0        | 0         | 8,75      | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Подготовка к сдаче зачета/зачета оценкой       | 3,8        | 0         | 3,8       | 0        | 0         | 0         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся   | 173        | 28        | 30        | 0        | 62        | 53        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| <b>ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ</b>                     | <b>216</b> | <b>36</b> | <b>36</b> | <b>0</b> | <b>72</b> | <b>72</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> |

#### 4.3. Тематический план (отдельно для каждой формы обучения)

Очная, часов на контроль:36

| № п/п             | Наименование раздела (темы)                                     | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |  | Самостоятельная работа | Формы текущего контроля успеваемости               |
|-------------------|---|------------------------------------|--------------------------------|--|---|--|------------------------|--|
|                   |   | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  | Самостоятельная работа                    |  |                        |  |
|                   |   |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия | В т.ч. в форме практической подготовки |                        |  |
| <b>Педагогика</b> |   |                                    |                                |  |   |  |                        |  |
| 1                 | Введение в педагогическую деятельность, общие основы педагогики | 36                                 | 10                             | 0                                      | 12  | 0                                      | 14                     | презентация выбранной темы, вопросы устного опроса |
| 2                 | Раздел "Дидактика"  | 35                                 | 10                             | 0                                      | 10  | 0                                      | 15                     | презентация выбранной темы, вопросы устного опроса |
| 3                 | Раздел "Воспитание"   | 37                                 | 12                             | 0                                      | 10  | 0                                      | 15                     | анализ видеосюжетов                                |
| <b>Всего</b>      |   | <b>108</b>                         | <b>32</b>                      | <b>0</b>                               | <b>32</b>                                 | <b>0</b>                               | <b>44</b>              |  |
| <b>Психология</b> |   |                                    |                                |  |   |  |                        |  |
| 4                 | Общее представление о психологии как науке.                     | 3                                  | 1                              | 0                                      | 0   | 0                                      | 2                      | Таблица. Конспект.                                 |
| 5                 | Методология психологии.   | 3                                  | 0                              | 0                                      | 1   | 0                                      | 2                      | Картотека статей. Конспекты. Батарей               |

|    |   |   |   |   |   |   |   |   |
|----|---|---|---|---|---|---|---|---|
|    |   |   |   |   |   |   |   | тестовых заданий.   |
| 6  | Развитие психики в филогенезе.  | 4 | 1 | 0 | 1 | 0 | 2 | Картотека статей.<br>Конспекты.<br>Тестовые задания.      |
| 7  | Сознание как высший уровень развития психики.   | 4 | 1 | 0 | 1 | 0 | 2 | Конспект.   |
| 8  | Деятельность.   | 4 | 1 | 0 | 1 | 0 | 2 | Конспект.   |
| 9  | Личность.   | 4 | 1 | 0 | 1 | 0 | 2 | Конспект.<br>Тестовые задания.                            |
| 10 | Генезис психических функций человека.   | 4 | 1 | 0 | 1 | 0 | 2 | Конспект.<br>Тестовые задания.                            |
| 11 | Эмоционально-волевая сфера человека.  | 4 | 1 | 0 | 1 | 0 | 2 | Конспект.<br>Тестовые задания.                            |
| 12 | Предмет, задачи и методы возрастной психологии.                                       | 4 | 1 | 0 | 1 | 0 | 2 | Таблица.<br>Доклад с презентацией.<br>Тестовые задания.   |
| 13 | Теоретические концепции возрастного развития в зарубежной и отечественной психологии. | 4 | 1 | 0 | 1 | 0 | 2 | Таблица.  |
| 14 | Основные закономерности психического развития ребёнка в младенчестве.                 | 6 | 1 | 0 | 1 | 0 | 4 | Картотека статей.<br>Конспекты.                           |
| 15 | Психическое развитие ребёнка в раннем детстве.  | 4 | 1 | 0 | 1 | 0 | 2 | Картотека статей.<br>Конспекты.                           |
| 16 | Психологическое развитие ребёнка в дошкольном детстве.                                | 4 | 1 | 0 | 1 | 0 | 2 | Картотека статей.<br>Конспекты.<br>Реферат.               |
| 17 | Психическое развитие в младшем школьном возрасте.                                     | 6 | 1 | 0 | 1 | 0 | 4 | Картотека статей.<br>Конспекты.<br>Доклад с презентацией. |
| 18 | Психологические   | 6 | 1 | 0 | 1 | 0 | 4 | Картотека статей.   |

|                 |   |     |    |   |    |   |    |                                   |
|-----------------|---|-----|----|---|----|---|----|-----------------------------------|
|                 | особенности подросткового возраста.               |     |    |   |    |   |    | Конспекты. Доклад с презентацией. |
| 19              | Психологические особенности в юношеском возрасте. | 4   | 1  | 0 | 1  | 0 | 2  | Реферат.                          |
| 20              | Психология молодости и взрослости.                | 4   | 1  | 0 | 1  | 0 | 2  | Тестовые задания.                 |
| Всего           |   | 72  | 16 | 0 | 16 | 0 | 40 |                                   |
| Всего по модулю |   | 180 | 48 | 0 | 48 | 0 | 84 |                                   |

Заочная, часов на контроль: 13

| № п/п             | Наименование раздела (темы)                                     | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |   | Самостоятельная работа | Формы текущего контроля успеваемости                     |
|-------------------|---|------------------------------------|--------------------------------|--|---|---|------------------------|--|
|                   |   | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   |   |                        |  |
|                   |   |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия |   |                        |  |
| <b>Педагогика</b> |   |                                    |                                |  |   |   |                        |  |
| 1                 | Введение в педагогическую деятельность, общие основы педагогики | 47                                 | 4                              | 0                                      | 4   | 0 | 39                     | презентация выбранной темы, вопросы устного опроса       |
| 2                 | Раздел "Дидактика"  | 44                                 | 2                              | 0                                      | 4   | 0 | 38                     | презентация выбранной темы, вопросы устного опроса       |
| 3                 | Раздел "Воспитание"   | 44                                 | 2                              | 0                                      | 4   | 0 | 38                     | анализ видеосюжетов                                      |
| Всего             |   | 135                                | 8                              | 0                                      | 12  | 0 | 115                    |  |
| <b>Психология</b> |   |                                    |                                |  |   |   |                        |  |
| 4                 | Общее представление о психологии как науке.                     | 3                                  | 1                              | 0                                      | 0   | 0 | 2                      | Таблица. Конспект.                                       |
| 5                 | Методология психологии.   | 3                                  | 0                              | 0                                      | 0   | 0 | 3                      | Картотека статей. Конспекты. Батарейка тестовых заданий. |
| 6                 | Развитие психики в филогенезе.                                  | 2                                  | 0                              | 0                                      | 0   | 0 | 2                      | Картотека статей. Конспекты. Тестовые задания.           |
| 7                 | Сознание как высший уровень                                     | 3                                  | 1                              | 0                                      | 0   | 0 | 2                      | Конспект.  |

|    |   |   |   |   |   |   |   |  |
|----|---|---|---|---|---|---|---|--|
|    | развития психики.   |   |   |   |   |   |   |  |
| 8  | Деятельность.   | 4 | 1 | 0 | 1 | 0 | 2 | Конспект.  |
| 9  | Личность.   | 4 | 1 | 0 | 1 | 0 | 2 | Конспект.<br>Тестовые задания.                           |
| 10 | Генезис психических функций человека.   | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 | 3 | Конспект.<br>Тестовые задания.                           |
| 11 | Эмоционально-волевая сфера человека.  | 3 | 0 | 0 | 1 | 0 | 2 | Конспект.<br>Тестовые задания.                           |
| 12 | Предмет, задачи и методы возрастной психологии.                                       | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 | 3 | Таблица.<br>Доклад с презентацией.<br>Тестовые задания.  |
| 13 | Теоретические концепции возрастного развития в зарубежной и отечественной психологии. | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 5 | Таблица.   |
| 14 | Основные закономерности психического развития ребёнка в младенчестве.                 | 4 | 0 | 0 | 0 | 0 | 4 | Карточка статей.<br>Конспекты.                           |
| 15 | Психическое развитие ребёнка в раннем детстве.  | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 5 | Карточка статей.<br>Конспекты.                           |
| 16 | Психологическое развитие ребёнка в дошкольном детстве.                                | 6 | 0 | 0 | 1 | 0 | 5 | Карточка статей.<br>Конспекты.<br>Реферат.               |
| 17 | Психическое развитие в младшем школьном возрасте.                                     | 5 | 0 | 0 | 1 | 0 | 4 | Карточка статей.<br>Конспекты.<br>Доклад с презентацией. |
| 18 | Психологические особенности подросткового возраста.                                   | 5 | 0 | 0 | 1 | 0 | 4 | Карточка статей.<br>Конспекты.<br>Доклад с презентацией. |
| 19 | Психологические особенности в юношеском возрасте.                                     | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 5 | Реферат.   |
| 20 | Психология  | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 5 | Тестовые   |

|                 |                            |    |   |    |   |     |  |          |
|-----------------|----------------------------|----|---|----|---|-----|--|----------|
|                 | молодости и<br>взрослости. |    |   |    |   |     |  | задания. |
| Всего           | 68                         | 4  | 0 | 6  | 0 | 58  |  |          |
| Всего по модулю | 203                        | 12 | 0 | 18 | 0 | 173 |  |          |

## **5. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

Оценочные материалы представлены в виде фонда оценочных средств по дисциплине (модулю) в приложении к рабочей программе.

## **6. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины (модуля)**

### **6.1. Основная литература**

Засобина, Г. А. Педагогика : учебное пособие : [16+] / Г. ;А. ;Засобина, И. ;И. ;Корягина, Л. ;В. ;Куклина. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. – 252 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272316>

Пешкова, В. Е. Педагогика : курс лекций : учебное пособие / В. ;Е. ;Пешкова. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. – Часть 2. Общие основы педагогики. – 123 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=426826>

Столяренко, Л. Д. Общая психология : учебник для академического бакалавриата / Л. Д. Столяренко, В. Е. Столяренко. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 355 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-00094-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/bcode/433642>

Цветков, В. Л. Психология : учебное пособие / В. ;Л. ;Цветков, И. ;А. ;Калиниченко, Т. ;А. ;Хрусталева. – Москва : Юнити-Дана : Закон и право, 2016. – 384 с. : ил., табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=446403>

Хилько, М. Е. Возрастная психология : учебное пособие для вузов / М. Е. Хилько, М. С. Ткачева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 201 с. — (Университеты России). — ISBN 978-5-534-00141-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/bcode/431102>

Сорокоумова, Е. А. Возрастная психология : учебное пособие для академического бакалавриата / Е. А. Сорокоумова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 227 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-04322-8. —

Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/bcode/438353>

Чернова, Г. Р. Социальная психология : учебник для бакалавриата и специалитета / Г. Р. Чернова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 187 с. — (Бакалавр и специалист). — ISBN 978-5-534-08299-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/bcode/424764>

Социальная психология : учебник / под ред. А. М. Столяренко. — 3-е изд., доп. — Москва : Юнити-Дана, 2016. — 431 с. : ил. — Режим доступа: по подписке. — URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=446598>

Ефремова, О. И. Педагогическая психология : учебное пособие для студентов педагогических институтов : [16+] / О. ;И. ;Ефремова, Л. ;И. ;Кобышева ; Ростовский государственный экономический университет (РИНХ), Таганрогский институт им. А. П. Чехова (филиал) РГЭУ (РИНХ). — Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2017. — 173 с. : ил., табл. — Режим доступа: по подписке. — URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=464121>

Исаева, И. Ю. Досуговая педагогика : учебное пособие : [16+] / И. ;Ю. ;Исаева. — 3-е изд., стер. — Москва : ФЛИНТА, 2021. — 196 с. — Режим доступа: по подписке. — URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=54554>

## 6.2.Дополнительная литература

Федоров, А. Н. Педагогика : самое важное : учебное пособие : [16+] / А. ;Н. ;Федоров. — Москва : РГ-Пресс, 2014. — 10 с. : табл. — Режим доступа: по подписке. — URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=336051>

Градусова, Л. В. Гендерная педагогика : учебное пособие / Л. ;В. ;Градусова. — 3-е изд., стер. — Москва : ФЛИНТА, 2021. — 176 с. — Режим доступа: по подписке. — URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=83436>

Караванова, Л. Ж. Психология : учебное пособие / Л. ;Ж. ;Караванова. — Москва : Дашков и К°, 2017. — 264 с. : табл., ил. — (Учебные издания для бакалавров). — Режим доступа: по подписке. — URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=452573>

Абрамова, Г. С. Психология развития и возрастная психология : учебное пособие : [16+] / Г. ;С. ;Абрамова. — изд. испр. и перераб. — Москва : Прометей, 2018. — 708 с. : ил. — Режим доступа: по подписке. — URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483177>



Гулевич, О. А. Социальная психология : учебник и практикум для академического бакалавриата / О. А. Гулевич, И. Р. Сариева. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 424 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-05490-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/bcode/409602>

Ключко, О. И. Педагогическая психология : учебное пособие : [16+] / О. ;И. ;Ключко, Н. ;Ф. ;Сухарева. — Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. — 235 с. : ил. — Режим доступа: по подписке. — URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429195>

### 6.3. Периодические издания и реферативные базы данных

ИВИС : универсальные базы электронных периодических изданий : сайт / ООО «ИВИС». — URL: <https://dlib.eastview.com> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.

### 6.4. Электронно-библиотечные системы

ЮРАЙТ : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ». - URL:<https://urait.ru/>. Режим доступа: для авториз. пользователей

– Университетская библиотека онлайн : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «НексМедиа». — URL:<https://biblioclub.ru>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.

### 6.5. Современные профессиональные базы данных

<http://psychology.net.ru/> – база профессиональных данных «Мир психологии»;

<http://flogiston.ru/library> Флогистон (материал подготовлен студентами и аспирантами психологического факультета МГУ. Представлена самая разная литература по психологии – от авторских статей до канонических текстов);

<http://psychclassics.yorku.ca/> Classics in the History of Psychology (полнотекстовая коллекция исторически значимых произведений по психологии и смежным дисциплинам);

### 6.6. Информационные справочные системы

– Справочно-правовая информационная система Консультант Плюс  
<http://www.consultant.ru/>

## **7. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

В университете образовательная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется на основе образовательных программ,

адаптированных, при необходимости, для обучения указанных лиц, с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

В университет созданы специальные условия для получения образования по образовательным программам обучающимися с ограниченными возможностями здоровья, которые включают в себя использование специальных методов обучения и воспитания, печатные и (или) электронные образовательные ресурсы в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья, специальные технические средства обучения, предоставление услуг ассистента (при необходимости), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, обеспечение доступа в здания университета.

Утверждена в составе Основной  
профессиональной образовательной  
программы высшего образования

**Рабочая программа дисциплины (модуля)**

**Модуль "Менеджмент"**

Направление подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) программы

Физкультурно-спортивная деятельность

Квалификация бакалавр

Формы обучения Очная, Заочная

## 1. Цель и задачи учебной дисциплины (модуля)

Цель учебной дисциплины (модуля) «Модуль "Менеджмент"» состоит в

Изложение дисциплин модуля «Менеджмент» для студентов основано на признании необходимости комплексного анализа условий, обеспечивающих эффективность деятельности человека в общественной сфере и всестороннее развитие его личности. Основной задачей управления организациями на современном этапе является наиболее эффективное использование имеющихся ресурсов, в том числе способностей сотрудников, в соответствии с целями предприятия и общества.

Содержание дисциплин данного модуля представляет собой область знаний, опирающуюся на теоретические разработки, систематизацию и обобщение практического опыта управления: создание эффективных организационных систем, рациональное использование ресурсов, описание проектной деятельности, описание и методы изучения поведения людей в различных организационных ситуациях, объяснение причин их поступков, предсказание поведения работников в будущем и управление их поведением.

Целью преподавания модуля "Менеджмент" является необходимость вооружить студентов современной теорией и передовыми технологиями менеджмента, применяемыми в организациях экономической, производственной и социальной сферы, подразделениях государственных предприятий, акционерных обществах и частных фирмах, а также в органах государственного и муниципального управления; сформировать у студентов комплекс базовых теоретических знаний в области управления, финансов, маркетинга, бизнес-планирования, а также развитие практических навыков применения современных средств, методов, инструментов управления проектами в различных отраслях экономики, изучение закономерностей организационного поведения личности, современных форм и методов воздействия на ее поведение, принципов формирования групп, объединенных едиными целями, и выявление особенностей обоснования методов воздействия на организационное поведение, способствующего повышению эффективности деятельности всей организации.

Задачи дисциплины (модуля):

Задачами модуля являются:

- получение представления о современном состоянии и тенденциях развития организационного поведения;
- изучение возможности разработки проектов организационных систем, которые ставят в центр человека и его потребности;
- изучение методов описания поведения работников и выявления причин их поведения;

- получение навыков управления поведением индивида и группы в соответствии с критериями эффективности деятельности организации.

- ознакомление с теорией управления проектами;
- понимание этапов управления проектами;
- ознакомление с базовыми понятиями проектной деятельности
- обоснование управленческих решений в области планирования, организации и координации деятельности, контроля, мотивации и стимулирования труда;
- достижение стоящих перед ним целей, умение брать на себя ответственность и полномочия для этого;
- оценка факторов деловой среды системы управления; разработка вариантов управленческих решений и обоснование выбора наилучшего, исходя из критериев социально-экономической эффективности и экологической безопасности;
- анализ структуры и содержание процессов управления;
- запрос и использование опыта, знаний, мнений и оценки коллег, вовлечение их в принятие решений;
- анализ организационной структуры и разработка предложений по ее совершенствованию, соотнесение прав и обязанностей, выполнение имеющихся задач и ответственность за их удовлетворение

Приобретенные знания и практические навыки должны обеспечить студентам умение самостоятельно и на достаточно высоком теоретическом уровне решать поведенческие и управленческие задачи, выявлять причины недостаточной результативности организации, грамотно выстраивать межличностные отношения.

## **2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО**

Изучение дисциплины (модуля) осуществляется на основе результатов обучения по следующим дисциплинам (модулям):

Изучение дисциплины (модуля) осуществляется на основе результатов обучения по следующим дисциплинам (модулям):

Дисциплина "Педагогика", Модуль "Теоретические и методические основы педагогической деятельности".

Результаты обучения по дисциплине (модулю) лежат в основе освоения следующих дисциплин (модулей), практик:

Результаты обучения по дисциплине (модулю) лежат в основе освоения следующих дисциплин (модулей), практик:

Дисциплина "Правовые основы профессиональной деятельности", учебная и производственная практика.

### 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине(модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

| Содержание и шифр компетенции   | Планируемые результаты обучения  |  |   |
|---|--|--|---|
|   | Знать  | Уметь  | Владеть   |
| УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений | Системы управления организацией; среду и инфраструктуру организации; функции и методы менеджмента; процесс подготовки и принятия организационно-управленческих решений исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений; характеристики организационно-управленческих решений   | Обосновывать организационно-управленческие решения в профессиональной деятельности, осуществлять контроль и оценку их результатов, нести за них ответственность с позиций социальной значимости принимаемых решений; определять цели, предметную область и структуры проекта составлять организационно-технологическую модель проекта, рассчитывать календарный план осуществления проекта; формировать основные разделы сводного плана проекта осуществлять контроль и регулирование хода выполнения проекта по его основным параметрам; использовать программные средства для решения основных задач управления проектом | Навыками принятия организационно-управленческих решений в профессиональной деятельности, осуществления контроля и оценки их результатов с позиций социальной значимости принимаемых решений;  |
| УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде  | Законы функционирования и развития общества и его структурных элементов; социальные, этнические, конфессиональные и культурные особенности народов мира; этические нормы, регулирующие отношения человека к человеку, обществу, природе; социально-психологические основы и особенности работы в коллективе; принципы кооперации с коллегами | организовывать командное взаимодействие для решения управленческих задач; предотвращать, предупреждать и регулировать конфликты; выстраивать командное взаимодействие между сотрудниками на основе взаимного доверия; эффективно организовать групповую работу для реализации конкретного проекта; находить общий язык, кооперироваться и вести конструктивный диалог с членами  | навыками дисциплинарной практики, контроля за трудовой и исполнительской дисциплиной; методами разрешения конфликтных ситуаций в организации; навыками борьбы с группизмом; навыками формирования благоприятного социально-психологического климата в коллективе; инструментами приобретения персонала, техникой подбора, |



|  |     |   |   |    |    |   |   |   |   |   |   |   |   |
|--|-----|---|---|----|----|---|---|---|---|---|---|---|---|
| сдаче зачета/зачета оценкой                  |     |   |   |    |    |   |   |   |   |   |   |   |   |
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся | 72  | 0 | 0 | 36 | 36 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ                          | 144 | 0 | 0 | 72 | 72 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |

#### Заочная форма обучения

| Виды учебной деятельности                          | Всего, часы | Семестры |   |    |      |   |   |   |   |   |    |    |    |
|--|-------------|----------|---|----|------|---|---|---|---|---|----|----|----|
|  |             | 1        | 2 | 3  | 4    | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| Контактная работа, в том числе:                    | 20,4        | 0        | 0 | 8  | 12,4 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |
| Лекции   | 8           | 0        | 0 | 4  | 4    | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |
| Практические (семинарские) занятия                 | 12          | 0        | 0 | 4  | 8    | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |
| Иная контактная работа, в том числе (при наличии): | 0,4         | 0        | 0 | 0  | 0,4  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |
| Сдача зачета/зачета оценкой                        | 0,4         | 0        | 0 | 0  | 0,4  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |
| Самостоятельная работа обучающихся, в том числе:   | 123,6       | 0        | 0 | 28 | 95,6 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |
| Подготовка к сдаче зачета/зачета оценкой           | 7,6         | 0        | 0 | 0  | 7,6  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся       | 116         | 0        | 0 | 28 | 88   | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |
| ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ                                | 144         | 0        | 0 | 36 | 108  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |

#### 4.3. Тематический план (отдельно для каждой формы обучения)

##### Очная

| № п/п                         | Наименование раздела (темы)  | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |                        |  | Формы текущего контроля успеваемости |
|-------------------------------|--|------------------------------------|--------------------------------|--|---|------------------------|--|--------------------------------------|
|                               |  | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   | Самостоятельная работа |  |                                      |
|                               |  |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия |                        | В т.ч. в форме практической подготовки |                                      |
| Основы проектной деятельности |  |                                    |                                |  |   |                        |  |                                      |
| 1                             | Введение в дисциплину. История развития проектного метода в образовании. | 6                                  | 1                              | 0                                      | 1   | 0                      | 4                                      | Тестирование, Подготовка презентации |



|                                   |   |    |    |   |    |   |    |  |
|-----------------------------------|---|----|----|---|----|---|----|--|
|                                   | Классификация проектов. Виды и типы проектов                    |    |    |   |    |   |    |  |
| 2                                 | Проектно-исследовательская деятельность и проектная технология. | 10 | 2  | 0 | 2  | 0 | 6  | Подготовка презентации и. Решение ситуационных задач, тестирование |
| 3                                 | Этапы проектной деятельности                                    | 6  | 1  | 0 | 1  | 0 | 4  | Контрольная работа<br>Подготовка проекта                           |
| 4                                 | Продукты проектной деятельности                                 | 6  | 1  | 0 | 1  | 0 | 4  | Тестирование,<br>Подготовка презентации                            |
| 5                                 | Основы управления проектами.                                    | 8  | 2  | 0 | 2  | 0 | 4  | Тестирование,<br>Подготовка презентации<br>Подготовка проекта      |
| 6                                 | Цели и стратегия проекта. Структура проекта                     | 8  | 2  | 0 | 2  | 0 | 4  | Подготовка презентации<br>Подготовка проекта,<br>тестирование      |
| 7                                 | Человеческий фактор в управлении проектами.                     | 8  | 2  | 0 | 2  | 0 | 4  | Подготовка презентации и. Решение ситуационных задач, тестирование |
| 8                                 | Процессы в управлении проектом.                                 | 8  | 2  | 0 | 2  | 0 | 4  | Тестирование,<br>Подготовка презентации                            |
| 9                                 | Жизненный цикл проекта  | 6  | 2  | 0 | 2  | 0 | 2  | Подготовка презентации и. Решение ситуационных задач, тестирование |
| 10                                | Методы оценки эффективности проектов                            | 6  | 1  | 0 | 1  | 0 | 4  | Контрольная работа   |
| Всего                             |   | 72 | 16 | 0 | 16 | 0 | 40 |  |
| Основы организационного поведения |   |    |    |   |    |   |    |  |
| 11                                | Современный подход к организационн                              | 4  | 1  | 0 | 1  | 0 | 2  | Вопросы для опроса, кейсы,   |

|    |  |   |   |   |   |   |   |  |
|----|--|---|---|---|---|---|---|--|
|    | ому поведению  |   |   |   |   |   |   | тест, подготовка презентации                           |
| 12 | Развитие теорий управления процессами и людьми в организации | 4 | 1 | 0 | 1 | 0 | 2 | Вопросы для опроса, кейсы, тест подготовка презентации |
| 13 | Организация как система                                      | 4 | 1 | 0 | 1 | 0 | 2 | Вопросы для опроса, кейсы, тест подготовка презентации |
| 14 | Развитие личности в организации и научение                   | 4 | 1 | 0 | 1 | 0 | 2 | Вопросы для опроса, кейсы, тест подготовка презентации |
| 15 | Мотивация  | 4 | 1 | 0 | 1 | 0 | 2 | Вопросы для опроса, кейсы, тест подготовка презентации |
| 16 | Группы и их формирование<br>Групповая динамика               | 4 | 1 | 0 | 1 | 0 | 2 | Вопросы для опроса, кейсы, тест подготовка презентации |
| 17 | Карьера и стресс в жизни человека                            | 4 | 1 | 0 | 1 | 0 | 2 | Вопросы для опроса, кейсы, тест подготовка презентации |
| 18 | Власть и лидерство   | 4 | 1 | 0 | 1 | 0 | 2 | Вопросы для опроса, кейсы, тест подготовка презентации |
| 19 | Организационная культура                                     | 4 | 1 | 0 | 1 | 0 | 2 | Вопросы для опроса, кейсы, тест подготовка презентации |
| 20 | Конфликты в организации                                      | 4 | 1 | 0 | 1 | 0 | 2 | Вопросы для опроса, кейсы, тест подготовка презентации |
| 21 | Формирование эффективного индивидуального поведения          | 4 | 1 | 0 | 1 | 0 | 2 | Вопросы для опроса, кейсы, тест подготовка             |

|                 |   |     |    |   |    |   |    |  |
|-----------------|---|-----|----|---|----|---|----|--|
|                 |   |     |    |   |    |   |    | презентаци<br>и  |
| 22              | Управление межличностными и межгрупповыми отношениями                 | 4   | 1  | 0 | 1  | 0 | 2  | Вопросы для опроса, кейсы, тест подготовка презентации |
| 23              | Управление нововведениями в организации                               | 6   | 1  | 0 | 1  | 0 | 4  | Вопросы для опроса, кейсы, тест подготовка презентации |
| 24              | Взаимодействие личностей, групп и организаций в изменяющихся условиях | 6   | 1  | 0 | 1  | 0 | 4  | Вопросы для опроса, кейсы, тест подготовка презентации |
| 25              | Роль глобального менеджера в деятельности компании                    | 6   | 1  | 0 | 1  | 0 | 4  | Вопросы для опроса, кейсы, тест подготовка презентации |
| 26              | Деятельность глобального менеджера                                    | 6   | 1  | 0 | 1  | 0 | 4  | Вопросы для опроса, кейсы, тест подготовка презентации |
| Всего           |   | 72  | 16 | 0 | 16 | 0 | 40 |  |
| Всего по модулю |   | 144 | 32 | 0 | 32 | 0 | 80 |  |

Заочная, часов на контроль:8

| № п/п                         | Наименование раздела (темы)   | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |                        |  | Формы текущего контроля успеваемости                             |
|-------------------------------|---|------------------------------------|--------------------------------|--|---|------------------------|--|--|
|                               |   | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   | Самостоятельная работа |  |  |
|                               |   |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия |                        | В т.ч. в форме практической подготовки |  |
| Основы проектной деятельности |   |                                    |                                |  |   |                        |  |  |
| 1                             | Введение в дисциплину. История и развитие проектного метода в образовании. Классификация проектов. Виды и типы проектов | 8                                  | 1                              | 0                                      | 1   | 0                      | 6                                      | Тестирование, Подготовка презентации                             |
| 2                             | Проектно-исследовательская деятельность и проектная технология.   | 9                                  | 1                              | 0                                      | 2   | 0                      | 6                                      | Подготовка презентации. Решение ситуационных задач, тестирование |

|                                   |  |    |   |   |   |   |    |   |
|-----------------------------------|--|----|---|---|---|---|----|---|
|                                   |  |    |   |   |   |   |    | ие  |
| 3                                 | Этапы проектной деятельности                                 | 8  | 1 | 0 | 1 | 0 | 6  | Контрольная работа<br>Подготовка проекта                                  |
| 4                                 | Продукты проектной деятельности                              | 8  | 1 | 0 | 1 | 0 | 6  | Тестирование,<br>Подготовка презентации                                   |
| 5                                 | Основы управления проектами.                                 | 6  | 0 | 0 | 0 | 0 | 6  | Тестирование,<br>Подготовка презентации<br>и<br>Подготовка проекта        |
| 6                                 | Цели и стратегия проекта.<br>Структура проекта               | 6  | 0 | 0 | 0 | 0 | 6  | Подготовка презентации<br>и<br>Подготовка проекта,<br>тестирование        |
| 7                                 | Человеческий фактор в управлении проектами.                  | 6  | 0 | 0 | 0 | 0 | 6  | Подготовка презентации.<br>и. Решение ситуационных задач,<br>тестирование |
| 8                                 | Процессы в управлении проектом.                              | 6  | 0 | 0 | 0 | 0 | 6  | Тестирование,<br>Подготовка презентации                                   |
| 9                                 | Жизненный цикл проекта                                       | 7  | 0 | 0 | 1 | 0 | 6  | Подготовка презентации.<br>и. Решение ситуационных задач,<br>тестирование |
| 10                                | Методы оценки эффективности проектов                         | 4  | 0 | 0 | 0 | 0 | 4  | Контрольная работа  |
| Всего                             |  | 68 | 4 | 0 | 6 | 0 | 58 |   |
| Основы организационного поведения |  |    |   |   |   |   |    |   |
| 11                                | Современный подход к организационному поведению              | 7  | 1 | 0 | 0 | 0 | 6  | Вопросы для опроса,<br>кейсы,<br>тест,<br>подготовка презентации          |
| 12                                | Развитие теорий управления процессами и людьми в организации | 7  | 1 | 0 | 0 | 0 | 6  | Вопросы для опроса,<br>кейсы, тест<br>подготовка презентации              |

|    |   |   |   |   |   |   |   |  |
|----|---|---|---|---|---|---|---|--|
| 13 | Организация как система                               | 8 | 1 | 0 | 1 | 0 | 6 | Вопросы для опроса, кейсы, тест подготовка презентации |
| 14 | Развитие личности в организации и научение            | 8 | 1 | 0 | 1 | 0 | 6 | Вопросы для опроса, кейсы, тест подготовка презентации |
| 15 | Мотивация   | 3 | 0 | 0 | 1 | 0 | 2 | Вопросы для опроса, кейсы, тест подготовка презентации |
| 16 | Группы и их формирование<br>Групповая динамика        | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2 | Вопросы для опроса, кейсы, тест подготовка презентации |
| 17 | Карьера и стресс в жизни человека                     | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2 | Вопросы для опроса, кейсы, тест подготовка презентации |
| 18 | Власть и лидерство                                    | 3 | 0 | 0 | 1 | 0 | 2 | Вопросы для опроса, кейсы, тест подготовка презентации |
| 19 | Организационная культура                              | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2 | Вопросы для опроса, кейсы, тест подготовка презентации |
| 20 | Конфликты в организации                               | 3 | 0 | 0 | 1 | 0 | 2 | Вопросы для опроса, кейсы, тест подготовка презентации |
| 21 | Формирование эффективного индивидуального поведения   | 3 | 0 | 0 | 1 | 0 | 2 | Вопросы для опроса, кейсы, тест подготовка презентации |
| 22 | Управление межличностными и межгрупповыми отношениями | 4 | 0 | 0 | 0 | 0 | 4 | Вопросы для опроса, кейсы, тест подготовка презентации |
| 23 | Управление нововведениям                              | 4 | 0 | 0 | 0 | 0 | 4 | Вопросы для опроса,                                    |

|                 |   |     |   |   |    |   |     |  |
|-----------------|---|-----|---|---|----|---|-----|--|
|                 | и организации   |     |   |   |    |   |     | кейсы, тест подготовка презентации                     |
| 24              | Взаимодействие личностей, групп и организаций в изменяющихся условиях | 4   | 0 | 0 | 0  | 0 | 4   | Вопросы для опроса, кейсы, тест подготовка презентации |
| 25              | Роль глобального менеджера в деятельности компании                    | 4   | 0 | 0 | 0  | 0 | 4   | Вопросы для опроса, кейсы, тест подготовка презентации |
| 26              | Деятельность глобального менеджера                                    | 4   | 0 | 0 | 0  | 0 | 4   | Вопросы для опроса, кейсы, тест подготовка презентации |
| Всего           |   | 68  | 4 | 0 | 6  | 0 | 58  |  |
| Всего по модулю |   | 136 | 8 | 0 | 12 | 0 | 116 |  |

### **5. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

Оценочные материалы представлены в виде фонда оценочных средств по дисциплине (модулю) в приложении к рабочей программе.

### **6. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины (модуля)**

#### **6.1. Основная литература**

Смирнова, С. В. Основы проектной и исследовательской деятельности учащихся : учебное пособие : [16+] / С. ;В. ;Смирнова. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2021. – 144 с. : ил., табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=619034>

Кочеткова, А. И. Организационное поведение и организационное моделирование в 3 ч. Часть 2. Психологические механизмы : учебник и практикум для бакалавриата и магистратуры / А. И. Кочеткова, П. Н. Кочетков. — 6-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 351 с. — (Бакалавр и магистр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-08255-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://www.urait.ru/bcode/437058>

Кочеткова, А. И. Организационное поведение и организационное моделирование в 3 ч. Часть 3. Комплексные методы адаптивного организационного поведения : учебник и практикум для бакалавриата и магистратуры / А. И. Кочеткова, П. Н. Кочетков. — 6-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 207 с. — (Бакалавр и магистр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-08250-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://www.urait.ru/bcode/437060>

Управление проектами : учебник и практикум для академического бакалавриата / А. И. Балашов, Е. М. Рогова, М. В. Тихонова, Е. А. Ткаченко ; под общей редакцией Е. М. Роговой. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 383 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-00436-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://www.urait.ru/bcode/431784>

Управление проектами : учебное пособие : [16+] / П. ;С. ;Зеленский, Т. ;С. ;Зимнякова, Г. ;И. ;Поподько [и др.] ; отв. ред. Г. И. Поподько ; Сибирский федеральный университет. — Красноярск : Сибирский федеральный университет (СФУ), 2017. — 132 с. : ил. — Режим доступа: по подписке. — URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497741>

## 6.2. Дополнительная литература

Филинова, Н. В. Психологические основы управления персоналом : учебное пособие / Н. ;В. ;Филинова, Н. ;С. ;Акатова, С. ;А. ;Бобинкин ; Российский государственный социальный университет. Филиал в г. Клину. — Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2017. — 173 с. : ил., табл., схем. — Режим доступа: по подписке. — URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=460208>

Бучаев, Г. А. Управление проектами : курс лекций : учебное пособие / Г. ;А. ;Бучаев ; Дагестанский государственный университет народного хозяйства (ДГУНХ). — Махачкала : ДГУНХ, 2017. — 104 с. — Режим доступа: по подписке. — URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=473822>

Горьканова, Л. Организационное поведение : учебное пособие / Л. ;Горьканова, Р. ;Прытков ; Оренбургский государственный университет. — Оренбург : Оренбургский государственный университет, 2011. — 242 с. — Режим доступа: по подписке. — URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=259136>

Дорофеева, Л. И. Организационное поведение : учебник и практикум для академического бакалавриата / Л. И. Дорофеева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва :

Издательство Юрайт, 2019. — 378 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-07617-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://www.urait.ru/bcode/434452>

### 6.3. Периодические издания и реферативные базы данных

ИБИС : универсальные базы электронных периодических изданий : сайт / ООО «ИБИС». — URL: <https://dlib.eastview.com> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.

eLIBRARY.RU : научная электронная библиотека : информационно-аналитический портал / ООО «Научная электронная библиотека». — URL: <https://elibrary.ru> . — Режим доступа: для зарп. Введение в дисциплину. Базовые понятия управления проектами. Классификация проектов. Виды и типы проектов

### 6.4. Электронно-библиотечные системы

ЮРАЙТ : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ». - URL:<https://urait.ru/>. Режим доступа: для авториз. пользователей

— Университетская библиотека онлайн : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «НексМедиа». — URL:<https://biblioclub.ru>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.

### 6.5. Современные профессиональные базы данных

### 6.6. Информационные справочные системы

— Справочно-правовая информационная система Консультант Плюс  
<http://www.consultant.ru/>

## **7. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

В университете образовательная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется на основе образовательных программ, адаптированных, при необходимости, для обучения указанных лиц, с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

В университет созданы специальные условия для получения образования по образовательным программам обучающимися с ограниченными возможностями здоровья, которые включают в себя использование специальных методов обучения и воспитания, печатные и (или) электронные образовательные ресурсы в формах, адаптированных к



ограничениям их здоровья, специальные технические средства обучения, предоставление услуг ассистента (при необходимости), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, обеспечение доступа в здания университета.

Утверждена в составе Основной  
профессиональной образовательной  
программы высшего образования

**Рабочая программа дисциплины (модуля)**

**Модуль "Медико-биологические основы физкультурно-спортивной  
деятельности"**

Направление подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) программы

Физкультурно-спортивная деятельность

Квалификация бакалавр

Формы обучения Очная, Заочная

## **1. Цель и задачи учебной дисциплины (модуля)**

Цель учебной дисциплины (модуля) «Модуль "Медико-биологические основы физкультурно-спортивной деятельности"» состоит в

- ознакомить обучающихся с ключевыми вопросами медико-биологического обеспечения физкультурно-спортивной деятельности, а также научить будущих бакалавров использовать полученные знания в своей практической деятельности при разработке тренировочных программ и стратегии корригирующих, реабилитационных, оздоровительных мероприятий с учетом возраста, пола и уровня физической подготовленности.

Задачи дисциплины (модуля):

- изучить особенности функционирования человеческого организма и отдельных его систем под влиянием занятий физическими упражнениями и спортом в различных условиях внешней среды;

- сформировать умение диагностировать состояние организма занимающихся и отдельных его систем, вносить в состояние организма занимающихся необходимую коррекцию средствами физической культуры и спорта;

- обучить рационально адаптировать физкультурно-спортивную деятельность к индивидуальным особенностям организма, условиям труда, быта, отдыха и дифференцировать использование средств физической культуры и спорта с учетом отмеченных особенностей.

## **2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО**

Изучение дисциплины (модуля) осуществляется на основе результатов обучения по следующим дисциплинам (модулям):

- биологии, химии, физики, обществознания, физической культуры, основ безопасности жизнедеятельности, изученным на предыдущем уровне получения образования.

Результаты обучения по дисциплине (модулю) лежат в основе освоения следующих дисциплин (модулей), практик:

- учебных практик (педагогической и тренерской), производственных практик (профессионально-ориентированной, научно-исследовательской и преддипломной). Последовательность изучения дисциплин модуля при освоении ОПОП по направлению подготовки предполагает порядок, при соблюдении которого каждая ранее изученная дисциплина является базисной основой дисциплин, изучаемых на последующих курсах.

## **3. Планируемые результаты обучения по дисциплине(модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

| Содержание и шифр компетенции  | Планируемые результаты обучения  |   |  |
|--|--|---|--|
|  | Знать  | Уметь   | Владеть  |
| ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста | возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами преподаваемого учебного пред-мета.     | Учитывать возрастные особенности функционирования организма ребенка при организации учебного процесса, и оценивать его соответствие гигиеническим требованиям, а также с учётом его психофизиологических особенностей   | использовать систематизированные теоретические и практические знания для постановки решения исследовательских задач в области образования  |
| ОПК-12 Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики  | аспекты применения правовых методов в сфере физической культуры и спорта; особенности юридических подходов к изучению феноменов в отдельных видах спор-та.   | правильно интерпретировать юридические аспекты физкультурно-спортивной дея-тельности; дифференцировать правовые подходы в психолого-педагогической и медико-биологической деятельности  | навыками организовывать занятия физическими упражнениями с оздоровительной целью в со-ответствии с действующим законодательством   |
| ОПК-5 Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения   | физиологические закономерности функционирования организма человека в условиях различной спортивной деятельности; факторы риска, нормы и правила безопасных организации и проведения занятий по физическому воспитанию. | формировать устойчивую мотивацию к физической активности и здоровому образу жизни у обучающихся в образовательных учреждениях; оценивать эффективность занятий физической культурой, анализировать технику двигательных действий, определять причины ошибок, находить и корректно применять средства, методы и методические приемы их устранения. | физиологическими знаниями для планирования и проведения основных видов физкультурно-оздоровительных занятий с детьми, подростками и взрослыми людьми.  |
| ОПК-6 Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни  | основные категории и понятия науки в сфере оздоровительной ФК и медицинской профилактики; психофизиологические основы развития, обучения, воспитания и совершенствования личности, методы ее изучения и коррекции.     | разрабатывать индивидуальные оздоровительные программы для различного контингента занимающихся; анализировать эффективность оздоровительных программ и вносить в них соответствующие коррективы.  | системой теоретических знаний о сфере оздоровительной физической культуры и медицинской профилактики, сущности образовательных, воспитательных и тренировочных процессов; навыками первичной диагностики индивидуальных особенностей и состояний, занимающихся оздоровительной |

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
|   |   |   | физической культурой.   |
| ОПК-7 Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь  | профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.  | работать в команде, толерантно воспринимать социальные, культурные и личностные различия.   | способностью использовать базовые правовые знания в различных сферах деятельности.  |
| ОПК-9 Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся   | основы физиологических измерений для правильного построения процесса физического воспитания в образовательных учреждениях и учреждениях спортивной подготовки.  | подбирать и применять адекватные поставленным задачам современные средства, методы тренировки и организационные приемы работы с занимающимися физической культурой и спортом.   | знаниями общей физиологии в процессе проведения научно-исследовательской работы по проблемам физического воспитания и спортивной тренировки.  |
| ПК-2 Способен подбирать средства и методы тренировки, соответствующие поставленным задачам, а также определять величину нагрузок, адекватную возможностям индивида с установкой на достижение спортивного результата                          | основы методики построения спортивной тренировки.   | подбирать средства и методы тренировки, соответствующие поставленным задачам,   | навыками определения величины нагрузок, адекватную возможностям индивида с установкой на достижение спортивного результата.   |
| ПК-3 Способен управлять тренировочным процессом на основе контроля функционального состояния, достигнутого уровня техники двигательных действий и работоспособности занимающихся и внесения соответствующих корректив в тренировочный процесс | теории спортивной тренировки, медико-биологические и психологические основы и технологии тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта | использовать знания теории спортивной тренировки, медико-биологические и психологические основы в зависимости от вида спорта, санитарно-гигиенические основы деятельности в рамках физкультурно-спортивной деятельности | опытом использования знаний теории спортивной тренировки, медико-биологические и психологические основы в зависимости от вида спорта, санитарно-гигиенические основы деятельности в рамках физкультурно-спортивной деятельности |
| ПК-5 Способен выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта  | понятия и предпосылки развития управленческого обеспечения физической культуры, спорта, туризма и смежных областей; методологию моделирования и прогнозирования в физкультурно-спортивной деятельности;       | применять навыки научно-методической деятельности для решения конкретных задач, возникающих в процессе проведения физкультурно-спортивных занятий; оценивать эффективность организации                                  | навыками передачи знаний при работе с подрастающим поколением, осуществляя учебно-воспитательный процесс в образовательных учреждениях.   |

|   |  |  |   |
|---|--|--|---|
|   | информационные подходы к описанию закономерностей, существующих в сфере физической культуры и спорта   | физкультурно-спортивных занятий.   |   |
| УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | биологическую природу и целостность организма человека, анатомо-физиологические особенности организма детей, подростков и взрослых; физиологические закономерности развития физических качеств и формирования двигательных навыков | применять физиологические знания, исследовательские умения и практические навыки в процессе медико-биологического и психолого-педагогического контроля состояния организма в процессе проведения физкультурно-спортивных занятий | основными методами, приемами, средствами и способами теоретического и экспериментального исследования в профессиональной деятельности для оценки физиологического состояния спортсменов занимающихся различными видами мышечных нагрузок, определения уровня функциональной подготовленности, оценки состояния кардиореспираторной системы и т.д. |

#### 4. Объем и содержание дисциплины (модуля)

##### 4.1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля):

Очная форма обучения: 39 зачетных единиц, 1404 часа

Заочная форма обучения, 39 зачетных единиц, 1404 часа

Формы промежуточной аттестации (отдельно для каждой формы обучения):

Очная форма обучения: Экзамен (семестры:7,2,6,3,4,4,5,2), Зачет (семестры:6,1),

Заочная форма обучения: Экзамен (семестры:2,4,7,4,8,7,5,5), Зачет (семестры:8),

Контрольная работа (семестры:2,4,4,8),

##### 4.2 Виды учебной деятельности и трудоемкость (всего, по семестрам, в часах)

Очная форма обучения

| Виды учебной деятельности                          | Всего, часы | Семестры |       |       |      |       |        |       |   |   |    |    |    |
|--|-------------|----------|-------|-------|------|-------|--------|-------|---|---|----|----|----|
|  |             | 1        | 2     | 3     | 4    | 5     | 6      | 7     | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| Контактная работа, в том числе:                    | 534,4       | 48,2     | 112,5 | 64,25 | 96,5 | 48,25 | 100,45 | 64,25 | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |
| Лекции   | 222         | 16       | 48    | 32    | 32   | 24    | 38     | 32    | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |
| Практические (семинарские) занятия                 | 310         | 32       | 64    | 32    | 64   | 24    | 62     | 32    | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |
| Иная контактная работа, в том числе (при наличии): | 2,4         | 0,2      | 0,5   | 0,25  | 0,5  | 0,25  | 0,45   | 0,25  | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |
| Сдача экзамена                                     | 2           | 0        | 0,5   | 0,25  | 0,5  | 0,25  | 0,25   | 0,25  | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |
| Сдача зачета/зачета                                | 0,4         | 0,2      | 0     | 0     | 0    | 0     | 0,2    | 0     | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |

|  |             |           |            |            |            |            |            |            |          |          |          |          |          |
|--|-------------|-----------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|----------|----------|----------|----------|----------|
| оценкой  |             |           |            |            |            |            |            |            |          |          |          |          |          |
| Самостоятельная работа обучающихся, в том числе: | 869,6       | 23,8      | 211,5      | 115,75     | 191,5      | 95,75      | 151,55     | 79,75      | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Подготовка к сдаче экзамена                      | 70          | 0         | 17,5       | 8,75       | 17,5       | 8,75       | 8,75       | 8,75       | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Подготовка к сдаче зачета/зачета оценкой         | 7,6         | 3,8       | 0          | 0          | 0          | 0          | 3,8        | 0          | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся     | 576         | 20        | 140        | 80         | 120        | 60         | 112        | 44         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| <b>ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ</b>                       | <b>1404</b> | <b>72</b> | <b>324</b> | <b>180</b> | <b>288</b> | <b>144</b> | <b>252</b> | <b>144</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> |

### Заочная форма обучения

| Виды учебной деятельности                           | Всего, часы | Семестры   |            |            |            |            |          |            |            |          |          |          |          |
|---|-------------|------------|------------|------------|------------|------------|----------|------------|------------|----------|----------|----------|----------|
|   |             | 1          | 2          | 3          | 4          | 5          | 6        | 7          | 8          | 9        | 10       | 11       | 12       |
| Контактная работа, в том числе:                     | 146,8       | 10         | 14,4       | 4          | 26,8       | 28,5       | 0        | 36,5       | 26,6       | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Лекции  | 70          | 4          | 6          | 4          | 10         | 12         | 0        | 20         | 14         | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Практические (семинарские) занятия                  | 74          | 6          | 8          | 0          | 16         | 16         | 0        | 16         | 12         | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Иная контактная работа, в том числе (при наличии):  | 2,8         | 0          | 0,4        | 0          | 0,8        | 0,5        | 0        | 0,5        | 0,6        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Сдача экзамена                                      | 2           | 0          | 0,25       | 0          | 0,5        | 0,5        | 0        | 0,5        | 0,25       | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Сдача зачета/зачета оценкой                         | 0,2         | 0          | 0          | 0          | 0          | 0          | 0        | 0          | 0,2        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Сдача контрольной работы                            | 0,6         | 0          | 0,15       | 0          | 0,3        | 0          | 0        | 0          | 0,15       | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Самостоятельная работа обучающихся, в том числе:    | 1257,2      | 98         | 93,6       | 140        | 189,2      | 259,5      | 0        | 323,5      | 153,4      | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Выполнение и подготовка к защите контрольной работы | 15,4        | 0          | 3,85       | 0          | 7,7        | 0          | 0        | 0          | 3,85       | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Подготовка к сдаче экзамена                         | 70          | 0          | 8,75       | 0          | 17,5       | 17,5       | 0        | 17,5       | 8,75       | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Подготовка к сдаче зачета/зачета оценкой            | 3,8         | 0          | 0          | 0          | 0          | 0          | 0        | 0          | 3,8        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся        | 1168        | 98         | 81         | 140        | 164        | 242        | 0        | 306        | 137        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| <b>ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ</b>                          | <b>1404</b> | <b>108</b> | <b>108</b> | <b>144</b> | <b>216</b> | <b>288</b> | <b>0</b> | <b>360</b> | <b>180</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> |

### 4.3. Тематический план (отдельно для каждой формы обучения)

Очная, часов на контроль:288

| № п/п                    | Наименование раздела (темы)   | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |  | Самостоятельная работа | Формы текущего контроля успеваемости |
|--------------------------|---|------------------------------------|--------------------------------|--|---|--|------------------------|--------------------------------------|
|                          |   | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   |  |                        |                                      |
|                          |   |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия | В т.ч. в форме практической подготовки |                        |                                      |
| <b>Анатомия человека</b> |   |                                    |                                |  |   |  |                        |                                      |
| 1                        | Предмет и методы анатомии человека. Общие сведения о тканях, органах и системах органов     | 10                                 | 2                              | 0                                      | 4   | 0                                      | 4                      | Устный или письменный опрос          |
| 2                        | Учение о костях. Соединения костей. Общий план скелета человека                             | 22                                 | 4                              | 0                                      | 8   | 0                                      | 10                     | Устный или письменный опрос          |
| 3                        | Учение о мышцах. Общие сведения о мышцах  | 22                                 | 4                              | 0                                      | 8   | 0                                      | 10                     | Устный или письменный опрос          |
| 4                        | Учение о внутренних органах   | 38                                 | 6                              | 0                                      | 12  | 0                                      | 20                     | Устный или письменный опрос          |
| 5                        | Общие сведения о кровеносной системе. Строение сердца и работа сердца                       | 22                                 | 4                              | 0                                      | 8   | 0                                      | 10                     | Устный или письменный опрос          |
| 6                        | Общие сведения о нервной системе. Спинной мозг. Рефлекторная дуга. Строение головного мозга | 22                                 | 4                              | 0                                      | 8   | 0                                      | 10                     | Устный или письменный опрос          |
| 7                        | Вегетативная нервная система  | 22                                 | 4                              | 0                                      | 8   | 0                                      | 10                     | Устный или письменный опрос          |
| 8                        | Учение об анализаторах и сенсорных системах   | 22                                 | 4                              | 0                                      | 8   | 0                                      | 10                     | Устный или письменный опрос          |
| Всего                    |   | 180                                | 32                             | 0                                      | 64  | 0                                      | 84                     |                                      |



| Физиология спорта   |   |     |    |   |    |   |    |  |
|---|---|-----|----|---|----|---|----|--|
| 9   | Физиологическая классификация и общая характеристика спортивных упражнений. | 27  | 8  | 0 | 8  | 0 | 11 | Устный или письменный опрос                              |
| 10  | Физиологические основы физических (двигательных) качеств.                   | 27  | 8  | 0 | 8  | 0 | 11 | Устный или письменный опрос                              |
| 11  | Спортивная работоспособность в особых условиях внешней среды.               | 27  | 8  | 0 | 8  | 0 | 11 |  |
| 12  | Физиологические основы тренировки разных контингентов населения.            | 27  | 8  | 0 | 8  | 0 | 11 |  |
| Всего   |   | 108 | 32 | 0 | 32 | 0 | 44 |  |
| Биомеханика двигательной деятельности                     |   |     |    |   |    |   |    |  |
| 13  | Введение в биомеханику. Физические основы биомеханики.                      | 28  | 4  | 0 | 4  | 0 | 20 | устный опрос   |
| 14  | Биомеханика скелетно-мышечной системы человека.                             | 24  | 6  | 0 | 6  | 0 | 12 | устный опрос, практическая (расчетно-графическая) работа |
| 15  | Механические характеристики движений человека.                              | 28  | 8  | 0 | 8  | 0 | 12 | устный опрос, практическая (расчетно-графическая) работа |
| 16  | Биомеханические основы опорного взаимодействия.                             | 28  | 8  | 0 | 8  | 0 | 12 | устный опрос, практическая (расчетно-графическая) работа |
| Всего   |   | 108 | 26 | 0 | 26 | 0 | 56 |  |
| Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности |   |     |    |   |    |   |    |  |
| 17  | Введение в дисциплину   | 11  | 1  | 0 | 4  | 0 | 6  | Устный опрос   |
| 18  | Гигиена спортивных сооружений   | 11  | 1  | 0 | 4  | 0 | 6  | Устный опрос   |
| 19  | Личная гигиена  | 14  | 2  | 0 | 4  | 0 | 8  | Устный опрос   |

|                            |   |     |    |   |    |   |    |                             |
|----------------------------|---|-----|----|---|----|---|----|-----------------------------|
| 20                         | Гигиена занятия физическими упражнениями с оздоровительной целью, гигиена закаливания | 14  | 2  | 0 | 4  | 0 | 8  | Устный опрос                |
| 21                         | Гигиенические требования к занятиям отдельными видами спорта                          | 22  | 2  | 0 | 8  | 0 | 12 | Устный опрос                |
| 22                         | Гигиена питания   | 18  | 4  | 0 | 4  | 0 | 10 | Устный опрос                |
| 23                         | Хроногигиена, хронобиотипы  | 18  | 4  | 0 | 4  | 0 | 10 | Устный опрос                |
| Всего                      |   | 108 | 16 | 0 | 32 | 0 | 60 |                             |
| Основы спортивной медицины |   |     |    |   |    |   |    |                             |
| 24                         | Тема 1.   | 54  | 12 | 0 | 12 | 0 | 30 | Устный или письменный опрос |
| 25                         | Тема 2.   | 54  | 12 | 0 | 12 | 0 | 30 | Устный или письменный опрос |
| Всего                      |   | 108 | 24 | 0 | 24 | 0 | 60 |                             |
| Физиология человека        |   |     |    |   |    |   |    |                             |
| 26                         | Введение в физиологию   | 5   | 1  | 0 | 0  | 0 | 4  | Устный или письменный опрос |
| 27                         | Общие закономерности протекания жизненных процессов                                   | 5   | 1  | 0 | 0  | 0 | 4  | Устный или письменный опрос |
| 28                         | Физиология системы крови  | 8   | 2  | 0 | 2  | 0 | 4  | Устный или письменный опрос |
| 29                         | Физиология иммунной системы   | 6   | 2  | 0 | 0  | 0 | 4  | Устный или письменный опрос |
| 30                         | Физиология системы кровообращения   | 10  | 2  | 0 | 4  | 0 | 4  | Устный или письменный опрос |
| 31                         | Физиология системы дыхания  | 12  | 4  | 0 | 4  | 0 | 4  | Устный или письменный опрос |
| 32                         | Физиология системы пищеварения  | 10  | 4  | 0 | 2  | 0 | 4  | Устный или письменный опрос |
| 33                         | Обмен веществ и энергии   | 10  | 2  | 0 | 4  | 0 | 4  | Устный или письменный       |

|  |   |      |     |   |     |   |     |                             |
|--|---|------|-----|---|-----|---|-----|-----------------------------|
|  |   |      |     |   |     |   |     | й опрос                     |
| 34                                       | Физиология выделительной системы        | 7    | 1   | 0 | 0   | 0 | 6   | Устный или письменный опрос |
| 35                                       | Физиология терморегуляции               | 8    | 2   | 0 | 0   | 0 | 6   | Устный или письменный опрос |
| 36                                       | Физиология вегетативной нервной системы | 12   | 2   | 0 | 4   | 0 | 6   | Устный или письменный опрос |
| 37                                       | Физиология центральной нервной системы  | 12   | 2   | 0 | 4   | 0 | 6   | Устный или письменный опрос |
| 38                                       | Физиология эндокринной системы          | 8    | 2   | 0 | 0   | 0 | 6   | Устный или письменный опрос |
| 39                                       | Физиология сенсорных систем             | 7    | 1   | 0 | 0   | 0 | 6   | Устный или письменный опрос |
| 40                                       | Физиология высшей нервной деятельности  | 12   | 2   | 0 | 4   | 0 | 6   | Устный или письменный опрос |
| 41                                       | Физиология нервно-мышечного аппарата    | 12   | 2   | 0 | 4   | 0 | 6   | Устный или письменный опрос |
| Всего                                    |   | 144  | 32  | 0 | 32  | 0 | 80  |                             |
| Возрастная физиология                    |   |      |     |   |     |   |     |                             |
| 42                                       | Тема 1.                                 | 54   | 8   | 0 | 16  | 0 | 30  | Устный или письменный опрос |
| 43                                       | Тема 2.                                 | 54   | 8   | 0 | 16  | 0 | 30  | Устный или письменный опрос |
| Всего                                    |   | 108  | 16  | 0 | 32  | 0 | 60  |                             |
| Основы здоровья и здорового образа жизни |   |      |     |   |     |   |     |                             |
| 44                                       | Тема 1.                                 | 72   | 16  | 0 | 16  | 0 | 40  | Устный или письменный опрос |
| 45                                       | Тема 2.                                 | 72   | 16  | 0 | 16  | 0 | 40  | Устный или письменный опрос |
| Всего                                    |   | 144  | 32  | 0 | 32  | 0 | 80  |                             |
| Основы спортивного питания               |   |      |     |   |     |   |     |                             |
| 46                                       | Тема 1.                                 | 54   | 6   | 0 | 18  | 0 | 30  | Устный опрос                |
| 47                                       | Тема 2.                                 | 54   | 6   | 0 | 18  | 0 | 30  | Устный опрос, тест          |
| Всего                                    |   | 108  | 12  | 0 | 36  | 0 | 60  |                             |
| Всего по модулю                          |   | 1116 | 222 | 0 | 310 | 0 | 584 |                             |

Заочная, часов на контроль:76

| № п/п                    | Наименование раздела (темы)   | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |   | Самостоятельная работа | Формы текущего контроля успеваемости |
|--------------------------|---|------------------------------------|--------------------------------|--|---|---|------------------------|--------------------------------------|
|                          |   | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   |   |                        |                                      |
|                          |   |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия |   |                        |                                      |
| <b>Анатомия человека</b> |   |                                    |                                |  |   |   |                        |                                      |
| 1                        | Предмет и методы анатомии человека. Общие сведения о тканях, органах и системах органов     | 14                                 | 1                              | 0                                      | 0   | 0 | 13                     | Устный или письменный опрос          |
| 2                        | Учение о костях. Соединения костей. Общий план скелета человека                             | 25                                 | 2                              | 0                                      | 3   | 0 | 20                     | Устный или письменный опрос          |
| 3                        | Учение о мышцах. Общие сведения о мышцах  | 25                                 | 2                              | 0                                      | 3   | 0 | 20                     | Устный или письменный опрос          |
| 4                        | Учение о внутренних органах   | 23                                 | 1                              | 0                                      | 2   | 0 | 20                     | Устный или письменный опрос          |
| 5                        | Общие сведения о кровеносной системе. Строение сердца и работа сердца                       | 28                                 | 1                              | 0                                      | 2   | 0 | 25                     | Устный или письменный опрос          |
| 6                        | Общие сведения о нервной системе. Спинной мозг. Рефлекторная дуга. Строение головного мозга | 28                                 | 1                              | 0                                      | 2   | 0 | 25                     | Устный или письменный опрос          |
| 7                        | Вегетативная нервная система  | 33                                 | 1                              | 0                                      | 2   | 0 | 30                     | Устный или письменный опрос          |
| 8                        | Учение об анализаторах и сенсорных системах   | 31                                 | 1                              | 0                                      | 0   | 0 | 30                     | Устный или письменный опрос          |
| Всего                    |   | 207                                | 10                             | 0                                      | 14  | 0 | 183                    |                                      |
| <b>Физиология спорта</b> |   |                                    |                                |  |   |   |                        |                                      |
| 9                        | Физиологическ   | 67                                 | 6                              | 0                                      | 2   | 0 | 59                     | Устный                               |

|   |   |     |    |   |   |   |     |                             |
|---|---|-----|----|---|---|---|-----|-----------------------------|
|   | ая классификация и общая характеристика спортивных упражнений.                        |     |    |   |   |   |     | или письменный опрос        |
| 10  | Физиологические основы физических (двигательных) качеств.                             | 68  | 6  | 0 | 2 | 0 | 60  | Устный или письменный опрос |
| 11  | Спортивная работоспособность в особых условиях внешней среды.                         | 0   | 0  | 0 | 0 | 0 | 0   |                             |
| 12  | Физиологические основы тренировки разных контингентов населения.                      | 0   | 0  | 0 | 0 | 0 | 0   |                             |
| Всего   |   | 135 | 12 | 0 | 4 | 0 | 119 |                             |
| Биомеханика двигательной деятельности                     |   |     |    |   |   |   |     |                             |
| 13  | Введение в биомеханику. Физические основы биомеханики.                                | 66  | 2  | 0 | 4 | 0 | 60  | устный опрос                |
| 14  | Биомеханика скелетно-мышечной системы человека.                                       | 69  | 4  | 0 | 4 | 0 | 61  | устный опрос                |
| 15  | Механические характеристики движений человека.  | 0   | 0  | 0 | 0 | 0 | 0   |                             |
| 16  | Биомеханические основы опорного взаимодействия.                                       | 0   | 0  | 0 | 0 | 0 | 0   |                             |
| Всего   |   | 135 | 6  | 0 | 8 | 0 | 121 |                             |
| Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности |   |     |    |   |   |   |     |                             |
| 17  | Введение в дисциплину   | 11  | 1  | 0 | 0 | 0 | 10  | Устный опрос                |
| 18  | Гигиена спортивных сооружений   | 23  | 1  | 0 | 2 | 0 | 20  | Практическое задание        |
| 19  | Личная гигиена  | 16  | 1  | 0 | 0 | 0 | 15  | Устный опрос                |
| 20  | Гигиена занятия физическими упражнениями с оздоровительной целью, гигиена закаливания | 21  | 1  | 0 | 0 | 0 | 20  | Устный опрос                |

|                            |  |     |   |   |   |   |     |                             |
|----------------------------|--|-----|---|---|---|---|-----|-----------------------------|
| 21                         | Гигиенические требования к занятиям отдельными видами спорта | 23  | 1 | 0 | 2 | 0 | 20  | Тест                        |
| 22                         | Гигиена питания  | 27  | 1 | 0 | 2 | 0 | 24  | Практическое задание        |
| 23                         | Хроногигиена, хронобиотипы                                   | 14  | 0 | 0 | 2 | 0 | 12  | Устный опрос                |
| Всего                      |  | 135 | 6 | 0 | 8 | 0 | 121 |                             |
| Основы спортивной медицины |  |     |   |   |   |   |     |                             |
| 24                         | Тема 1.  | 66  | 2 | 0 | 4 | 0 | 60  | Устный или письменный опрос |
| 25                         | Тема 2.  | 69  | 4 | 0 | 4 | 0 | 61  | Устный или письменный опрос |
| Всего                      |  | 135 | 6 | 0 | 8 | 0 | 121 |                             |
| Физиология человека        |  |     |   |   |   |   |     |                             |
| 26                         | Введение в физиологию  | 5   | 1 | 0 | 0 | 0 | 4   | Устный или письменный опрос |
| 27                         | Общие закономерности протекания жизненных процессов          | 7   | 1 | 0 | 0 | 0 | 6   | Устный или письменный опрос |
| 28                         | Физиология системы крови                                     | 7   | 1 | 0 | 0 | 0 | 6   | Устный или письменный опрос |
| 29                         | Физиология иммунной системы                                  | 4   | 0 | 0 | 0 | 0 | 4   | Устный или письменный опрос |
| 30                         | Физиология системы кровообращения                            | 10  | 1 | 0 | 1 | 0 | 8   | Устный или письменный опрос |
| 31                         | Физиология системы дыхания                                   | 10  | 1 | 0 | 1 | 0 | 8   | Устный или письменный опрос |
| 32                         | Физиология системы пищеварения                               | 7   | 0 | 0 | 1 | 0 | 6   | Устный или письменный опрос |
| 33                         | Обмен веществ и энергии                                      | 9   | 0 | 0 | 1 | 0 | 8   | Устный или письменный опрос |
| 34                         | Физиология выделительной системы                             | 6   | 0 | 0 | 0 | 0 | 6   | Устный или письменный опрос |
| 35                         | Физиология терморегуляции                                    | 4   | 0 | 0 | 0 | 0 | 4   | Устный или                  |

|  |  |      |    |   |    |   |      |                                       |
|--|--|------|----|---|----|---|------|---------------------------------------|
|  | и  |      |    |   |    |   |      | письменны<br>й опрос                  |
| 36                                       | Физиология<br>вегетативной<br>нервной<br>системы | 9    | 0  | 0 | 1  | 0 | 8    | Устный<br>или<br>письменны<br>й опрос |
| 37                                       | Физиология<br>центральной<br>нервной<br>системы  | 10   | 1  | 0 | 1  | 0 | 8    | Устный<br>или<br>письменны<br>й опрос |
| 38                                       | Физиология<br>эндокринной<br>системы             | 6    | 0  | 0 | 0  | 0 | 6    | Устный<br>или<br>письменны<br>й опрос |
| 39                                       | Физиология<br>сенсорных<br>систем                | 4    | 0  | 0 | 0  | 0 | 4    | Устный<br>или<br>письменны<br>й опрос |
| 40                                       | Физиология<br>высшей<br>нервной<br>деятельности  | 14   | 0  | 0 | 1  | 0 | 13   | Устный<br>или<br>письменны<br>й опрос |
| 41                                       | Физиология<br>нервно<br>мышечного<br>аппарата    | 59   | 0  | 0 | 1  | 0 | 58   | Устный<br>или<br>письменны<br>й опрос |
| Всего                                    |  | 171  | 6  | 0 | 8  | 0 | 157  |                                       |
| Возрастная физиология                    |  |      |    |   |    |   |      |                                       |
| 42                                       | Тема 1.  | 67   | 3  | 0 | 4  | 0 | 60   | Устный<br>или<br>письменны<br>й опрос |
| 43                                       | Тема 2.  | 68   | 3  | 0 | 4  | 0 | 61   | Устный<br>или<br>письменны<br>й опрос |
| Всего                                    |  | 135  | 6  | 0 | 8  | 0 | 121  |                                       |
| Основы здоровья и здорового образа жизни |  |      |    |   |    |   |      |                                       |
| 44                                       | Тема 1.  | 78   | 4  | 0 | 4  | 0 | 70   | Устный<br>или<br>письменны<br>й опрос |
| 45                                       | Тема 2.  | 93   | 4  | 0 | 4  | 0 | 85   | Устный<br>или<br>письменны<br>й опрос |
| Всего                                    |  | 171  | 8  | 0 | 8  | 0 | 155  |                                       |
| Основы спортивного питания               |  |      |    |   |    |   |      |                                       |
| 46                                       | Тема 1.  | 50   | 4  | 0 | 4  | 0 | 42   | Устный<br>опрос, тест                 |
| 47                                       | Тема 2.  | 54   | 6  | 0 | 4  | 0 | 44   | Устный<br>опрос, тест                 |
| Всего                                    |  | 104  | 10 | 0 | 8  | 0 | 86   |                                       |
| Всего по модулю                          |  | 1328 | 70 | 0 | 74 | 0 | 1184 |                                       |

### **5. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

Оценочные материалы представлены в виде фонда оценочных средств по дисциплине (модулю) в приложении к рабочей программе.

## **6. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины (модуля)**

### 6.1. Основная литература

Соколов, В. Г. Основы питания спортсмена : учебное пособие : [16+] / В. ;Г. ;Соколов, Д. ;Н. ;Давиденко, А. ;А. ;Кашицына ; Поволжский государственный технологический университет. – Йошкар-Ола : Поволжский государственный технологический университет, 2017. – 99 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=477282&sr=1](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=477282&sr=1)

Кабанов, Н. А. Анатомия человека : учебник для вузов / Н. А. Кабанов. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 464 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09075-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/bcode/456030>

С получением библиографического описания возникла проблема, URL:<https://e.lanbook.com/book/102612>

С получением библиографического описания возникла проблема, URL:<https://e.lanbook.com/book/116035>

С получением библиографического описания возникла проблема, URL:<https://e.lanbook.com/book/111490>

Спортивная биохимия с основами спортивной фармакологии : учебное пособие для вузов / Л. В. Капилевич, Е. Ю. Дьякова, Е. В. Кошельская, В. И. Андреев. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 151 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11890-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/bcode/451495>

Михайлов, С. С. Биохимия двигательной деятельности : учебник : [12+] / С. ;С. ;Михайлов. – 6-е изд., доп. – Москва : Спорт, 2016. – 296 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=454250](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=454250)

Курс лекций по гигиеническим основам физкультурно-спортивной деятельности : учебное пособие : [16+] / В. ;А. ;Ляпин, И. ;П. ;Флянку, Н. ;В. ;Семенова [и др.] ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра анатомии, физиологии, спортивной медицины и гигиены. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. – 229 с. : ил., табл. –



Режим доступа: по подписке. —

URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=429363](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=429363)

Основы спортивной биохимии [Электронный ресурс] : учебное пособие / сост. Н.А. Мартынов. - Сыктывкар : Изд-во СГУ им. Питирима Сорокина, 2019. - 76 с. URL:[http://e-library.syksu.ru/megapro/Download/MObject/656/Мартынов\\_Н.А.\\_Основы\\_спортивной\\_биохимии.pdf](http://e-library.syksu.ru/megapro/Download/MObject/656/Мартынов_Н.А._Основы_спортивной_биохимии.pdf)

Стеблецов, Е. А. Биомеханика : учебник для вузов / Е. А. Стеблецов, И. И. Болдырев. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 160 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13699-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/book/biomehanika-466427>

Андриянова, Е. Ю. Спортивная медицина : учебное пособие для вузов / Е. Ю. Андриянова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 325 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12603-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/book/sportivnaya-medicina-449010>

Солодков, А. С. Физиология человека : общая, спортивная, возрастная : учебник / А. ;С. ;Солодков, Е. ;Б. ;Сологуб. – 7-е изд. – Москва : Спорт, 2017. – 621 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. — URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=461361&sr=1](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=461361&sr=1)

Фомина, Е. В. Физиология : избранные лекции : учебное пособие : [16+] / Е. ;В. ;Фомина, А. ;Д. ;Ноздрачев ; Московский педагогический государственный университет. – Москва : Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2017. – 172 с. : ил., схем., табл. – Режим доступа: по подписке. — URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=472086>

## 6.2.Дополнительная литература

С получением библиографического описания возникла проблема, URL:<https://e.lanbook.com/book/106043>

С получением библиографического описания возникла проблема, URL:<https://e.lanbook.com/book/110178>

С получением библиографического описания возникла проблема, URL:<https://e.lanbook.com/book/70439>

С получением библиографического описания возникла проблема,  
URL:<https://e.lanbook.com/book/56688>

Флянку, И. П. Гигиеническая характеристика качества воздушной среды и санитарно-технических систем спортивных сооружений : учебное пособие / И. П. Флянку, Н. В. Семенова, Ф. И. Разгонов ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра анатомии, физиологии, спортивной медицины и гигиены. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. – 96 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=429335](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=429335)

Избранные лекции по спортивной биохимии : учебное пособие / сост. О. Н. Кудря, Т. А. Линдт ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра медико-биологических основ физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. – 132 с. : ил., табл., схем., граф. – Режим доступа: по подписке. – URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=429348](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=429348)

Руководство к практическим занятиям по физиологии человека : учебное пособие / под общ. ред. А. С. Солодкова. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Советский спорт, 2011. – 198 с. : ил., табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210496>

Барышева, Е. С. Биохимические основы физиологии питания : учебное пособие / Е. С. Барышева ; Оренбургский государственный университет. – Оренбург : Оренбургский государственный университет, 2017. – 200 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=481746>

### 6.3. Периодические издания и реферативные базы данных

ИВИС : универсальные базы электронных периодических изданий : сайт / ООО «ИВИС». – URL: <https://dlib.eastview.com> . – Режим доступа: для авториз. пользователей.

eLIBRARY.RU : научная электронная библиотека : информационно-аналитический портал / ООО «Научная электронная библиотека». – URL: <https://elibrary.ru> . – Режим доступа: для зарегистр. пользователей.

### 6.4. Электронно-библиотечные системы

ЮРАЙТ : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ». - URL:<https://urait.ru/>. Режим доступа: для авториз. пользователей

– Университетская библиотека онлайн : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «НексМедиа». – URL:<https://biblioclub.ru>. – Режим доступа: для авториз. пользователей.

– Лань : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Издательство ЛАНЬ». – URL:<https://e.lanbook.com>. – Режим доступа: для авториз. пользователей.

#### 6.5. Современные профессиональные базы данных

<https://elibrary.ru/> – национальная библиографическая база данных научного цитирования (профессиональная база данных)

<http://vniifk.ru/>- Федеральный научный центр физической культуры и спорта;

<https://www.minsport.gov.ru/> - Министерство спорта Российской Федерации;

<http://www.infosport.ru/press/fkvot> – Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Ежеквартальный научно методический журнал Российской Академии Образования;

<http://www.lesgaft.spb.ru/>- Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта;

<https://www.sportedu.ru/>- Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК);

<http://lib.sportedu.ru/> - Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту РФ;

<https://www.scopus.com/>– крупнейшая в мире единая реферативная база данных (профессиональная база данных).

<https://www.scopus.com/>– крупнейшая в мире единая реферативная база данных (профессиональная база данных)

<http://www.biochemistry.org> – сайт Международного биохимического общества (The International Biochemical Society);

<http://www.edu.ru/> – Образовательный портал;

#### 6.6. Информационные справочные системы

– Справочно-правовая информационная система Консультант Плюс  
<http://www.consultant.ru/>

### **7. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

В университете образовательная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется на основе образовательных программ,

адаптированных, при необходимости, для обучения указанных лиц, с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

В университет созданы специальные условия для получения образования по образовательным программам обучающимися с ограниченными возможностями здоровья, которые включают в себя использование специальных методов обучения и воспитания, печатные и (или) электронные образовательные ресурсы в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья, специальные технические средства обучения, предоставление услуг ассистента (при необходимости), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, обеспечение доступа в здания университета.

Утверждена в составе Основной  
профессиональной образовательной  
программы высшего образования

**Рабочая программа дисциплины (модуля)**

**Модуль "Коммуникации"**

Направление подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) программы

Физкультурно-спортивная деятельность

Квалификация бакалавр

Формы обучения Очная, Заочная

## 1. Цель и задачи учебной дисциплины (модуля)

Цель учебной дисциплины (модуля) «Модуль "Коммуникации"» состоит в

- развитие у обучающихся навыков делового и межличностного общения на иностранном языке в устной и письменной формах; качественно повысить уровень речевой культуры студентов, развить навыки эффективного речевого поведения в различных ситуациях общения, особенно в учебно-научной и деловой сферах деятельности, расширить общегуманитарный кругозор.

Задачи дисциплины (модуля):

- сформировать навыки устной и письменной речи для решения задач межличностного общения;
- формировать навыки устной и письменной речи для решения задач профессиональной деятельности;
- повышение общей культуры речи;
- формирование и развитие необходимых знаний о языке и профессиональном научно-техническом общении;
- формирование навыков и умений в области деловой и научной речи, написания и защиты учебно-научной работы.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО

Изучение дисциплины (модуля) осуществляется на основе результатов обучения по следующим дисциплинам (модулям):

- иностранного языка, русского языка, изученным на предыдущем уровне получения образования.

Результаты обучения по дисциплине (модулю) лежат в основе освоения следующих дисциплин (модулей), практик:

- модуля "Психолого-педагогический", учебных практик (педагогической и тренерской), производственных практик (профессионально-ориентированной, научно-исследовательской и преддипломной).

## 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине(модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

| Содержание и шифр компетенции  | Планируемые результаты обучения  |  |   |
|--|--|--|---|
|  | Знать  | Уметь  | Владеть   |
| УК-4 Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации | основные правила грамматики и лексику изучаемого языка, необходимые для эффективной устной и письменной коммуникации в | использовать знания по грамматике, лексике и этике профессиональной коммуникации в реальных и моделируемых ситуациях профессионального | навыками решения стереотипных профессиональных задач на русском и иностранном языке |



|  |            |            |            |          |          |          |          |          |          |          |          |          |          |
|--|------------|------------|------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| работа, в том числе:                               |            |            |            |          |          |          |          |          |          |          |          |          |          |
| Лекции   | 2          | 2          | 0          | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Практические (семинарские) занятия                 | 22         | 14         | 8          | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Иная контактная работа, в том числе (при наличии): | 0,65       | 0,4        | 0,25       | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Сдача экзамена                                     | 0,25       | 0          | 0,25       | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Сдача зачета/зачета с оценкой                      | 0,4        | 0,4        | 0          | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Самостоятельная работа обучающихся, в том числе:   | 227,35     | 127,6      | 99,75      | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Подготовка к сдаче экзамена                        | 8,75       | 0          | 8,75       | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Подготовка к сдаче зачета/зачета с оценкой         | 7,6        | 7,6        | 0          | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся       | 211        | 120        | 91         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| <b>ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ</b>                         | <b>252</b> | <b>144</b> | <b>108</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> |

#### 4.3. Тематический план (отдельно для каждой формы обучения)

Очная, часов на контроль:36

| № п/п                               | Наименование раздела (темы)           | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |  | Самостоятельная работа | Формы текущего контроля успеваемости     |
|-------------------------------------|---------------------------------------|------------------------------------|--------------------------------|--|---|--|------------------------|--|
|                                     |                                       | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   |  |                        |  |
|                                     |                                       |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия | В т.ч. в форме практической подготовки |                        |  |
| <b>Иностранный язык(Английский)</b> |                                       |                                    |                                |  |   |  |                        |  |
| 1                                   | Family Life Self-presentation         | 36                                 | 0                              | 0                                      | 16  | 0                                      | 20                     | Vocabulary work, composition             |
| 2                                   | My studies Syktyvkar State University | 36                                 | 0                              | 0                                      | 16  | 0                                      | 20                     | Vocabulary work, presentation            |
| 3                                   | My specialty Academic mobility        | 36                                 | 0                              | 0                                      | 16  | 0                                      | 20                     | Vocabulary work, composition, test paper |
| 4                                   | Research work Public speaking         | 36                                 | 0                              | 0                                      | 16  | 0                                      | 20                     | presentation                             |
| Всего                               |                                       | 144                                | 0                              | 0                                      | 64  | 0                                      | 80                     |  |
| <b>Иностранный язык(Немецкий)</b>   |                                       |                                    |                                |  |   |  |                        |  |
| 5                                   | Über sich selbst                      | 20                                 | 0                              | 0                                      | 10  | 0                                      | 10                     | презентация, резюме, грамматичес         |



|                               |   |     |   |   |    |   |    |  |
|-------------------------------|---|-----|---|---|----|---|----|--|
|                               |   |     |   |   |    |   |    | кий тест   |
| 6                             | Die Universität Syktyvkar   | 20  | 0 | 0 | 10 | 0 | 10 | презентация, грамматический тест                     |
| 7                             | Mein Fach   | 25  | 0 | 0 | 10 | 0 | 15 | презентация, интервью на работу, грамматический тест |
| 8                             | Das Studium im Ausland  | 25  | 0 | 0 | 10 | 0 | 15 | письмо-заявка, грамматический тест                   |
| 9                             | Wissenschaftliche Arbeit  | 25  | 0 | 0 | 10 | 0 | 15 | статья, грамматический тест                          |
| 10                            | Öffentliche Rede  | 29  | 0 | 0 | 14 | 0 | 15 | доклад с презентацией, грамматический тест           |
| Всего                         |   | 144 | 0 | 0 | 64 | 0 | 80 |  |
| Иностранный язык(Французский) |   |     |   |   |    |   |    |  |
| 11                            | Ma présentation   | 10  | 0 | 0 | 4  | 0 | 6  | CV Letter de motivation<br>Présentation de soi-même  |
| 12                            | Université  | 18  | 0 | 0 | 8  | 0 | 10 | Présentation   |
| 13                            | Ma spécialité   | 18  | 0 | 0 | 8  | 0 | 10 | Présentation   |
| 14                            | Les études à l'étranger   | 18  | 0 | 0 | 8  | 0 | 10 | Dissertation   |
| 15                            | Le travail scientifique   | 18  | 0 | 0 | 8  | 0 | 10 | Article<br>Résumé                                    |
| 16                            | L'art oratoire  | 18  | 0 | 0 | 8  | 0 | 10 | Rapport  |
| 17                            | Temps du mode indicatif   | 18  | 0 | 0 | 8  | 0 | 10 | Test   |
| 18                            | Forme passive<br>Conditionnel<br>Ordre des mots   | 26  | 0 | 0 | 12 | 0 | 14 | Test   |
| Всего                         |   | 144 | 0 | 0 | 64 | 0 | 80 |  |
| Русский язык и культура речи  |   |     |   |   |    |   |    |  |
| 19                            | Литературный язык – основа культуры речи. Природа и сущность языка. Формы существования литературного языка | 3   | 1 | 0 | 0  | 0 | 2  | Вопросы для опроса                                   |
| 20                            | Язык как средство общения   | 5   | 1 | 0 | 2  | 0 | 2  | Вопросы для опроса<br>деловая игра                   |
| 21                            | Коммуникативный аспект культуры речи. Система коммуникативных качеств речи. Условия эффективной             | 7   | 2 | 0 | 1  | 0 | 4  | Вопросы для опроса                                   |

|                 |  |     |    |   |     |   |     |   |
|-----------------|--|-----|----|---|-----|---|-----|---|
|                 | коммуникации   |     |    |   |     |   |     |   |
| 22              | Особенности устной и письменной речи. Речевой этикет. Чтение и слушание как виды речевой деятельности.                 | 5   | 2  | 0 | 1   | 0 | 2   | Вопросы для опроса<br>деловая игра                                  |
| 23              | Нормы современного русского литературного языка  | 16  | 0  | 0 | 6   | 0 | 10  | Проверка конспектов, выполнение упражнений                          |
| 24              | Функциональные стили, области их применения.   | 7   | 3  | 0 | 0   | 0 | 4   | Вопросы для опроса<br>выполнение упражнений                         |
| 25              | Научный стиль речи. Жанры научного стиля, его языковые особенности.  | 9   | 3  | 0 | 2   | 0 | 4   | Вопросы для опроса<br>выполнение упражнений<br>проверка конспектов, |
| 26              | Официально-деловой стиль. Жанры официально-делового стиля, его языковые особенности. Культура официально-деловой речи. | 12  | 4  | 0 | 2   | 0 | 6   | Вопросы для опроса<br>проверка конспектов, выполнение упражнений    |
| 27              | Основы мастерства публичного выступления. Культура дискусивно-полемической речи.                                       | 8   | 0  | 0 | 2   | 0 | 6   | Вопросы для опроса,<br>ролевая игра                                 |
| Всего           |  | 72  | 16 | 0 | 16  | 0 | 40  |   |
| Всего по модулю |  | 504 | 16 | 0 | 208 | 0 | 280 |   |

Заочная, часов на контроль:17

| № п/п                        | Наименование раздела (темы)   | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |  | Самостоятельная работа | Формы текущего контроля успеваемости |
|------------------------------|-------------------------------|------------------------------------|--------------------------------|--|---|--|------------------------|--------------------------------------|
|                              |                               | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   |  |                        |                                      |
|                              |                               |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия | В т.ч. в форме практической подготовки |                        |                                      |
| Иностранный язык(Английский) |                               |                                    |                                |  |   |  |                        |                                      |
| 1                            | Family Life Self-presentation | 34                                 | 0                              | 0                                      | 4   | 0                                      | 30                     | Vocabulary work, composition         |
| 2                            | My studies Syktyvkar State    | 44                                 | 0                              | 0                                      | 4   | 0                                      | 40                     | Vocabulary work,                     |

|                               |   |     |   |   |    |   |     |  |
|-------------------------------|---|-----|---|---|----|---|-----|--|
|                               | University  |     |   |   |    |   |     | presentation   |
| 3                             | My specialty<br>Academic mobility   | 44  | 0 | 0 | 4  | 0 | 40  | Vocabulary work,<br>composition,<br>test paper             |
| 4                             | Research work<br>Public speaking  | 45  | 0 | 0 | 4  | 0 | 41  | presentation   |
| Всего                         |   | 167 | 0 | 0 | 16 | 0 | 151 |  |
| Иностранный язык(Немецкий)    |   |     |   |   |    |   |     |  |
| 5                             | Über sich selbst  | 22  | 0 | 0 | 2  | 0 | 20  | презентация,<br>резюме,<br>грамматический тест             |
| 6                             | Die Universität<br>Syktyvkar  | 22  | 0 | 0 | 2  | 0 | 20  | презентация,<br>грамматический тест                        |
| 7                             | Mein Fach   | 34  | 0 | 0 | 4  | 0 | 30  | презентация,<br>интервью на работу,<br>грамматический тест |
| 8                             | Das Studium im<br>Ausland   | 34  | 0 | 0 | 4  | 0 | 30  | письмо-заявка,<br>грамматический тест                      |
| 9                             | Wissenschaftliche Arbeit  | 32  | 0 | 0 | 2  | 0 | 30  | статья,<br>грамматический тест                             |
| 10                            | Öffentliche Rede  | 23  | 0 | 0 | 2  | 0 | 21  | доклад с презентацией,<br>грамматический тест              |
| Всего                         |   | 167 | 0 | 0 | 16 | 0 | 151 |  |
| Иностранный язык(Французский) |   |     |   |   |    |   |     |  |
| 11                            | Ma présentation   | 22  | 0 | 0 | 2  | 0 | 20  | CV Letter de motivation<br>Présentation de soi-même        |
| 12                            | Université  | 22  | 0 | 0 | 2  | 0 | 20  | Présentation   |
| 13                            | Ma spécialité   | 22  | 0 | 0 | 2  | 0 | 20  | Présentation   |
| 14                            | Les études à l'étranger   | 22  | 0 | 0 | 2  | 0 | 20  | Dissertation   |
| 15                            | Le travail scientifique   | 22  | 0 | 0 | 2  | 0 | 20  | Article<br>Résumé  |
| 16                            | L'art oratoire  | 22  | 0 | 0 | 2  | 0 | 20  | Rapport  |
| 17                            | Temps du mode indicatif   | 19  | 0 | 0 | 2  | 0 | 17  | Test   |
| 18                            | Forme passive<br>Conditionnel<br>Ordre des mots   | 16  | 0 | 0 | 2  | 0 | 14  | Test   |
| Всего                         |   | 167 | 0 | 0 | 16 | 0 | 151 |  |
| Русский язык и культура речи  |   |     |   |   |    |   |     |  |
| 19                            | Литературный язык – основа культуры речи. Природа и сущность языка. Формы существования литературного | 10  | 2 | 0 | 0  | 0 | 8   | Вопросы для опроса   |

|                 |  |     |   |   |    |   |     |                    |
|-----------------|--|-----|---|---|----|---|-----|--------------------|
|                 | языка  |     |   |   |    |   |     |                    |
| 20              | Язык как средство общения  | 7   | 0 | 0 | 1  | 0 | 6   | Вопросы для опроса |
| 21              | Коммуникативный аспект культуры речи. Система коммуникативных качеств речи. Условия эффективной коммуникации           | 5   | 0 | 0 | 1  | 0 | 4   | Вопросы для опроса |
| 22              | Особенности устной и письменной речи. Речевой этикет. Чтение и слушание как виды речевой деятельности.                 | 5   | 0 | 0 | 1  | 0 | 4   | Вопросы для опроса |
| 23              | Нормы современного русского литературного языка  | 7   | 0 | 0 | 1  | 0 | 6   | Вопросы для опроса |
| 24              | Функциональные стили, области их применения.   | 7   | 0 | 0 | 1  | 0 | 6   | Вопросы для опроса |
| 25              | Научный стиль речи. Жанры научного стиля, его языковые особенности.  | 7   | 0 | 0 | 1  | 0 | 6   | Вопросы для опроса |
| 26              | Официально-деловой стиль. Жанры официально-делового стиля, его языковые особенности. Культура официально-деловой речи. | 10  | 0 | 0 | 0  | 0 | 10  | Вопросы для опроса |
| 27              | Основы мастерства публичного выступления. Культура дискусивно-полемической речи.                                       | 10  | 0 | 0 | 0  | 0 | 10  | Вопросы для опроса |
| Всего           |  | 68  | 2 | 0 | 6  | 0 | 60  |                    |
| Всего по модулю |  | 569 | 2 | 0 | 54 | 0 | 513 |                    |

**5. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

Оценочные материалы представлены в виде фонда оценочных средств по дисциплине (модулю) в приложении к рабочей программе.

## **6. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины (модуля)**

### **6.1. Основная литература**

Русский язык и культура речи : учебник и практикум для вузов / В. Д. Черняк [и др.] ; под редакцией В. Д. Черняк. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 363 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02663-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/bcode/449970>

Аитов, В. Ф. Английский язык (A1-B1+) : учебное пособие для академического бакалавриата / В. Ф. Аитов, В. М. Аитова, С. В. Кади. — 13-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 234 с. — (Университеты России). — ISBN 978-5-534-07022-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://www.urait.ru/book/angliyskiy-yazyk-a1-v1-437603>

Бурова, З. И. Учебник английского языка для гуманитарных специальностей ВУЗов / З. ;И. ;Бурова. — 8-е изд. — Москва : АЙРИС-пресс, 2011. — 563 с. — (Высшее образование). — Режим доступа: по подписке. — URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=79002>

Богатырёва, М. А. Учебник английского языка: для неязыковых гуманитарных вузов. Начальный этап обучения : учебное пособие : [16+] / М. ;А. ;Богатырёва. — 3-е изд., стер. — Москва : ФЛИНТА, 2017. — 637 с. — (Библиотека студента). — Режим доступа: по подписке. — URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=93367>

Невзорова, Г. Д. Английский язык. Грамматика : учебное пособие для академического бакалавриата / Г. Д. Невзорова, Г. И. Никитушкина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 213 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-09359-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://www.urait.ru/book/angliyskiy-yazyk-grammatika-434606>

Смирнова, Т. Н. Немецкий язык. Deutsch mit lust und liebe. Продвинутый уровень : учебник и практикум для академического бакалавриата / Т. Н. Смирнова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 276 с. — (Бакалавр. Академический

курс). — ISBN 978-5-534-02468-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/bcode/434291>

Катаева, А. Г. Немецкий язык для гуманитарных вузов + аудиоматериалы в ЭБС : учебник и практикум для академического бакалавриата / А. Г. Катаева, С. Д. Катаев, В. А. Гандельман. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 269 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-01265-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/bcode/431924>

Беликова, Г. В. Французский язык: говорим, пишем, мыслим=Le Français : parler, écrire, réfl échir : учебное пособие / Г. ;В. ;Беликова, О. ;А. ;Кулагина ; Московский педагогический государственный университет. — Москва : Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2018. — 248 с. — Режим доступа: по подписке. — URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=500305>

Немецкий язык для бакалавров (начальный уровень) : учебник : [16+] / А. ;С. ;Бутусова, М. ;В. ;Лесняк, В. ;Д. ;Фатымина, О. ;П. ;Колесникова ; отв. ред. А. С. Бутусова ; Южный федеральный университет, Институт филологии, журналистики и межкультурной коммуникации. — Ростов-на-Дону ; Таганрог : Южный федеральный университет, 2017. — Часть 1. — 181 с. : ил. — Режим доступа: по подписке. — URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=499889](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=499889)

## 6.2. Дополнительная литература

Культура речи. Научная речь : учебное пособие для вузов / В. В. Химик [и др.] ; под редакцией В. В. Химика, Л. Б. Волковой. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 270 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06603-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/bcode/451985>

С получением библиографического описания возникла проблема, URL:<http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976510524.html?SSr=4501343b7213128f294d55btbnbunchuk>

Ваганова, Т. П. Английский язык для неязыковых факультетов : учебное пособие : [16+] / Т. ;П. ;Ваганова. — Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. — 169 с. : ил. — Режим доступа: по подписке. — URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278868>

Вельчинская, В. А. Грамматика английского языка : учебно-методическое пособие / В. ;А. ;Вельчинская. – 5-е изд., стер. – Москва : ФЛИНТА, 2018. – 232 с. – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=79509>

Даниленко, О. В. Практический курс английского языка : учебное пособие / О. ;В. ;Даниленко ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2015. – 252 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483275>

Рябцева, О. М. Deutsche Grammatik mit Übungen : учебное пособие : [16+] / О. ;М. ;Рябцева ; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, Южный федеральный университет, Инженерно-технологическая академия. – Ростов-на-Дону ; Таганрог : Южный федеральный университет, 2018. – 186 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=561245](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=561245)

Лядский, В. Г. Французский язык в современных письменных средствах массовой информации : учебное пособие : [16+] / В. ;Г. ;Лядский, И. ;И. ;Дегтярева ; Институт мировых цивилизаций. – Москва : Институт мировых цивилизаций, 2019. – 228 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=598450>

### 6.3. Периодические издания и реферативные базы данных

ИВИС : универсальные базы электронных периодических изданий : сайт / ООО «ИВИС». – URL: <https://dlib.eastview.com> . – Режим доступа: для авториз. пользователей.

### 6.4. Электронно-библиотечные системы

ЮРАЙТ : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ». - URL:<https://urait.ru/>. Режим доступа: для авториз. пользователей

– Университетская библиотека онлайн : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «НексМедиа». – URL:<https://biblioclub.ru>. – Режим доступа: для авториз. пользователей.

– Консультант студента : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Политехресурс». – URL:<http://www.studentlibrary.ru>Режим доступа: для авториз. пользователей.

### 6.5. Современные профессиональные базы данных

### 6.6. Информационные справочные системы

– Справочно-правовая информационная система Консультант Плюс  
<http://www.consultant.ru/>

## **7. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

В университете образовательная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется на основе образовательных программ, адаптированных, при необходимости, для обучения указанных лиц, с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

В университет созданы специальные условия для получения образования по образовательным программам обучающимися с ограниченными возможностями здоровья, которые включают в себя использование специальных методов обучения и воспитания, печатные и (или) электронные образовательные ресурсы в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья, специальные технические средства обучения, предоставление услуг ассистента (при необходимости), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, обеспечение доступа в здания университета.



Утверждена в составе Основной  
профессиональной образовательной  
программы высшего образования

**Рабочая программа дисциплины (модуля)**

**Логика и теория аргументации**

Направление подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) программы

Физкультурно-спортивная деятельность

Квалификация бакалавр

Формы обучения Очная, Заочная

## 1. Цель и задачи учебной дисциплины (модуля)

Цель учебной дисциплины «Логика и теория аргументации» - формирование основ логической культуры и логически правильного мышления для подготовки обучающихся к профессиональной деятельности

Задачи дисциплины (модуля):

Умение оперировать четкими понятиями

Давать ясные определения и точно формулировать проблемы

Анализировать свои и чужие рассуждения

Умение убеждать и обосновывать свои высказывания

Правильно и корректно вести диалог.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО

Изучение дисциплины (модуля) осуществляется на основе результатов обучения по следующим дисциплинам (модулям):

Дисциплина строится на результатах обучения по ранее изученным дисциплинам:

Философия

Результаты обучения по дисциплине (модулю) лежат в основе освоения следующих дисциплин (модулей), практик:

логика и теория аргументации, формируя у обучающихся основополагающие принципы правильного (познающего) мышления, непосредственно связана как с дисциплинами гуманитарного, социального и экономического, так и профессионального циклов.

## 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине(модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

| Содержание и шифр компетенции   | Планируемые результаты обучения               |   |  |
|---|---|---|--|
|   | Знать   | Уметь   | Владеть  |
| УК-1 Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач | принципы сбора, отбора и обобщения информации | соотносить разнородные явления и систематизировать их в рамках избранных видов деятельности | способен грамотно, логично, аргументированно формировать собственные суждения и оценки |

## 4. Объем и содержание дисциплины (модуля)

4.1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля):

Очная форма обучения: 2 зачетных единицы, 72 часа



|  |     |   |   |     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|--|-----|---|---|-----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| том числе:                                   |     |   |   |     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| Подготовка к сдаче зачета/зачета оценкой     | 3,8 | 0 | 0 | 3,8 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся | 58  | 0 | 0 | 58  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ                          | 72  | 0 | 0 | 72  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |

#### 4.3. Тематический план (отдельно для каждой формы обучения)

##### Очная

| № п/п | Наименование раздела (темы)                 | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |  |                        | Формы текущего контроля успеваемости |
|-------|---|------------------------------------|--------------------------------|--|---|--|------------------------|--------------------------------------|
|       |   | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   |  | Самостоятельная работа |                                      |
|       |   |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия | В т.ч. в форме практической подготовки |                        |                                      |
| 1     | Предмет логики и задачи теории аргументации | 6                                  | 2                              | 0                                      | 0   | 0                                      | 4                      | решение задач                        |
| 2     | Логические основы аргументации              | 26                                 | 6                              | 0                                      | 6   | 0                                      | 14                     | решение задач                        |
| 3     | Аргументация и доказательство               | 30                                 | 6                              | 0                                      | 8   | 0                                      | 16                     | решение задач                        |
| 4     | Рациональный спор                           | 10                                 | 2                              | 0                                      | 2   | 0                                      | 6                      | решение задач                        |
| Всего |   | 72                                 | 16                             | 0                                      | 16  | 0                                      | 40                     |                                      |

##### Заочная, часов на контроль:4

| № п/п | Наименование раздела (темы)                 | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |  |                        | Формы текущего контроля успеваемости |
|-------|---|------------------------------------|--------------------------------|--|---|--|------------------------|--------------------------------------|
|       |   | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   |  | Самостоятельная работа |                                      |
|       |   |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия | В т.ч. в форме практической подготовки |                        |                                      |
| 1     | Предмет логики и задачи теории аргументации | 8                                  | 0                              | 0                                      | 0   | 0                                      | 8                      | решение задач                        |
| 2     | Логические основы аргументации              | 26                                 | 2                              | 0                                      | 4   | 0                                      | 20                     | решение задач                        |

|       |                               |    |   |   |   |   |    |              |
|-------|-------------------------------|----|---|---|---|---|----|--------------|
|       | и                             |    |   |   |   |   |    |              |
| 3     | Аргументация и доказательство | 24 | 2 | 0 | 2 | 0 | 20 | решене задач |
| 4     | Рациональный спор             | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 | 10 | решене задач |
| Всего |                               | 68 | 4 | 0 | 6 | 0 | 58 |              |

## **5. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

Оценочные материалы представлены в виде фонда оценочных средств по дисциплине (модулю) в приложении к рабочей программе.

## **6. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины (модуля)**

### **6.1. Основная литература**

Тульчинский, Г. Л. Логика и теория аргументации : учебник для академического бакалавриата / Г. Л. Тульчинский, С. С. Гусев, С. В. Герасимов ; под редакцией Г. Л. Тульчинского. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 233 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-01178-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/bcode/433310>

Хоменко, И. В. Логика. Теория и практика аргументации : учебник и практикум для вузов / И. В. Хоменко. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 327 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-7917-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/book/logika-teoriya-i-praktika-argumentacii-449719>

### **6.2. Дополнительная литература**

Михайлов, К. А. Логика. Практикум : учебное пособие для вузов / К. А. Михайлов, В. В. Горбатов. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 431 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04536-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/bcode/449982>

### 6.3. Периодические издания и реферативные базы данных

ИВИС : универсальные базы электронных периодических изданий : сайт / ООО «ИВИС». – URL: <https://dlib.eastview.com> . – Режим доступа: для авториз. пользователей.

### 6.4. Электронно-библиотечные системы

ЮРАЙТ : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ». - URL: <https://urait.ru/>. Режим доступа: для авториз. пользователей

### 6.5. Современные профессиональные базы данных

### 6.6. Информационные справочные системы

– Справочно-правовая информационная система Консультант Плюс  
<http://www.consultant.ru/>

## **7. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

В университете образовательная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется на основе образовательных программ, адаптированных, при необходимости, для обучения указанных лиц, с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

В университет созданы специальные условия для получения образования по образовательным программам обучающимися с ограниченными возможностями здоровья, которые включают в себя использование специальных методов обучения и воспитания, печатные и (или) электронные образовательные ресурсы в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья, специальные технические средства обучения, предоставление услуг ассистента (при необходимости), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, обеспечение доступа в здания университета.

Утверждена в составе Основной  
профессиональной образовательной  
программы высшего образования

**Рабочая программа дисциплины (модуля)**

**Лечебно-оздоровительное плавание**

Направление подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) программы

Физкультурно-спортивная деятельность

Квалификация бакалавр

Формы обучения Очная, Заочная

## 1. Цель и задачи учебной дисциплины (модуля)

Цель учебной дисциплины (модуля) «Лечебно-оздоровительное плавание» состоит в

- формирование общепрофессиональных и профессиональных компетенций, системы научно-практических знаний, умений и навыков в области физкультурно-оздоровительных технологий, необходимых для профессиональной деятельности магистров физической культуры.

Задачи дисциплины (модуля):

- ознакомить обучающихся с основными видами плавания, применяемыми с рекреационной, лечебной, оздоровительной и профилактической целями;

- научить будущих магистров использовать полученные знания в своей практической деятельности при разработке оздоровительных и корригирующих программ.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО

Изучение дисциплины (модуля) осуществляется на основе результатов обучения по следующим дисциплинам (модулям):

- плаванию, теории и методике физической культуры, теории и организации лечебной физической культуры и пр.

Результаты обучения по дисциплине (модулю) лежат в основе освоения следующих дисциплин (модулей), практик:

- теории и организации адаптивной физической культуры, учебных практик (педагогической и тренерской), производственных практик (профессионально-ориентированной, научно-исследовательской и преддипломной).

## 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине(модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

| Содержание и шифр компетенции   | Планируемые результаты обучения   |  |   |
|---|---|--|---|
|   | Знать   | Уметь  | Владеть   |
| ПК-1 Способен обеспечивать уровень подготовленности занимающихся, соответствующий требованиям федеральных государственных образовательных стандартов, формировать знания, двигательные умения и навыки, а также достаточный уровень подготовленности учащихся для | требования федеральных государственных образовательных стандартов, основы формирования знаний, двигательных умений и навыков. | формировать знания, двигательные умения и навыки, а также достаточный уровень подготовленности учащихся для сохранения и укрепления их здоровья и трудовой деятельности. | навыками планирования обеспечения уровня подготовленности занимающихся, соответствующий требованиям федеральных государственных образовательных стандартов. |



|   |   |  |   |
|---|---|--|---|
| сохранения и укрепления их здоровья и трудовой деятельности   |   |  |   |
| ПК-4 Способен реализовывать программы занятий по двигательной рекреации для различных категорий населения в соответствии с их потребностями | основы организации занятий по двигательной рекреации для различных категорий населения в соответствии с их потребностями. | уметь реализовывать программы занятий по двигательной рекреации для различных категорий населения в соответствии с их потребностями. | навыками реализации программ занятий по двигательной рекреации для различных категорий населения в соответствии с их потребностями. |

#### 4. Объем и содержание дисциплины (модуля)

##### 4.1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля):

Очная форма обучения: 3 зачетных единицы, 108 часов

Заочная форма обучения, 3 зачетных единицы, 108 часов

Формы промежуточной аттестации (отдельно для каждой формы обучения):

Очная форма обучения: Зачет (семестры:8),

Заочная форма обучения: Зачет (семестры:9),

##### 4.2 Виды учебной деятельности и трудоемкость (всего, по семестрам, в часах)

Очная форма обучения

| Виды учебной деятельности                          | Всего, часы | Семестры |          |          |          |          |          |          |          |            |          |          |          |          |
|--|-------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|------------|----------|----------|----------|----------|
|  |             | 1        | 2        | 3        | 4        | 5        | 6        | 7        | 8        | 9          | 10       | 11       | 12       |          |
| Контактная работа, в том числе:                    | 48,2        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 48,2       | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Лекции   | 12          | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 12         | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Практические (семинарские) занятия                 | 36          | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 36         | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Иная контактная работа, в том числе (при наличии): | 0,2         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0,2        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Сдача зачета/зачета с оценкой                      | 0,2         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0,2        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Самостоятельная работа обучающихся, в том числе:   | 59,8        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 59,8       | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Подготовка к сдаче зачета/зачета с оценкой         | 3,8         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 3,8        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся       | 56          | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 56         | 0        | 0        | 0        | 0        |
| <b>ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ</b>                         | <b>108</b>  | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>108</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> |

Заочная форма обучения

| Виды учебной | Всего, | Семестры |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--------------|--------|----------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
|--------------|--------|----------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|

| деятельности                                       | часы       | 1        | 2        | 3        | 4        | 5        | 6        | 7        | 8        | 9          | 10       | 11       | 12       |
|--|------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|------------|----------|----------|----------|
| Контактная работа, в том числе:                    | 12,2       | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 12,2       | 0        | 0        | 0        |
| Лекции   | 4          | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 4          | 0        | 0        | 0        |
| Практические (семинарские) занятия                 | 8          | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 8          | 0        | 0        | 0        |
| Иная контактная работа, в том числе (при наличии): | 0,2        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0,2        | 0        | 0        | 0        |
| Сдача зачета/зачета с оценкой                      | 0,2        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0,2        | 0        | 0        | 0        |
| Самостоятельная работа обучающихся, в том числе:   | 95,8       | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 95,8       | 0        | 0        | 0        |
| Подготовка к сдаче зачета/зачета с оценкой         | 3,8        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 3,8        | 0        | 0        | 0        |
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся       | 92         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 92         | 0        | 0        | 0        |
| <b>ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ</b>                         | <b>108</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>108</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> |

#### 4.3. Тематический план (отдельно для каждой формы обучения)

##### Очная

| № п/п | Наименование раздела (темы)  | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |                        |  | Формы текущего контроля успеваемости |
|-------|--|------------------------------------|--------------------------------|--|---|------------------------|--|--------------------------------------|
|       |  | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   | Самостоятельная работа |  |                                      |
|       |  |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия |                        | В т.ч. в форме практической подготовки |                                      |
| 1     | Роль и место лечебного и лечебно-оздоровительного плавания (ЛОП) в системе физической культуры | 5                                  | 1                              | 0                                      | 2   | 0                      | 2                                      | УО                                   |
| 2     | Организационно-методические основы оздоровительного и лечебного плавания                       | 9                                  | 1                              | 0                                      | 4   | 0                      | 4                                      | УО, К, Д, ИТ                         |
| 3     | Особенности организации и проведения занятий ЛОП   | 22                                 | 2                              | 0                                      | 8   | 0                      | 12                                     | УО, К, Д, ИТ                         |

|       |   |     |    |   |    |   |    |              |
|-------|---|-----|----|---|----|---|----|--------------|
|       | в различные возрастные периоды жизни человека   |     |    |   |    |   |    |              |
| 4     | ЛОП для детей с нарушениями развития ОДА  | 26  | 2  | 0 | 8  | 0 | 16 | УО, К, Д, ИТ |
| 5     | Оздоровительное плавание для женщин в период беременности   | 18  | 2  | 0 | 6  | 0 | 10 | УО, К, Д, ИТ |
| 6     | Оздоровительное плавание для лиц с травматическими повреждениями и ОДА и заболеваниями внутренних органов | 28  | 4  | 0 | 8  | 0 | 16 | УО, К, Д, ИТ |
| Всего |   | 108 | 12 | 0 | 36 | 0 | 60 |              |

Заочная, часов на контроль:4

| № п/п | Наименование раздела (темы)  | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |  |                        | Формы текущего контроля успеваемости |
|-------|--|------------------------------------|--------------------------------|--|---|--|------------------------|--------------------------------------|
|       |  | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   |  | Самостоятельная работа |                                      |
|       |  |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия | В т.ч. в форме практической подготовки |                        |                                      |
| 1     | Роль и место лечебного и оздоровительного плавания (ЛОП) в системе физической культуры | 7                                  | 0                              | 0                                      | 1   | 0                                      | 6                      | УО                                   |
| 2     | Организационно-методические основы оздоровительного и лечебного плавания               | 12                                 | 1                              | 0                                      | 1   | 0                                      | 10                     | УО, К, Д, ИТ                         |
| 3     | Особенности организации и проведения занятий ЛОП в различные                           | 13                                 | 1                              | 0                                      | 2   | 0                                      | 10                     | УО, К, Д, ИТ                         |

|       |   |     |   |   |   |   |    |              |
|-------|---|-----|---|---|---|---|----|--------------|
|       | возрастные периоды жизни человека   |     |   |   |   |   |    |              |
| 4     | ЛОП для детей с нарушениями развития ОДА  | 24  | 1 | 0 | 1 | 0 | 22 | УО, К, Д, ИТ |
| 5     | Оздоровительное плавание для женщин в период беременности   | 23  | 0 | 0 | 1 | 0 | 22 | УО, К, Д, ИТ |
| 6     | Оздоровительное плавание для лиц с травматическими повреждениями и ОДА и заболеваниями внутренних органов | 25  | 1 | 0 | 2 | 0 | 22 | УО, К, Д, ИТ |
| Всего |   | 104 | 4 | 0 | 8 | 0 | 92 |              |

#### **5. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

Оценочные материалы представлены в виде фонда оценочных средств по дисциплине (модулю) в приложении к рабочей программе.

#### **6. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины (модуля)**

##### **6.1. Основная литература**

Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник : [12+] / авт.-сост. О. Э. Евсева, С. П. Евсеев ; под общ. ред. С. П. Евсева. – Москва : Спорт, 2016. – 385 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=461367](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=461367)

Берговина М.Л. Лечебно-оздоровительное плавание [Электронный ресурс] : Учебное пособие / М. Л. Берговина. - Сыктывкар : Изд-во СГУ им. Питирима Сорокина, 2016. - 74 с. URL:<http://e-library.syktu.ru/megapro/Download/MObject/41/978-5-87661-422-3>  
[Берговина М.Л. Лечебно-оздоровительное плавание. Учебное пособие.pdf](#)

Аикина, Л. И. Дороговая подготовка женщин средствами оздоровительного плавания : учебное пособие : [16+] / Л. ;И. ;Аикина ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2006. – 36 с. : ил., схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=274507](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=274507)

## 6.2.Дополнительная литература

Актуальные проблемы адаптивной физической культуры и спорта: материалы научно-практической конференции (V фестиваль по адаптивной физической культуре) / Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2016. – 441 с. : табл., граф., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=573717](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=573717)

Степанова, М. В. Плавание в системе физического воспитания студентов вузов : учебное пособие / М. ;В. ;Степанова ; Оренбургский государственный университет. – 2-е, изд., доп. – Оренбург : Оренбургский государственный университет, 2017. – 137 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=481808](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=481808)

## 6.3.Периодические издания и реферативные базы данных

ИБИС : универсальные базы электронных периодических изданий : сайт / ООО «ИБИС». – URL: <https://dlib.eastview.com> . – Режим доступа: для авториз. пользователей.

## 6.4. Электронно-библиотечные системы

– Университетская библиотека онлайн : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «НексМедиа». – URL:<https://biblioclub.ru>. – Режим доступа: для авториз. пользователей.

## 6.5. Современные профессиональные базы данных

<https://www.culture.ru/> «Культура.РФ» — гуманитарный просветительский проект, посвященный культуре России

<http://www.edu.ru/> – Образовательный портал;

<http://sudrf.ru/> - Государственная автоматизированная система Российской Федерации «Правосудие», интернет портал;

<http://www.edu.ru/> - российский образовательный портал;

## 6.6. Информационные справочные системы

– Справочно-правовая информационная система Консультант Плюс  
<http://www.consultant.ru/>

## **7. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

В университете образовательная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется на основе образовательных программ, адаптированных, при необходимости, для обучения указанных лиц, с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

В университет созданы специальные условия для получения образования по образовательным программам обучающимися с ограниченными возможностями здоровья, которые включают в себя использование специальных методов обучения и воспитания, печатные и (или) электронные образовательные ресурсы в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья, специальные технические средства обучения, предоставление услуг ассистента (при необходимости), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, обеспечение доступа в здания университета.

Утверждена в составе Основной  
профессиональной образовательной  
программы высшего образования

**Рабочая программа дисциплины (модуля)**

**Культурология**

Направление подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) программы

Физкультурно-спортивная деятельность

Квалификация бакалавр

Формы обучения Очная, Заочная

## 1. Цель и задачи учебной дисциплины (модуля)

Цель учебной дисциплины (модуля) «Культурология» состоит в

Целью дисциплины является введение студентов в знание и понимание культуры как основы коллективной жизни людей.

Задачи дисциплины (модуля):

Задачи дисциплины:

- получить представление об основных понятиях, теориях и концепциях исследования культуры;
- знать специфику типологии культур и иметь представление о различных типах культур;
- воспитание уважения к другим культурам с другими системами ценностей и эстетическими идеалами, готовности к межкультурному диалогу;
- формирование у студентов мировоззренческой культуры, что способствует культурной самоидентификации, позволяющей адаптироваться личности в условиях кросскультурного пространства.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО

Изучение дисциплины (модуля) осуществляется на основе результатов обучения по следующим дисциплинам (модулям):

Дисциплина строится на результатах обучения по ранее изученным дисциплинам:

Философия

история

Результаты обучения по дисциплине (модулю) лежат в основе освоения следующих дисциплин (модулей), практик:

Результаты освоения дисциплины лежат в основе освоения следующих дисциплин, практик:

Связи с общественностью в социальной работе

## 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине(модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

| Содержание и шифр компетенции  | Планируемые результаты обучения  |  |   |
|--|--|--|---|
|  | Знать  | Уметь  | Владеть   |
| УК-5 Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском | основы межкультурной коммуникации, место и роль культурологии в системе научного знания, сущность культуры и ее закономерности развития, функции | анализировать проблемы культурологического характера, вести межкультурный диалог, систематизировать материал, работать в коллективе. | навыками коммуникаций с представителями иных национальностей и конфессий с соблюдением этических и межкультурных норм |



|            |  |  |  |
|------------|--|--|--|
| контекстах | культуры, морфологию культуры, язык и символы культуры, культурные традиции, ценности и нормы, типологию культуры, основные периоды развития мировой культуры, своеобразие русской культуры и ее место в мировой культуре. |  |  |
|------------|--|--|--|

#### 4. Объем и содержание дисциплины (модуля)

##### 4.1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля):

Очная форма обучения: 2 зачетных единицы, 72 часа

Заочная форма обучения, 2 зачетных единицы, 72 часа

Формы промежуточной аттестации (отдельно для каждой формы обучения):

Очная форма обучения: Зачет (семестры:4),

Заочная форма обучения: Зачет (семестры:4),

##### 4.2 Виды учебной деятельности и трудоемкость (всего, по семестрам, в часах)

Очная форма обучения

| Виды учебной деятельности                          | Всего, часы | Семестры |          |          |           |          |          |          |          |          |          |          |          |
|--|-------------|----------|----------|----------|-----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
|  |             | 1        | 2        | 3        | 4         | 5        | 6        | 7        | 8        | 9        | 10       | 11       | 12       |
| Контактная работа, в том числе:                    | 32,2        | 0        | 0        | 0        | 32,2      | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Лекции   | 16          | 0        | 0        | 0        | 16        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Практические (семинарские) занятия                 | 16          | 0        | 0        | 0        | 16        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Иная контактная работа, в том числе (при наличии): | 0,2         | 0        | 0        | 0        | 0,2       | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Сдача зачета/зачета с оценкой                      | 0,2         | 0        | 0        | 0        | 0,2       | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Самостоятельная работа обучающихся, в том числе:   | 39,8        | 0        | 0        | 0        | 39,8      | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Подготовка к сдаче зачета/зачета с оценкой         | 3,8         | 0        | 0        | 0        | 3,8       | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся       | 36          | 0        | 0        | 0        | 36        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| <b>ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ</b>                         | <b>72</b>   | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>72</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> |

Заочная форма обучения

| Виды учебной деятельности                          | Всего, часы | Семестры |          |          |           |          |          |          |          |          |          |          |          |
|--|-------------|----------|----------|----------|-----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
|  |             | 1        | 2        | 3        | 4         | 5        | 6        | 7        | 8        | 9        | 10       | 11       | 12       |
| Контактная работа, в том числе:                    | 10,2        | 0        | 0        | 0        | 10,2      | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Лекции   | 4           | 0        | 0        | 0        | 4         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Практические (семинарские) занятия                 | 6           | 0        | 0        | 0        | 6         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Иная контактная работа, в том числе (при наличии): | 0,2         | 0        | 0        | 0        | 0,2       | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Сдача зачета/зачета с оценкой                      | 0,2         | 0        | 0        | 0        | 0,2       | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Самостоятельная работа обучающихся, в том числе:   | 61,8        | 0        | 0        | 0        | 61,8      | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Подготовка к сдаче зачета/зачета с оценкой         | 3,8         | 0        | 0        | 0        | 3,8       | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся       | 58          | 0        | 0        | 0        | 58        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| <b>ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ</b>                         | <b>72</b>   | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>72</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> |

#### 4.3. Тематический план (отдельно для каждой формы обучения)

##### Очная

| № п/п | Наименование раздела (темы)                                 | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |  |                        | Формы текущего контроля успеваемости                                      |
|-------|---|------------------------------------|--------------------------------|--|---|--|------------------------|---|
|       |   | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   |  | Самостоятельная работа |   |
|       |   |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия | В т.ч. в форме практической подготовки |                        |   |
| 1     | Раздел 1. Культурология в системе гуманитарного знания      | 14                                 | 2                              | 0                                      | 0   | 0                                      | 12                     | тестирование  |
| 2     | Раздел 2. Культура как объект исследования в культурологии. | 26                                 | 6                              | 0                                      | 6   | 0                                      | 14                     | тестирование, выполнение групповых и индивидуальных заданий, устный опрос |
| 3     | Раздел 3. Типология культур                                 | 32                                 | 8                              | 0                                      | 10  | 0                                      | 14                     | тестирование, выполнение групповых и индивидуальных заданий, устный опрос |

|       |    |    |   |    |   |    |  |
|-------|----|----|---|----|---|----|--|
| Всего | 72 | 16 | 0 | 16 | 0 | 40 |  |
|-------|----|----|---|----|---|----|--|

Заочная, часов на контроль:4

| № п/п | Наименование раздела (темы)                                 | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |   | Самостоятельная работа | Формы текущего контроля успеваемости                                      |
|-------|---|------------------------------------|--------------------------------|--|---|---|------------------------|---|
|       |   | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   |   |                        |   |
|       |   |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия |   |                        |   |
| 1     | Раздел 1. Культурология в системе гуманитарного знания      | 24                                 | 2                              | 0                                      | 2   | 0 | 20                     | тестирование  |
| 2     | Раздел 2. Культура как объект исследования в культурологии. | 23                                 | 1                              | 0                                      | 2   | 0 | 20                     | тестирование, выполнение групповых и индивидуальных заданий, устный опрос |
| 3     | Раздел 3. Типология культур                                 | 21                                 | 1                              | 0                                      | 2   | 0 | 18                     | тестирование, выполнение групповых и индивидуальных заданий, устный опрос |
| Всего |   | 68                                 | 4                              | 0                                      | 6   | 0 | 58                     |   |

### **5. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

Оценочные материалы представлены в виде фонда оценочных средств по дисциплине (модулю) в приложении к рабочей программе.

### **6. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины (модуля)**

#### **6.1. Основная литература**

Гуревич, П. С. Культурология : учебник / П. ;С. ;Гуревич. – Москва : Юнити-Дана, 2015. – 327 с. : ил. – (Учебники профессора П.С. Гуревича). – Режим доступа: по подписке. – URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=115380](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=115380)

Садохин, А. П. Культурология : учебное пособие / А. ;П. ;Садохин, И. ;И. ;Толстикова. – Москва : Юнити-Дана, 2015. – 295 с. – (Экзамен). – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=115388>

Торосян, В. Г. Культурология : история мировой и отечественной культуры : учебник / В. Г. Торосян. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. – 960 с. – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=363009>

## 6.2. Дополнительная литература

Культурология. История мировой культуры : учебник / Ф. О. Айсина, И. А. Андреева, С. Д. Бородина [и др.] ; ред. Н. О. Воскресенская. – 2-е изд., стер. – Москва : Юнити-Дана, 2015. – 759 с. : ил. – (Cogito ergo sum). – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=115386>

Меняева, М. П. Теория культуры. Философия культуры : учебное пособие / М. П. Меняева ; Кафедра философских наук. – Челябинск : Челябинская государственная академия культуры и искусств, 2011. – 188 с. – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=492293>

Садохин, А. П. Мировая культура и искусство : учебное пособие / А. П. Садохин. – Москва : Юнити-Дана, 2015. – 415 с. – (Cogito ergo sum). – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=115026>

Жукова, О. А. Избранные работы по философии культуры. Культурный капитал. Русская культура и социальные практики современной России / О. А. Жукова ; Национальный исследовательский университет – Высшая школа экономики, Научная ассоциация исследователей культуры. – Москва : Согласие, 2014. – 536 с. – (Академическая библиотека российской культурологии). – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=363154>

## 6.3. Периодические издания и реферативные базы данных

ИБИС : универсальные базы электронных периодических изданий : сайт / ООО «ИБИС». – URL: <https://dlib.eastview.com> . – Режим доступа: для авториз. пользователей.

eLIBRARY.RU : научная электронная библиотека : информационно-аналитический портал / ООО «Научная электронная библиотека». – URL: <https://elibrary.ru> . – Режим доступа: для зарегистр. пользователей.

## 6.4. Электронно-библиотечные системы

– Университетская библиотека онлайн : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «НексМедиа». – URL:<https://biblioclub.ru>. – Режим доступа: для авториз. пользователей.

## 6.5. Современные профессиональные базы данных

<http://www.rumuseum.ru/> - Информационный портал «Музеи России»

<https://www.culture.ru/> «Культура.РФ» — гуманитарный просветительский проект, посвященный культуре России

<http://www.philosophy.ru/> – философский портал. Содержит обширную библиотеку, а также разделы: справочники, учебники; сетевые энциклопедии, справочники; программы курсов; госстандарты; философские организации и центры;

#### 6.6. Информационные справочные системы

– Справочно-правовая информационная система Консультант Плюс  
<http://www.consultant.ru/>

### **7. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

В университете образовательная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется на основе образовательных программ, адаптированных, при необходимости, для обучения указанных лиц, с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

В университет созданы специальные условия для получения образования по образовательным программам обучающимися с ограниченными возможностями здоровья, которые включают в себя использование специальных методов обучения и воспитания, печатные и (или) электронные образовательные ресурсы в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья, специальные технические средства обучения, предоставление услуг ассистента (при необходимости), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, обеспечение доступа в здания университета.

Утверждена в составе Основной  
профессиональной образовательной  
программы высшего образования

**Рабочая программа дисциплины (модуля)**

**История России**

Направление подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) программы

Физкультурно-спортивная деятельность

Квалификация бакалавр

Формы обучения Очная, Заочная

## 1. Цель и задачи учебной дисциплины (модуля)

Цель учебной дисциплины (модуля) «История России» состоит в формировании цельного представления об основных этапах, направлениях, динамике и особенностях мировой и российской истории с древнейших времен до наших дней; выявить сущность важнейших дискуссионных проблем отечественной истории, определить место и роль России в истории мировых цивилизаций; научить основам объективного и критического анализа изучаемого материала; привить основы исторического мышления.

Задачи дисциплины (модуля):

- приобретение научных знаний об основных методологических концепциях, изучения истории, практического опыта работы с историческими источниками и их научного анализа;
- овладение научными методами исторического исследования, позволяющими на основе собранного материала делать обобщающие выводы по изучаемой проблеме;
- формирование общих представлений об основных этапах исторического развития Западной Европы и России, их специфики и знаковых событий;
- развитие у студентов умения применять профессиональные знания на практике.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО

Изучение дисциплины (модуля) осуществляется на основе результатов обучения по следующим дисциплинам (модулям):

История России базируется на школьных общеобразовательном предмете История.

Результаты обучения по дисциплине (модулю) лежат в основе освоения следующих дисциплин (модулей), практик:

На данной дисциплине основаны дисциплины социально-гуманитарного блока в соответствии с учебным планом.

## 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине(модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

| Содержание и шифр компетенции   | Планируемые результаты обучения        |   |   |
|---|--|---|---|
|   | Знать                                  | Уметь   | Владеть   |
| УК-5 Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах | основные законы исторического развития | Умеет анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия | Владеет навыками коммуникации с представителями иных национальностей и конфессий с соблюдением этических и межкультурных норм |





|  |      |    |      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|--|------|----|------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Подготовка к сдаче экзамена                  | 8,75 | 0  | 8,75 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся | 77   | 44 | 33   | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ                          | 144  | 72 | 72   | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |

#### 4.3. Тематический план (отдельно для каждой формы обучения)

Очная, часов на контроль:24

| № п/п | Наименование раздела (темы)   | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |  | Самостоятельная работа | Формы текущего контроля успеваемости |
|-------|---|------------------------------------|--------------------------------|--|---|--|------------------------|--------------------------------------|
|       |   | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   |  |                        |                                      |
|       |   |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия | В т.ч. в форме практической подготовки |                        |                                      |
| 1     | Раздел 1. Теория и методология исторической науки   | 4                                  | 2                              | 0                                      | 2   | 0                                      | 0                      | Презентации                          |
| 2     | Раздел 2. Особенности становления государственности в России и мире. Древняя Русь (IX – начало XII в.). Русские земли в период политической раздробленности (XII – первая половина XV в.) | 14                                 | 10                             | 0                                      | 4   | 0                                      | 0                      | Презентации                          |
| 3     | Раздел 3. Образование и развитие Российского государства (II пол. XV – XVII вв.)  | 16                                 | 12                             | 0                                      | 4   | 0                                      | 0                      | Презентации                          |
| 4     | Раздел 4. Российский вектор мирового развития в индустриальную эпоху. Российская империя в XVIII – I пол. XIX вв.   | 16                                 | 12                             | 0                                      | 4   | 0                                      | 0                      | Презентации                          |
| 5     | Раздел 5. Россия и мир:   | 16                                 | 12                             | 0                                      | 4   | 0                                      | 0                      | Презентации                          |

|       |  |     |    |   |    |   |   |             |
|-------|--|-----|----|---|----|---|---|-------------|
|       | попытки модернизации и промышленный переворот. Российская империя во II пол. XIX – нач. XX вв.             |     |    |   |    |   |   |             |
| 6     | Раздел 6. Россия и мир в нач. XX в. Россия в условиях войн и революций (1914-1922 гг.)                     | 16  | 12 | 0 | 4  | 0 | 0 | Презентации |
| 7     | Раздел 7. СССР в 1922-1953 гг.   | 18  | 12 | 0 | 4  | 0 | 2 | Презентации |
| 8     | Раздел 8. Россия и мир в системе глобальных тенденций. СССР в 1953-1991 гг. Россия в кон. XX- нач. XXI вв. | 20  | 12 | 0 | 6  | 0 | 2 | Презентации |
| Всего |  | 120 | 84 | 0 | 32 | 0 | 4 |             |

Заочная, часов на контроль:9

| № п/п | Наименование раздела (темы)   | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |  |                        | Формы текущего контроля успеваемости |
|-------|---|------------------------------------|--------------------------------|--|---|--|------------------------|--------------------------------------|
|       |   | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   |  | Самостоятельная работа |                                      |
|       |   |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия | В т.ч. в форме практической подготовки |                        |                                      |
| 1     | Раздел 1. Теория и методология исторической науки   | 4                                  | 2                              | 0                                      | 2   | 0                                      | 0                      | Презентации                          |
| 2     | Раздел 2. Особенности становления государственности в России и мире. Древняя Русь (IX – начало XII в.). Русские земли в период политической раздробленности (XII – первая | 14                                 | 10                             | 0                                      | 4   | 0                                      | 0                      | Презентации                          |

|   |  |    |    |   |   |   |   |             |
|---|--|----|----|---|---|---|---|-------------|
|   | половина XV в.)  |    |    |   |   |   |   |             |
| 3 | Раздел 3. Образование и развитие Российского государства (II пол. XV – XVII вв.)                                       | 16 | 12 | 0 | 4 | 0 | 0 | Презентации |
| 4 | Раздел 4. Российский вектор мирового развития в индустриальную эпоху. Российская империя в XVIII – I пол. XIX вв.      | 16 | 12 | 0 | 4 | 0 | 0 | Презентации |
| 5 | Раздел 5. Россия и мир: попытки модернизации и промышленный переворот. Российская империя во II пол. XIX – нач. XX вв. | 16 | 12 | 0 | 4 | 0 | 0 | Презентации |
| 6 | Раздел 6. Россия и мир в нач. XX в. Россия в условиях войн и революций (1914-1922 гг.)                                 | 16 | 12 | 0 | 4 | 0 | 0 | Презентации |
| 7 | Раздел 7. СССР в 1922-1953 гг.   | 18 | 12 | 0 | 4 | 0 | 2 | Презентации |
| 8 | Раздел 8. Россия и мир в системе глобальных тенденций. СССР в 1953-1991 гг. Россия в кон. XX- нач. XXI вв.             | 20 | 12 | 0 | 6 | 0 | 2 | Презентации |

|       |     |    |   |    |   |   |  |
|-------|-----|----|---|----|---|---|--|
| Всего | 120 | 84 | 0 | 32 | 0 | 4 |  |
|-------|-----|----|---|----|---|---|--|

## **5. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

Оценочные материалы представлены в виде фонда оценочных средств по дисциплине (модулю) в приложении к рабочей программе.

## **6. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины (модуля)**

### **6.1. Основная литература**

<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=229401> Толмачева, Р. П. Цивилизация России : зарождение и развитие : учебное пособие : [16+] / Р. ;П. ;Толмачева. – 3-е изд., стер. – Москва : Дашков и К°, 2020. – 402 с. – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=229401>

<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=495707> Кузнецов, И. Н. Отечественная история : учебник / И. ;Н. ;Кузнецов. – 9-е изд., испр. и доп. – Москва : Дашков и К°, 2018. – 816 с. : схем. – (Учебные издания для бакалавров). – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=495707>

### **6.2. Дополнительная литература**

<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=114540> Всемирная история : учебник / Г. ;Б. ;Поляк, А. ;Н. ;Маркова, И. ;А. ;Андреева [и др.] ; ред. Г. Б. Поляк, А. Н. Маркова. – 3-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юнити-Дана, 2015. – 887 с. : ил. – (Cogito ergo sum). – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=114540>

<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=115299> История России : учебник / ред. Г. Б. Поляк. – 3-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юнити-Дана, 2015. – 687 с. : ил. – (Cogito ergo sum). – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=115299>

<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=455427> Матюхин, А. В. История России : учебник : [16+] / А. ;В. ;Матюхин, Ю. ;А. ;Давыдова, Р. ;Е. ;Азизбаева ; под ред. А. В. Матюхина. – 2-е изд., стер. – Москва : Университет Синергия, 2017. – 337 с. : ил. – (Университетская серия). – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=455427>

<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=251758> Сахаров, А. Н. Новейшая история России : учебник : [12+] / А. ;Н. ;Сахаров, А. ;Н. ;Боханов, В. ;А. ;Шестаков ; под

ред. А. Н. Сахарова. – Москва : Проспект, 2014. – 480 с. – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=251758>

<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=271484> История : для бакалавров : учебник / П. ;С. ;Самыгин, С. ;И. ;Самыгин, В. ;Н. ;Шевелев, Е. ;В. ;Шевелева. – 3-е изд, перераб. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2014. – 576 с. – (Высшее образование). – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=271484>

### 6.3. Периодические издания и реферативные базы данных

ИВИС : универсальные базы электронных периодических изданий : сайт / ООО «ИВИС». – URL: <https://dlib.eastview.com> . – Режим доступа: для авториз. пользователей.

### 6.4. Электронно-библиотечные системы

– Университетская библиотека онлайн : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «НексМедиа». – URL:<https://biblioclub.ru>. – Режим доступа: для авториз. пользователей.

### 6.5. Современные профессиональные базы данных

### 6.6. Информационные справочные системы

– Справочно-правовая информационная система Консультант Плюс  
<http://www.consultant.ru/>

## **7. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

В университете образовательная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется на основе образовательных программ, адаптированных, при необходимости, для обучения указанных лиц, с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

В университет созданы специальные условия для получения образования по образовательным программам обучающимися с ограниченными возможностями здоровья, которые включают в себя использование специальных методов обучения и воспитания, печатные и (или) электронные образовательные ресурсы в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья, специальные технические средства обучения, предоставление

услуг ассистента (при необходимости), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, обеспечение доступа в здания университета.

Утверждена в составе Основной  
профессиональной образовательной  
программы высшего образования

**Рабочая программа дисциплины (модуля)**

**ИКТ и информационная безопасность**

Направление подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) программы

Физкультурно-спортивная деятельность

Квалификация бакалавр

Формы обучения Очная, Заочная

## 1. Цель и задачи учебной дисциплины (модуля)

Цель учебной дисциплины (модуля) «ИКТ и информационная безопасность» состоит в

формировании знаний и умений о специфике использования современных информационно-коммуникационных технологий в профессиональной деятельности, а также развитию навыков и умений по обеспечению информационной безопасности личности, общества и государства.

Задачи дисциплины (модуля):

Задачи дисциплины ИКТ и информационная безопасность:

1. Формирование практических навыков применения информационно-коммуникационных технологий при решении профессиональных задач.
2. Изучение стандартного программного и аппаратного обеспечения компьютеров.
3. Привитие навыков использования методов обеспечения информационной безопасности.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО

Изучение дисциплины (модуля) осуществляется на основе результатов обучения по следующим дисциплинам (модулям):

Дисциплина "ИКТ и информационная безопасность" является вводной по вопросам изучения применения современных ИКТ и информационной безопасности. Дисциплины профессионального цикла, предшествующие данной дисциплине отсутствуют.

Результаты обучения по дисциплине (модулю) лежат в основе освоения следующих дисциплин (модулей), практик:

Результаты обучения по дисциплине «ИКТ и информационная безопасность» лежат в основе дисциплин общего и профессионального цикла, а также в подготовке курсовых работ и выпускных квалификационных работ.

## 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине(модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

| Содержание и шифр компетенции  | Планируемые результаты обучения  |  |   |
|--|--|--|---|
|  | Знать  | Уметь  | Владеть   |
| ОПК-16 Способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности, входящей в категорию (группу) общепрофессиональных | принципы работы современных информационных технологий для решения профессиональных задач | использовать современные информационные технологии в профессиональной деятельности | базовыми навыками по применению информационных технологий в профессиональной деятельности |





|                     |    |    |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---------------------|----|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| работы обучающихся  |    |    |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ | 72 | 72 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |

#### Заочная форма обучения

| Виды учебной деятельности                          | Всего, часы | Семестры |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |
|--|-------------|----------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|
|  |             | 1        | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| Контактная работа, в том числе:                    | 8,2         | 8,2      | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |
| Лекции   | 2           | 2        | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |
| Практические (семинарские) занятия                 | 6           | 6        | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |
| Иная контактная работа, в том числе (при наличии): | 0,2         | 0,2      | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |
| Сдача зачета/зачета оценкой                        | 0,2         | 0,2      | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |
| Самостоятельная работа обучающихся, в том числе:   | 63,8        | 63,8     | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |
| Подготовка к сдаче зачета/зачета оценкой           | 3,8         | 3,8      | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся       | 60          | 60       | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |
| ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ                                | 72          | 72       | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |

#### 4.3. Тематический план (отдельно для каждой формы обучения)

##### Очная

| № п/п | Наименование раздела (темы)                                     | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |                        |  | Формы текущего контроля успеваемости |
|-------|---|------------------------------------|--------------------------------|--|---|------------------------|--|--------------------------------------|
|       |   | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   | Самостоятельная работа |  |                                      |
|       |   |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия |                        | В т.ч. в форме практической подготовки |                                      |
| 1     | Введение в информационные технологии. Основные понятия.         | 6                                  | 2                              | 0                                      | 0   | 0                      | 4                                      | опрос                                |
| 2     | Аппаратное и программное обеспечение информационных технологий. | 16                                 | 4                              | 0                                      | 4   | 0                      | 8                                      | опрос                                |
| 3     | Базовые и прикладные  | 18                                 | 4                              | 0                                      | 4   | 0                      | 10                                     | опрос                                |

|       |   |    |    |   |    |   |    |       |
|-------|---|----|----|---|----|---|----|-------|
|       | информационные технологии.  |    |    |   |    |   |    |       |
| 4     | Компьютерные сети. Глобальная сеть Интернет.                        | 18 | 4  | 0 | 4  | 0 | 10 | опрос |
| 5     | Угрозы информации и методы обеспечения информационной безопасности. | 14 | 2  | 0 | 4  | 0 | 8  | опрос |
| Всего |   | 72 | 16 | 0 | 16 | 0 | 40 |       |

Заочная, часов на контроль:4

| № п/п | Наименование раздела (темы)   | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |                        | Формы текущего контроля успеваемости |  |
|-------|---|------------------------------------|--------------------------------|--|---|------------------------|--------------------------------------|--|
|       |   | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   | Самостоятельная работа |                                      |  |
|       |   |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия |                        |                                      | В т.ч. в форме практической подготовки |
| 1     | Введение в информационные технологии. Основные понятия.             | 13                                 | 1                              | 0                                      | 0   | 0                      | 12                                   | опрос                                  |
| 2     | Аппаратное и программное обеспечение информационных технологий.     | 15                                 | 1                              | 0                                      | 2   | 0                      | 12                                   | опрос                                  |
| 3     | Базовые и прикладные информационные технологии.                     | 14                                 | 0                              | 0                                      | 2   | 0                      | 12                                   | опрос                                  |
| 4     | Компьютерные сети. Глобальная сеть Интернет.                        | 12                                 | 0                              | 0                                      | 0   | 0                      | 12                                   | опрос                                  |
| 5     | Угрозы информации и методы обеспечения информационной безопасности. | 14                                 | 0                              | 0                                      | 2   | 0                      | 12                                   | опрос                                  |

|       |    |   |   |   |   |    |  |
|-------|----|---|---|---|---|----|--|
| Всего | 68 | 2 | 0 | 6 | 0 | 60 |  |
|-------|----|---|---|---|---|----|--|

## **5. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

Оценочные материалы представлены в виде фонда оценочных средств по дисциплине (модулю) в приложении к рабочей программе.

## **6. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины (модуля)**

### **6.1. Основная литература**

Нестеров, С. А. Информационная безопасность : учебник и практикум для академического бакалавриата / С. А. Нестеров. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 321 с. — (Университеты России). — ISBN 978-5-534-00258-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/bcode/434171>

Мурат, Е. П. Информатика III : учебное пособие : [16+] / Е. ;П. ;Мурат ; Южный федеральный университет. — Ростов-на-Дону ; Таганрог : Южный федеральный университет, 2018. — 151 с. : ил. — Режим доступа: по подписке. — URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=499859>

Информационные технологии : лабораторный практикум : [16+] / авт.-сост. А. Г. Хныкина, Т. В. Минкина. — Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2018. — 122 с. : ил. — Режим доступа: по подписке. — URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=562883>

Аверченков, В. И. Защита персональных данных в организации / В. ;И. ;Аверченков, М. ;Ю. ;Рытов, Т. ;Р. ;Гайнулин. — 4-е изд., стер. — Москва : ФЛИНТА, 2021. — 124 с. : табл., схем. — Режим доступа: по подписке. — URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=93260>

### **6.2. Дополнительная литература**

Информатика : учебное пособие : [16+] / Е. ;Н. ;Гусева, И. ;Ю. ;Ефимова, Р. ;И. ;Коробков [и др.]. — 5-е изд., стер. — Москва : ФЛИНТА, 2021. — 260 с. : ил. — Режим доступа: по подписке. — URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=83542>

Ельчанинова, Н. Б. Правовые основы защиты информации с ограниченным доступом : учебное пособие / Н. ;Б. ;Ельчанинова ; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, Южный федеральный университет, Инженерно-технологическая академия. — Ростов-на-Дону ; Таганрог : Южный федеральный

университет, 2017. – 77 с. – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=499598>

Шунейко, А. А. Информационная безопасность человека : учебное пособие : [16+] / А. ;А. ;Шунейко, И. ;А. ;Авдеенко. – Москва : Владос, 2018. – 177 с. : ил. – (Учебник для вузов (бакалавриат)). – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573372>

Красичкова, А. Г. Новейший самоучитель работы на ПК и ноутбуке : наглядно, понятно и очень просто : [12+] / А. ;Г. ;Красичкова. – Москва : РИПОЛ классик, 2015. – 257 с. : ил. – (Компьютер: просто и понятно). – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=477592>

### 6.3. Периодические издания и реферативные базы данных

ИВИС : универсальные базы электронных периодических изданий : сайт / ООО «ИВИС». – URL: <https://dlib.eastview.com> . – Режим доступа: для авториз. пользователей.

### 6.4. Электронно-библиотечные системы

ЮРАЙТ : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ». - URL:<https://urait.ru/>. Режим доступа: для авториз.пользователей  
– Университетская библиотека онлайн : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «НексМедиа». – URL:<https://biblioclub.ru>. – Режим доступа: для авториз. пользователей.

### 6.5. Современные профессиональные базы данных

### 6.6. Информационные справочные системы

– Справочно-правовая информационная система Консультант Плюс  
<http://www.consultant.ru/>

## **7. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

В университете образовательная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется на основе образовательных программ, адаптированных, при необходимости, для обучения указанных лиц, с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

В университет созданы специальные условия для получения образования по образовательным программам обучающимися с ограниченными возможностями здоровья, которые включают в себя использование специальных методов обучения и воспитания, печатные и (или) электронные образовательные ресурсы в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья, специальные технические средства обучения, предоставление услуг ассистента (при необходимости), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, обеспечение доступа в здания университета.

Утверждена в составе Основной  
профессиональной образовательной  
программы высшего образования

**Рабочая программа дисциплины (модуля)**

**Гидропедагогика**

Направление подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) программы

Физкультурно-спортивная деятельность

Квалификация бакалавр

Формы обучения Очная, Заочная

## 1. Цель и задачи учебной дисциплины (модуля)

Цель учебной дисциплины (модуля) «Гидропедагогика» состоит в

- состоит в подготовке бакалавров для работы в лечебно-профилактических учреждениях и вспомогательных школах-интернатах к деятельности в области адаптивной физической культуры и педагогической антропологии.

Задачи дисциплины (модуля):

- сформировать способность обеспечивать уровень подготовленности занимающихся, соответствующий требованиям ФГОС;
- научить реализовывать программы занятий по двигательной рекреации для различных категорий населения;
- сформировать навык составления конспектов учебных занятий по гидропедагогике.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО

Изучение дисциплины (модуля) осуществляется на основе результатов обучения по следующим дисциплинам (модулям):

- анатомии, физиологии, гигиены, изученным на предыдущем уровне получения образования.

Результаты обучения по дисциплине (модулю) лежат в основе освоения следующих дисциплин (модулей), практик:

- лечебной физической культурой, физического воспитания детей в СМГ.

## 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине(модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

| Содержание и шифр компетенции  | Планируемые результаты обучения                                |   |   |
|--|--|---|---|
|  | Знать  | Уметь   | Владеть   |
| ПК-1 Способен обеспечивать уровень подготовленности занимающихся, соответствующий требованиям федеральных государственных образовательных стандартов, формировать знания, двигательные умения и навыки, а также достаточный уровень физической подготовленности учащихся для сохранения и укрепления их здоровья и трудовой деятельности | понятие о педагогических принципах, методах, способах контроля | умение использовать принципы и методы педагогики при составлении конспектов занятий | навык использования педагогического контроля в процессе занятий |
| ПК-4 Способен  | понятия структуре и  | умение самостоятельно   | навык составления   |



|   |  |   |  |
|---|--|---|--|
| реализовывать программы занятий по двигательной рекреации для различных категорий населения в соответствии с их потребностями | содержании учебных занятий по физической культуре с детьми дошкольного, школьного возраста и обучающимися в образовательных организациях, организации внеклассной физкультурно-спортивной работы | разрабатывать отдельное занятие по физической культуре с детьми разного возраста, организовывать внеклассную физкультурно-спортивную работу | конспектов учебных занятий по физической культуре с детьми дошкольного, школьного возраста и обучающимися в образовательных организациях, организации внеклассной физкультурно-спортивной работы |
|---|--|---|--|

#### 4. Объем и содержание дисциплины (модуля)

##### 4.1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля):

Очная форма обучения: 3 зачетных единицы, 108 часов

Заочная форма обучения, 3 зачетных единицы, 108 часов

Формы промежуточной аттестации (отдельно для каждой формы обучения):

Очная форма обучения: Зачет (семестры:8),

Заочная форма обучения: Зачет (семестры:9),

##### 4.2 Виды учебной деятельности и трудоемкость (всего, по семестрам, в часах)

Очная форма обучения

| Виды учебной деятельности                          | Всего, часы | Семестры |          |          |          |          |          |          |          |            |          |          |          |          |
|--|-------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|------------|----------|----------|----------|----------|
|  |             | 1        | 2        | 3        | 4        | 5        | 6        | 7        | 8        | 9          | 10       | 11       | 12       |          |
| Контактная работа, в том числе:                    | 48,2        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 48,2       | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Лекции   | 12          | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 12         | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Практические (семинарские) занятия                 | 36          | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 36         | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Иная контактная работа, в том числе (при наличии): | 0,2         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0,2        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Сдача зачета/зачета с оценкой                      | 0,2         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0,2        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Самостоятельная работа обучающихся, в том числе:   | 59,8        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 59,8       | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Подготовка к сдаче зачета/зачета с оценкой         | 3,8         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 3,8        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся       | 56          | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 56         | 0        | 0        | 0        | 0        |
| <b>ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ</b>                         | <b>108</b>  | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>108</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> |

Заочная форма обучения

| Виды учебной деятельности                          | Всего, часы | Семестры |          |          |          |          |          |          |          |          |            |          |          |          |
|--|-------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|------------|----------|----------|----------|
|  |             | 1        | 2        | 3        | 4        | 5        | 6        | 7        | 8        | 9        | 10         | 11       | 12       |          |
| Контактная работа, в том числе:                    | 12,2        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 12,2       | 0        | 0        | 0        |
| Лекции   | 4           | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 4          | 0        | 0        | 0        |
| Практические (семинарские) занятия                 | 8           | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 8          | 0        | 0        | 0        |
| Иная контактная работа, в том числе (при наличии): | 0,2         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0,2        | 0        | 0        | 0        |
| Сдача зачета/зачета с оценкой                      | 0,2         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0,2        | 0        | 0        | 0        |
| Самостоятельная работа обучающихся, в том числе:   | 95,8        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 95,8       | 0        | 0        | 0        |
| Подготовка к сдаче зачета/зачета с оценкой         | 3,8         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 3,8        | 0        | 0        | 0        |
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся       | 92          | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 92         | 0        | 0        | 0        |
| <b>ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ</b>                         | <b>108</b>  | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>108</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> |

#### 4.3. Тематический план (отдельно для каждой формы обучения)

##### Очная

| № п/п | Наименование раздела (темы)   | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |  |                        | Формы текущего контроля успеваемости |
|-------|---|------------------------------------|--------------------------------|--|---|--|------------------------|--------------------------------------|
|       |   | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   |  | Самостоятельная работа |                                      |
|       |   |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия | В т.ч. в форме практической подготовки |                        |                                      |
| 1     | Организационно-методические основы лечебного плавания                         | 14                                 | 2                              | 0                                      | 4   | 0                                      | 8                      | УО, ИТ, Т, КР                        |
| 2     | Особенности занятий лечебным плаванием  | 13                                 | 1                              | 0                                      | 4   | 0                                      | 8                      | УО, К, практические умения           |
| 3     | Плавание в системе реабилитации и адаптации лиц с ограниченными возможностями | 18                                 | 4                              | 0                                      | 6   | 0                                      | 8                      | УО, К, практические умения           |
| 4     | Психолого-педагогическая характеристика                                       | 15                                 | 1                              | 0                                      | 6   | 0                                      | 8                      | УО, К, практические                  |

|       |  |     |    |   |    |   |    |                            |
|-------|--|-----|----|---|----|---|----|----------------------------|
|       | лиц с ограниченными возможностями  |     |    |   |    |   |    | умения                     |
| 5     | Организация занятий, материально-техническое обеспечение и оборудование                          | 13  | 1  | 0 | 4  | 0 | 8  | УО, К, практические умения |
| 6     | Методические рекомендации по обучению плаванию с различными нарушениями в состоянии здоровья     | 13  | 1  | 0 | 4  | 0 | 8  | УО, К, практические умения |
| 7     | Дидактические основы гидрореабилитации.  | 11  | 1  | 0 | 4  | 0 | 6  | УО, К                      |
| 8     | Средства и методы предупреждения и преодоления критических ситуаций в процессе гидрореабилитации | 11  | 1  | 0 | 4  | 0 | 6  | УО, К, КР, Т               |
| Всего |  | 108 | 12 | 0 | 36 | 0 | 60 |                            |

Заочная, часов на контроль:4

| № п/п | Наименование раздела (темы)   | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |  |                        | Формы текущего контроля успеваемости |
|-------|---|------------------------------------|--------------------------------|--|---|--|------------------------|--------------------------------------|
|       |   | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   |  | Самостоятельная работа |                                      |
|       |   |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия | В т.ч. в форме практической подготовки |                        |                                      |
| 1     | Организационно-методические основы лечебного плавания                         | 9                                  | 1                              | 0                                      | 0   | 0                                      | 8                      | УО, ИТ, Т, КР                        |
| 2     | Особенности занятий лечебным плаванием  | 9                                  | 0                              | 0                                      | 1   | 0                                      | 8                      | УО, К, практические умения           |
| 3     | Плавание в системе реабилитации и адаптации лиц с ограниченными возможностями | 9                                  | 0                              | 0                                      | 1   | 0                                      | 8                      | УО, К, практические умения           |

|       |  |     |   |   |   |   |    |                            |
|-------|--|-----|---|---|---|---|----|----------------------------|
| 4     | Психолого-педагогическая характеристика лиц с ограниченными возможностями                        | 9   | 0 | 0 | 1 | 0 | 8  | УО, К, практические умения |
| 5     | Организация занятий, материально-техническое обеспечение и оборудование                          | 11  | 0 | 0 | 1 | 0 | 10 | УО, К, практические умения |
| 6     | Методические рекомендации по обучению плаванию с различными нарушениями в состоянии здоровья     | 21  | 1 | 0 | 2 | 0 | 18 | УО, К, практические умения |
| 7     | Дидактические основы гидрореабилитации.  | 18  | 1 | 0 | 1 | 0 | 16 | УО, К                      |
| 8     | Средства и методы предупреждения и преодоления критических ситуаций в процессе гидрореабилитации | 18  | 1 | 0 | 1 | 0 | 16 | УО, К, КР, Т               |
| Всего |  | 104 | 4 | 0 | 8 | 0 | 92 |                            |

### **5. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

Оценочные материалы представлены в виде фонда оценочных средств по дисциплине (модулю) в приложении к рабочей программе.

### **6. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины (модуля)**

#### **6.1. Основная литература**

Сапего, А. В. Физическая реабилитация : учебное пособие : [16+] / А. ;В. ;Сапего, О. ;Л. ;Тарасова, И. ;А. ;Полковников ; Кемеровский государственный университет,

Кафедра медико-биологических основ физического воспитания и спортивных дисциплин.  
– Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. – 210 с. – Режим доступа:  
по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278925>

Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник : [12+] / авт.-сост. О. Э. Евсеева, С. П. Евсеев ; под общ. ред. С. П. Евсеева. – Москва : Спорт, 2016. – 385 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461367>

Берговина М.Л. Лечебно-оздоровительное плавание [Электронный ресурс] : Учебное пособие / М. Л. Берговина. - Сыктывкар : Изд-во СГУ им. Питирима Сорокина, 2016. - 74 с. URL:[http://e-library.syktu.ru/megapro/Download/MObject/41/978-5-87661-422-3/Берговина М.Л. Лечебно-оздоровительное плавание. Учебное пособие.pdf](http://e-library.syktu.ru/megapro/Download/MObject/41/978-5-87661-422-3/Берговина%20М.Л.%20Лечебно-оздоровительное%20плавание.%20Учебное%20пособие.pdf)

## 6.2.Дополнительная литература

Кислица, Н. Т. Плавание : учебно-методическое пособие / Н. ;Т. ;Кислица, В. ;В. ;Семянникова ; Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина. – Елец : Елецкий государственный университет им. И. А. Бунина, 2011. – 149 с. – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272201>

Сапего, А. В. Частные методики адаптивной физической культуры : учебное пособие : [16+] / А. ;В. ;Сапего, О. ;Л. ;Тарасова, И. ;А. ;Полковников ; Кемеровский государственный университет. – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. – 228 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278924>

Гигиена физической культуры и спорта : учебник : [16+] / Е. ;Е. ;Ачкасов, И. ;В. ;Быков, А. ;Н. ;Гансбургский [и др.] ; ред. В. А. Маргазин, О. Н. Семенова, Е. Е. Ачкасов. – 2-е изд., доп. – Санкт-Петербург : СпецЛит, 2013. – 256 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=253833>

Солодков, А. С. Физиология человека: Общая. Спортивная. Возрастная : учебник / А. ;С. ;Солодков, Е. ;Б. ;Сологуб. – 4-е изд., испр. и доп. – Москва : Советский спорт, 2012. – 624 с. – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210495>

## 6.3.Периодические издания и реферативные базы данных

ИВИС : универсальные базы электронных периодических изданий : сайт / ООО «ИВИС». – URL: <https://dlib.eastview.com> . – Режим доступа: для авториз. пользователей.

#### 6.4. Электронно-библиотечные системы

– Университетская библиотека онлайн : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «НексМедиа». – URL:<https://biblioclub.ru>. – Режим доступа: для авториз. пользователей.

#### 6.5. Современные профессиональные базы данных

#### 6.6. Информационные справочные системы

– Справочно-правовая информационная система Консультант Плюс  
<http://www.consultant.ru/>

### **7. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

В университете образовательная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется на основе образовательных программ, адаптированных, при необходимости, для обучения указанных лиц, с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

В университет созданы специальные условия для получения образования по образовательным программам обучающимися с ограниченными возможностями здоровья, которые включают в себя использование специальных методов обучения и воспитания, печатные и (или) электронные образовательные ресурсы в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья, специальные технические средства обучения, предоставление услуг ассистента (при необходимости), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, обеспечение доступа в здания университета.

Утверждена в составе Основной  
профессиональной образовательной  
программы высшего образования

**Рабочая программа дисциплины (модуля)**

**Биохимические основы работоспособности спортсмена**

Направление подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) программы

Физкультурно-спортивная деятельность

Квалификация бакалавр

Формы обучения Очная, Заочная

## 1. Цель и задачи учебной дисциплины (модуля)

Цель учебной дисциплины (модуля) «Биохимические основы работоспособности спортсмена» состоит в

- состоит в формировании общекультурных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций, системы научно-практических знаний, умений и навыков в области биохимии спорта, необходимых для профессиональной деятельности бакалавров физической культуры.

Задачи дисциплины (модуля):

- ознакомить обучающихся с основами знаний об биохимических показателях функционирования организма человека, занимающегося спортом, а также биохимических принципах спортивной тренировки, методах биохимического контроля, допинге и методах его обнаружения, разрешенных фармакологических препаратах, используемых в спорте;

- сформировать специальные знания, определяющие медико-биологическое обеспечение профессиональной деятельности бакалавра физической культуры;

- сформировать умения, необходимые для практической реализации профессиональной деятельности бакалавра физической культуры.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО

Изучение дисциплины (модуля) осуществляется на основе результатов обучения по следующим дисциплинам (модулям):

- физиологии человека, биохимии человека.

Результаты обучения по дисциплине (модулю) лежат в основе освоения следующих дисциплин (модулей), практик:

- спортивного питания, основ спортивной медицины, теории и методики избранного вида спорта.

## 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине(модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

| Содержание и шифр компетенции  | Планируемые результаты обучения                       |  |   |
|--|---|--|---|
|  | Знать   | Уметь  | Владеть   |
| ПК-5 Способен выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта | актуальные вопросы в биохимии спортивной деятельности | использовать актуальные знания о спортивной биохимии в профессиональной деятельности | базовыми навыками выявления и применения в своей профессиональной деятельности знания в области спортивной биохимии |
| УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической                          | способы поддержания оптимального уровня физической    | поддерживать должный уровень физической подготовленности с                           | базовыми навыками использования технологий поддержки  |



|   |  |   |   |
|---|--|---|---|
| подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | подготовленности и их биохимические закономерности | учетом знаний о биохимических закономерностях спортивной деятельности | должного уровня физической подготовленности с учетом знаний о биохимических закономерностях спортивной деятельности |
|---|--|---|---|

#### 4. Объем и содержание дисциплины (модуля)

##### 4.1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля):

Очная форма обучения: 3 зачетных единицы, 108 часов

Заочная форма обучения, 3 зачетных единицы, 108 часов

Формы промежуточной аттестации (отдельно для каждой формы обучения):

Очная форма обучения: Зачет (семестры:5),

Заочная форма обучения: Зачет (семестры:6),

##### 4.2 Виды учебной деятельности и трудоемкость (всего, по семестрам, в часах)

Очная форма обучения

| Виды учебной деятельности                          | Всего, часы | Семестры |          |          |          |            |          |          |          |          |          |          |          |
|--|-------------|----------|----------|----------|----------|------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
|  |             | 1        | 2        | 3        | 4        | 5          | 6        | 7        | 8        | 9        | 10       | 11       | 12       |
| Контактная работа, в том числе:                    | 48,2        | 0        | 0        | 0        | 0        | 48,2       | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Лекции   | 12          | 0        | 0        | 0        | 0        | 12         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Практические (семинарские) занятия                 | 36          | 0        | 0        | 0        | 0        | 36         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Иная контактная работа, в том числе (при наличии): | 0,2         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0,2        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Сдача зачета/зачета с оценкой                      | 0,2         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0,2        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Самостоятельная работа обучающихся, в том числе:   | 59,8        | 0        | 0        | 0        | 0        | 59,8       | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Подготовка к сдаче зачета/зачета с оценкой         | 3,8         | 0        | 0        | 0        | 0        | 3,8        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся       | 56          | 0        | 0        | 0        | 0        | 56         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| <b>ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ</b>                         | <b>108</b>  | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>108</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> |

Заочная форма обучения

| Виды учебной деятельности | Всего, часы | Семестры |   |   |   |   |     |   |   |   |    |    |    |
|---------------------------|-------------|----------|---|---|---|---|-----|---|---|---|----|----|----|
|                           |             | 1        | 2 | 3 | 4 | 5 | 6   | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| Контактная                | 16,2        | 0        | 0 | 0 | 0 | 8 | 8,2 | 0 | 0 | 0 | 0  | 0  | 0  |

|  |            |          |          |          |          |           |           |          |          |          |          |          |          |
|--|------------|----------|----------|----------|----------|-----------|-----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| работа, в том числе:                               |            |          |          |          |          |           |           |          |          |          |          |          |          |
| Лекции   | 8          | 0        | 0        | 0        | 0        | 4         | 4         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Практические (семинарские) занятия                 | 8          | 0        | 0        | 0        | 0        | 4         | 4         | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Иная контактная работа, в том числе (при наличии): | 0,2        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0         | 0,2       | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Сдача зачета/зачета оценкой                        | 0,2        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0         | 0,2       | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Самостоятельная работа обучающихся, в том числе:   | 91,8       | 0        | 0        | 0        | 0        | 28        | 63,8      | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Подготовка к сдаче зачета/зачета оценкой           | 3,8        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0         | 3,8       | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся       | 88         | 0        | 0        | 0        | 0        | 28        | 60        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| <b>ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ</b>                         | <b>108</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>36</b> | <b>72</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> |

#### 4.3. Тематический план (отдельно для каждой формы обучения)

##### Очная

| № п/п | Наименование раздела (темы)  | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |   | Самостоятельная работа | Формы текущего контроля успеваемости |
|-------|--|------------------------------------|--------------------------------|--|---|---|------------------------|--------------------------------------|
|       |  | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   |   |                        |                                      |
|       |  |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия |   |                        |                                      |
| 1     | Регуляция обмена веществ - биохимическая основа процессов адаптации                              | 4                                  | 1                              | 0                                      | 0   | 0 | 3                      | Устный опрос                         |
| 2     | Биохимия мышечного сокращения  | 7                                  | 1                              | 0                                      | 2   | 0 | 4                      | Устный опрос                         |
| 3     | Биоэнергетика мышечной деятельности  | 9                                  | 1                              | 0                                      | 4   | 0 | 4                      | Устный опрос                         |
| 4     | Биохимические изменения в организме при выполнении работы различной мощности и продолжительности | 10                                 | 1                              | 0                                      | 4   | 0 | 5                      | Тестирование                         |

|       |  |     |    |   |    |   |    |              |
|-------|--|-----|----|---|----|---|----|--------------|
| 5     | Молекулярные механизмы утомления.  | 11  | 1  | 0 | 4  | 0 | 6  | Тестирование |
| 6     | Биохимические закономерности восстановления после мышечной нагрузки  | 12  | 2  | 0 | 4  | 0 | 6  | Тестирование |
| 7     | Биохимическая характеристика основных двигательных качеств   | 11  | 1  | 0 | 4  | 0 | 6  | Устный опрос |
| 8     | Закономерности биохимической и физиологической адаптации к мышечной работе                                   | 11  | 1  | 0 | 4  | 0 | 6  | Тестирование |
| 9     | Биохимические основы рационального питания   | 13  | 1  | 0 | 6  | 0 | 6  | Тестирование |
| 10    | Биохимическое обоснование применения фармакологических средств для повышения адаптации организма к нагрузкам | 9   | 1  | 0 | 2  | 0 | 6  | Тестирование |
| 11    | Биохимический и антидопинговый контроль в спорте   | 11  | 1  | 0 | 2  | 0 | 8  | Тестирование |
| Всего |  | 108 | 12 | 0 | 36 | 0 | 60 |              |

Заочная, часов на контроль:4

| № п/п | Наименование раздела (темы)   | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |   | Самостоятельная работа | Формы текущего контроля успеваемости |
|-------|---|------------------------------------|--------------------------------|--|---|---|------------------------|--------------------------------------|
|       |   | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   |   |                        |                                      |
|       |   |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия |   |                        |                                      |
| 1     | Регуляция обмена веществ - биохимическая основа процессов адаптации | 4                                  | 0                              | 0                                      | 0   | 0 | 4                      | Устный опрос                         |
| 2     | Биохимия мышечного  | 8                                  | 0                              | 0                                      | 0   | 0 | 8                      | Устный                               |

|    |  |    |   |   |   |   |    |              |
|----|--|----|---|---|---|---|----|--------------|
|    | сокращения   |    |   |   |   |   |    | опрос        |
| 3  | Биоэнергетика мышечной деятельности  | 11 | 1 | 0 | 2 | 0 | 8  | Устный опрос |
| 4  | Биохимические изменения в организме при выполнении работы различной мощности и продолжительности             | 11 | 1 | 0 | 2 | 0 | 8  | Устный опрос |
| 5  | Молекулярные механизмы утомления.  | 9  | 1 | 0 | 0 | 0 | 8  | Тестирование |
| 6  | Биохимические закономерности восстановления после мышечной нагрузки  | 7  | 1 | 0 | 0 | 0 | 6  | Тестирование |
| 7  | Биохимическая характеристика основных двигательных качеств   | 9  | 1 | 0 | 0 | 0 | 8  | Устный опрос |
| 8  | Закономерности биохимической и физиологической адаптации к мышечной работе                                   | 9  | 1 | 0 | 0 | 0 | 8  | Устный опрос |
| 9  | Биохимические основы рационального питания   | 13 | 1 | 0 | 2 | 0 | 10 | Устный опрос |
| 10 | Биохимическое обоснование применения фармакологических средств для повышения адаптации организма к нагрузкам | 11 | 1 | 0 | 0 | 0 | 10 | Устный опрос |

|       |  |     |   |   |   |   |    |              |
|-------|--|-----|---|---|---|---|----|--------------|
| 11    | Биохимический и антидопинговый контроль в спорте | 12  | 0 | 0 | 2 | 0 | 10 | Тестирование |
| Всего |  | 104 | 8 | 0 | 8 | 0 | 88 |              |

## 5. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

Оценочные материалы представлены в виде фонда оценочных средств по дисциплине (модулю) в приложении к рабочей программе.

## 6. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины (модуля)

### 6.1. Основная литература

Михайлов, С. С. Биохимия двигательной деятельности : учебник : [12+] / С. ;С. ;Михайлов. – 6-е изд., доп. – Москва : Спорт, 2016. – 296 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454250>

Кулиненков, О. С. Медицина спорта высших достижений / О. ;С. ;Кулиненков. – Москва : Спорт, 2016. – 321 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=460860>

### 6.2. Дополнительная литература

Избранные лекции по спортивной биохимии : учебное пособие / сост. О. Н. Кудря, Т. А. Линдт ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра медико-биологических основ физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. – 132 с. : ил., табл., схем., граф. – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429348>

Биохимические основы физической работоспособности : учебное пособие : [16+] / сост. Л. Н. Тюрина ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра медико-биологических основ физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2003. – 80 с. : схем., ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274554>

Кулиненков, Д. О. Справочник фармакологии спорта. Лекарственные препараты спорта / Д. ;О. ;Кулиненков, О. ;С. ;Кулиненков. – 4-е изд., перераб. и доп. – Москва :

Советский спорт, 2012. – 464 с. – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210442>

### 6.3. Периодические издания и реферативные базы данных

ИВИС : универсальные базы электронных периодических изданий : сайт / ООО «ИВИС». – URL: <https://dlib.eastview.com> . – Режим доступа: для авториз. пользователей.

### 6.4. Электронно-библиотечные системы

– Университетская библиотека онлайн : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «НексМедиа». – URL:<https://biblioclub.ru>. – Режим доступа: для авториз. пользователей.

### 6.5. Современные профессиональные базы данных

<http://vniifk.ru/>- Федеральный научный центр физической культуры и спорта;

<https://elibrary.ru/> – национальная библиографическая база данных научного цитирования (профессиональная база данных);

<http://www.rfbr.ru/rffi/ru> - Российский фонд фундаментальных исследований (профессиональная база данных);

<https://www.scopus.com/> – крупнейшая в мире единая реферативная база данных (профессиональная база данных)

<http://www.edu.ru/> – Образовательный портал;

<http://window.edu.ru/resource/502/79502> - Библиотека международной спортивной информации;

<http://www.lesgaft.spb.ru/>- Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта;

<https://rosinwebc.ru/> - Информационно-научный WEB-Центр физической культуры, здоровья и спорта;

<http://lib.sportedu.ru/> - Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту РФ;

### 6.6. Информационные справочные системы

– Справочно-правовая информационная система Консультант Плюс  
<http://www.consultant.ru/>

## **7. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

В университете образовательная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется на основе образовательных программ, адаптированных, при необходимости, для обучения указанных лиц, с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

В университет созданы специальные условия для получения образования по образовательным программам обучающимися с ограниченными возможностями здоровья, которые включают в себя использование специальных методов обучения и воспитания, печатные и (или) электронные образовательные ресурсы в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья, специальные технические средства обучения, предоставление услуг ассистента (при необходимости), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, обеспечение доступа в здания университета.

Утверждена в составе Основной  
профессиональной образовательной  
программы высшего образования

**Рабочая программа дисциплины (модуля)**

**Безопасность жизнедеятельности**

Направление подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) программы

Физкультурно-спортивная деятельность

Квалификация бакалавр

Формы обучения Очная, Заочная



## 1. Цель и задачи учебной дисциплины (модуля)

Цель учебной дисциплины "Безопасность жизнедеятельности" состоит в формировании у обучающихся культуры безопасности жизнедеятельности и овладении навыками создания и поддержания безопасных условий в повседневной и профессиональной практике.

Задачи дисциплины (модуля):

- формирование понимания проблем устойчивого развития, обеспечения безопасности жизнедеятельности;
- формирование культуры безопасности и риск-ориентированного мышления;
- культуры профессиональной безопасности, способностей идентификации опасности и оценки рисков в сфере профессиональной деятельности;
- формирование у студентов умений ведения безопасной жизнедеятельности в различных условиях: на производстве, в ходе обучения, бытовых условиях, во время отдыха и т.д.;
- знакомство обучающихся с современными средствами коллективной и индивидуальной защиты человека при чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО

Изучение дисциплины (модуля) осуществляется на основе результатов обучения по следующим дисциплинам (модулям):

Изучение дисциплины (модуля) осуществляется на основе результатов обучения, освоенных на предыдущем уровне образования.

Результаты обучения по дисциплине (модулю) лежат в основе освоения следующих дисциплин (модулей), практик:

Результаты освоения дисциплины лежат в основе освоения профессиональных дисциплин и практик.

## 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине(модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

| Содержание и шифр компетенции  | Планируемые результаты обучения                                |   |   |
|--|--|---|---|
|  | Знать  | Уметь   | Владеть   |
| УК-8 Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия | основы безопасности жизнедеятельности, телефоны служб спасения | оказать первую помощь в чрезвычайных ситуациях, создавать безопасные условия реализации профессиональной деятельности | навыками поддержания безопасных условий жизнедеятельности |

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
| жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов |  |  |  |
|--|--|--|--|

#### 4. Объем и содержание дисциплины (модуля)

##### 4.1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля):

Очная форма обучения: 2 зачетных единицы, 72 часа

Заочная форма обучения, 2 зачетных единицы, 72 часа

Формы промежуточной аттестации (отдельно для каждой формы обучения):

Очная форма обучения: Зачет (семестры:1),

Заочная форма обучения: Зачет (семестры:1),

##### 4.2 Виды учебной деятельности и трудоемкость (всего, по семестрам, в часах)

Очная форма обучения

| Виды учебной деятельности                          | Всего, часы | Семестры  |          |          |          |          |          |          |          |          |          |          |          |
|--|-------------|-----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
|  |             | 1         | 2        | 3        | 4        | 5        | 6        | 7        | 8        | 9        | 10       | 11       | 12       |
| Контактная работа, в том числе:                    | 36,2        | 36,2      | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Лекции   | 18          | 18        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Практические (семинарские) занятия                 | 18          | 18        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Иная контактная работа, в том числе (при наличии): | 0,2         | 0,2       | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Сдача зачета/зачета с оценкой                      | 0,2         | 0,2       | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Самостоятельная работа обучающихся, в том числе:   | 35,8        | 35,8      | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Подготовка к сдаче зачета/зачета с оценкой         | 3,8         | 3,8       | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся       | 32          | 32        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        | 0        |
| <b>ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ</b>                         | <b>72</b>   | <b>72</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>0</b> |

Заочная форма обучения

| Виды учебной деятельности | Всего, часы | Семестры |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |
|---------------------------|-------------|----------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|
|                           |             | 1        | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |

|  |      |      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|--|------|------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Контактная работа, в том числе:                    | 8,2  | 8,2  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Лекции   | 2    | 2    | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Практические (семинарские) занятия                 | 6    | 6    | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Иная контактная работа, в том числе (при наличии): | 0,2  | 0,2  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Сдача зачета/зачета с оценкой                      | 0,2  | 0,2  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Самостоятельная работа обучающихся, в том числе:   | 63,8 | 63,8 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Подготовка к сдаче зачета/зачета с оценкой         | 3,8  | 3,8  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Иные виды самостоятельной работы обучающихся       | 60   | 60   | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ                                | 72   | 72   | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |

#### 4.3. Тематический план (отдельно для каждой формы обучения)

##### Очная

| № п/п | Наименование раздела (темы)  | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |  |                        | Формы текущего контроля успеваемости             |
|-------|--|------------------------------------|--------------------------------|--|---|--|------------------------|--|
|       |  | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   |  | Самостоятельная работа |  |
|       |  |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия | В т.ч. в форме практической подготовки |                        |  |
| 1     | Теоретические основы безопасности жизнедеятельности<br>Классификация чрезвычайных ситуаций | 4                                  | 2                              | 0                                      | 0   | 0                                      | 2                      | Практические задания                             |
| 2     | Проблемы национальной и международной безопасности Российской Федерации                    | 8                                  | 2                              | 0                                      | 2   | 0                                      | 4                      | Опрос устный.<br>Презентации                     |
| 3     | Чрезвычайные ситуации природного характера и защита  | 8                                  | 2                              | 0                                      | 2   | 0                                      | 4                      | Опрос устный.<br>Презентации, доклады, сообщения |

|    |  |   |   |   |   |   |   |  |
|----|--|---|---|---|---|---|---|--|
|    | населения от их последствий. Биологические опасности, защита от них  |   |   |   |   |   |   |  |
| 4  | Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения от их последствий. Радиационные и химические опасности, защита от них. | 8 | 2 | 0 | 2 | 0 | 4 | Опрос письменный. Задания для самостоятельной работы. Ситуационные задачи. |
| 5  | Чрезвычайные ситуации социального и криминогенного характера   | 6 | 0 | 0 | 2 | 0 | 4 | Опрос устный. Презентации  |
| 6  | Общественная опасность экстремизма и терроризма  | 6 | 2 | 0 | 0 | 0 | 4 | Практические задания   |
| 7  | Организация защиты населения в военное и мирное время  | 6 | 2 | 0 | 0 | 0 | 4 | Практические задания   |
| 8  | Основы начальной военной подготовки. Вооруженные Силы Российской Федерации, их состав и задачи.  | 8 | 4 | 0 | 2 | 0 | 2 | Опрос письменный. Задания для самостоятельной работы. Ситуационные задачи. |
| 9  | Основы начальной военной подготовки. Военная топография.   | 4 | 0 | 0 | 2 | 0 | 2 | Задания для самостоятельной работы. Ситуационные задачи.                   |
| 10 | Организации безопасности труда на предприятии. Охрана труда.   | 4 | 0 | 0 | 2 | 0 | 2 | Задания для самостоятельной работы.  |
| 11 | Экстремальные ситуации в быту. Автономное существование человека   | 6 | 2 | 0 | 2 | 0 | 2 | Опрос устный. Презентации с докладами                                      |
| 12 | Оказание первой доврачебной  | 4 | 0 | 0 | 2 | 0 | 2 | Опрос устный. Ситуационн   |

|       |                                 |    |    |   |    |   |    |            |
|-------|---------------------------------|----|----|---|----|---|----|------------|
|       | помощи в чрезвычайных ситуациях |    |    |   |    |   |    | ые задачи. |
| Всего |                                 | 72 | 18 | 0 | 18 | 0 | 36 |            |

Заочная, часов на контроль:4

| № п/п | Наименование раздела (темы)   | Количество часов по учебному плану |                                |  |   |  |                        | Формы текущего контроля успеваемости |
|-------|---|------------------------------------|--------------------------------|--|---|--|------------------------|--------------------------------------|
|       |   | Всего                              | Контактная (аудиторная) работа |  |   |  | Самостоятельная работа |                                      |
|       |   |                                    | Лекции                         | В т.ч. в форме практической подготовки | Практические и (или) лабораторные занятия | В т.ч. в форме практической подготовки |                        |                                      |
| 1     | Теоретические основы безопасности жизнедеятельности<br>Классификация чрезвычайных ситуаций  | 9                                  | 2                              | 0                                      | 0   | 0                                      | 7                      | null                                 |
| 2     | Проблемы национальной и международной безопасности Российской Федерации   | 9                                  | 0                              | 0                                      | 2   | 0                                      | 7                      | null                                 |
| 3     | Чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от их последствий.<br>Биологические опасности, защита от них                | 7                                  | 0                              | 0                                      | 0   | 0                                      | 7                      | null                                 |
| 4     | Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения от их последствий.<br>Радиационные и химические опасности, защита от них. | 9                                  | 0                              | 0                                      | 2   | 0                                      | 7                      | null                                 |
| 5     | Чрезвычайные ситуации социального и   | 8                                  | 0                              | 0                                      | 0   | 0                                      | 8                      | null                                 |

|       |  |    |   |   |   |   |    |      |
|-------|--|----|---|---|---|---|----|------|
|       | криминогенног<br>о характера   |    |   |   |   |   |    |      |
| 6     | Общественная<br>опасность<br>экстремизма и<br>терроризма   | 8  | 0 | 0 | 0 | 0 | 8  | null |
| 7     | Организация<br>защиты<br>населения в<br>военное и<br>мирное время  | 8  | 0 | 0 | 0 | 0 | 8  | null |
| 8     | Основы<br>начальной<br>военной<br>подготовки.<br>Вооруженные<br>Силы<br>Российской<br>Федерации, их<br>состав и<br>задачи. | 10 | 0 | 0 | 2 | 0 | 8  | null |
| 9     | Основы<br>начальной<br>военной<br>подготовки.<br>Военная<br>топография.  | 0  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  | null |
| 10    | Организации<br>безопасности<br>труда на<br>предприятии.<br>Охрана труда.   | 0  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  | null |
| 11    | Экстремальные<br>ситуации в<br>быту.<br>Автономное<br>существование<br>человека  | 0  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  | null |
| 12    | Оказание<br>первой<br>доврачебной<br>помощи в<br>чрезвычайных<br>ситуациях   | 0  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  | null |
| Всего |  | 68 | 2 | 0 | 6 | 0 | 60 |      |

**5. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

Оценочные материалы представлены в виде фонда оценочных средств по дисциплине (модулю) в приложении к рабочей программе.

## **6. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины (модуля)**

### 6.1. Основная литература

Безопасность жизнедеятельности : учебник : [16+] / под ред. Е. И. Холостовой, О. Г. Прохоровой. – 2-е изд. – Москва : Дашков и К°, 2019. – 453 с. : ил. – (Учебные издания для бакалавров). – Режим доступа: по подписке. – URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=573161](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=573161)

Резчиков, Е. А. Безопасность жизнедеятельности : учебник для вузов / Е. А. Резчиков, А. В. Рязанцева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 639 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12794-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/bcode/468920>

### 6.2. Дополнительная литература

Семехин, Ю. Г. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие : [12+] / Ю. Г. Семехин, В. И. Бондин. – Изд. 2-е, стер. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2019. – 412 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=573927](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=573927)

Айзман, Р. И. Безопасность жизнедеятельности : словарь-справочник / Р. И. Айзман, С. В. Петров, А. Д. Корощенко. – Новосибирск : Сибирское университетское издательство, 2010. – 352 с. – (Университетская серия). – Режим доступа: по подписке. – URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=57583](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=57583)

Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / ред. Л. А. Муравей. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юнити-Дана, 2015. – 431 с. – Режим доступа: по подписке. – URL:[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=119542](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=119542)

Безопасность жизнедеятельности для педагогических и гуманитарных направлений : учебник и практикум для вузов / В. П. Соломин [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 399 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01400-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:<https://urait.ru/bcode/468713>

Безопасность жизнедеятельности : учебник : [16+] / Э. А. Арустамов, А. Е. Волощенко, Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко ; под ред. Э. А. Арустамова. – 21-е изд., перераб. и доп. – Москва : Дашков и К°, 2018. – 446 с. : ил. – (Учебные издания для бакалавров). – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=496098>

Безопасность жизнедеятельности : учебник / под ред. Е. И. Холостовой, О. Г. Прохоровой. – Москва : Дашков и К°, 2017. – 453 с. : табл., ил. – (Учебные издания для бакалавров). – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=450720>

Светогор, Д. Л. Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций : учебно-наглядное пособие : [12+] / Д. Л. Светогор. – Минск : РИПО, 2014. – 69 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=463345>

Кузнецова, Н. В. Методика обучения и воспитания по безопасности жизнедеятельности : учебное пособие : [16+] / Н. В. Кузнецова. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2016. – 253 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL:<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=444202>

### 6.3. Периодические издания и реферативные базы данных

ИВИС : универсальные базы электронных периодических изданий : сайт / ООО «ИВИС». – URL: <https://dlib.eastview.com> . – Режим доступа: для авториз. пользователей.

eLIBRARY.RU : научная электронная библиотека : информационно-аналитический портал / ООО «Научная электронная библиотека». – URL: <https://elibrary.ru> . – Режим доступа: для зарегистр. пользователей.

### 6.4. Электронно-библиотечные системы

ЮРАЙТ : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ». – URL:<https://urait.ru/>. Режим доступа: для авториз. пользователей

– Университетская библиотека онлайн : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «НексМедиа». – URL:<https://biblioclub.ru>. – Режим доступа: для авториз. пользователей.

### 6.5. Современные профессиональные базы данных

<http://www.mchsmedia.ru/> - МЧС медиа — портал о чрезвычайных ситуациях;

<http://www.mchs.gov.ru/> - Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий;



<http://www.vcmk.ru> - ВЦМК «Защита» - база данных содержащая правовые, законодательные и нормативно-технические основы безопасности жизнедеятельности и медицины катастроф (профессиональная база данных).

#### 6.6. Информационные справочные системы

– Справочно-правовая информационная система Консультант Плюс  
<http://www.consultant.ru/>

### **7. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

В университете образовательная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется на основе образовательных программ, адаптированных, при необходимости, для обучения указанных лиц, с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

В университет созданы специальные условия для получения образования по образовательным программам обучающимися с ограниченными возможностями здоровья, которые включают в себя использование специальных методов обучения и воспитания, печатные и (или) электронные образовательные ресурсы в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья, специальные технические средства обучения, предоставление услуг ассистента (при необходимости), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, обеспечение доступа в здания университета.

