

**Некоммерческое частное образовательное учреждение высшего образования
"Невинномысский институт экономики, управления и права"**

(НЧОУ ВО "НИЭУП")

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе

_____ И.П. Мистюкова
29 марта 2023 г.

Физическая культура и спорт
рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Кафедра психологии и гуманитарных дисциплин**

Учебный план ЮД-20011 40.03.01-оfo-2020.plx
40.03.01 ЮРИСПРУДЕНЦИЯ
Наименование ОПОП (направленность (профиль) программы): Правоприменительная и экспертно-консультационная деятельность

Квалификация **бакалавр**

Форма обучения **очная**


Общая трудоемкость **2 ЗЕТ**

Часов по учебному плану	72	Виды контроля в семестрах:
в том числе:		зачеты с оценкой 2
аудиторные занятия	32,2	
самостоятельная работа	39,8	
контактная работа во время промежуточной аттестации (ИКР)		

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	2 (1.2)		Итого	
Неделя	16			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП
Лекции	16	16	16	16
Практические	16	16	16	16
Контактная работа при промежуточной аттестации	0,2	0,2	0,2	0,2
В том числе инт.	2	2	2	2
Итого ауд.	32,2	32,2	32,2	32,2
Контактная работа	32,2	32,2	32,2	32,2
Сам. работа	39,8	39,8	39,8	39,8
Итого	72	72	72	72

Программу составил(и):

канд. мед. наук, доцент, Пак П.А. 

Рецензент(ы):

Руководитель Центра психологического консультирования Дорофеева Юлия Александровна

Рабочая программа дисциплины

Физическая культура и спорт

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 40.03.01 ЮРИСПРУДЕНЦИЯ (уровень бакалавриата) (приказ Минобрнауки России от 01.12.2016 г. № 1511)

составлена на основании учебного плана:

40.03.01 ЮРИСПРУДЕНЦИЯ


Наименование ОПОП (направленность (профиль) программы): Правоприменительная и экспертно-консультационная деятельность

утвержденного учёным советом вуза от 29.03.2023 протокол № 8.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Кафедра психологии и гуманитарных дисциплин

Протокол от 24.03.2023 г. № 8

Зав. кафедрой Соловьева Ольга Владимировна 

Согласовано с представителями работодателей на заседании МК, протокол № 3 от 27 марта 2023 г.

Председатель МК  И.П. Мистюкова

27 марта 2023 г.

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
1.1	Воспитательная цель - создать условия для воспитания положительного интереса к изучаемой дисциплине «Физическая культура и спорт».
1.2	Целью учебной дисциплины «Физическая культура и спорт» является формирование у обучающихся комплекса знаний, умений, владений физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности посредством компетентного подхода.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	
Цикл (раздел) ОП:	Б1.Б
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Безопасность жизнедеятельности
2.1.2	Общая физическая подготовка
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
2.2.1	Философия
2.2.2	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ	
ОК-8:	способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Знает основы здорового образа жизни, основные методы и средства физической. Сформированы базовые структуры знаний.	
Знает основы здорового образа жизни, основные методы и средства физической культуры. Знания обширные, системные.	
Знает основы физической культуры и здорового образа жизни; основные методы и средства физической культуры; основные средства и методы физической культуры.	
Знания твердые, аргументированные, всесторонние	
Умеет использовать приобретенные знания для повышения работоспособности в учебной, а также в последующей профессиональной деятельности, сохранения и укрепления здоровья в повседневной жизни, однако затрудняется в применении этих знаний.	
Умения фрагментарны и носят репродуктивный характер	
Умеет использовать приобретенные знания для повышения работоспособности в учебной, а также в последующей профессиональной деятельности, сохранения и укрепления здоровья в повседневной жизни; подбирать, применять, использовать методы и средства физической воспитания в повседневной жизни для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных и профессиональных целей	
Умения носят репродуктивный характер применяются к решению типовых заданий.	
Умеет использовать приобретенные знания для повышения работоспособности в учебной, а также в последующей профессиональной деятельности, сохранения и укрепления здоровья в повседневной жизни; подбирать, применять, использовать методы и средства физической воспитания в повседневной жизни для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных и профессиональных целей	
Умения успешно применяются к решению как типовых так и нестандартных творческих заданий	
Владеет системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств (с выполнением установленных нормативов по общей физической и спортивно-технической подготовке), однако не в полном объеме выполняет установленные нормативы. Демонстрируется низкий уровень самостоятельности практического навыка	
Владеет системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств (с выполнением установленных нормативов по общей физической и спортивно-технической подготовке; навыками физического совершенствования и самовоспитания, удовлетворения потребности в регулярных занятиях физическими.	
Демонстрируется достаточный уровень самостоятельности устойчивого практического навыка.	
Владеет системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств (с выполнением установленных нормативов по общей физической и спортивно-технической подготовке);	
навыками и средствами самостоятельного физического совершенствования и самовоспитания, удовлетворения потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом, выполняет все контрольные нормативы на высоком уровне. Демонстрируется высокий уровень самостоятельности, высокая адаптивность практического навыка	

Знать:

- основы физической культуры и здорового образа жизни
- основные методы и средства физической культуры

Уметь:

- использовать приобретенные знания для повышения работоспособности в учебной, а также в последующей профессиональной деятельности, сохранения и укрепления здоровья в повседневной жизни
- подбирать и применять методы и средства физической культуры для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных и профессиональных целей

Владеть:

- системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств (с выполнением установленных нормативов по общей физической и спортивно-технической подготовке)
- навыками физического совершенствования и самовоспитания, удовлетворения потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетен-ции	Литература и эл. ресурсы	Инте ракт.	Примечание
	Раздел 1. Средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности						
1.1	Тема 1.1 Физические упражнения - основное средство физической культуры. Построение и структура учебно-тренировочного занятия /Лек/	2	2	ОК-8	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4		Приложение 1
1.2	Тема 1.1 Физические упражнения - основное средство физической культуры. Построение и структура учебно-тренировочного занятия /Пр/	2	2	ОК-8	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4		Приложение 2
1.3	Тема 1.1 Физические упражнения - основное средство физической культуры. Построение и структура учебно-тренировочного занятия /Ср/	2	5	ОК-8	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4		Приложение 2
1.4	Тема 1.2 Оздоровительные силы природы, гигиенические факторы как средства физической культуры /Лек/	2	2	ОК-8	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4		Приложение 1
1.5	Тема 1.2 Оздоровительные силы природы, гигиенические факторы как средства физической культуры /Пр/	2	2	ОК-8	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4		Приложение 2

1.6	Тема 1.2 Оздоровительные силы природы, гигиенические факторы как средства физической культуры /Ср/	2	5	ОК-8	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4		Приложение 2
	Раздел 2. Методы физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности						
2.1	Тема 2.1 Специфические и общепедагогические методы физического воспитания. /Лек/	2	2	ОК-8	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4		Приложение 1
2.2	Тема 2.1 Специфические и общепедагогические методы физического воспитания. /Пр/	2	2	ОК-8	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4		Приложение 2
2.3	Тема 2.1 Специфические и общепедагогические методы физического воспитания. /Ср/	2	5	ОК-8	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4		Приложение 2
2.4	Тема 2.2 Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий. Организация самостоятельных занятий. /Лек/	2	2	ОК-8	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4		Приложение 1
2.5	Тема 2.2 Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий. Организация самостоятельных занятий. /Пр/	2	2	ОК-8	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4		Приложение 2
2.6	Тема 2.2 Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий. Организация самостоятельных занятий. /Ср/	2	5	ОК-8	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4		Приложение 2
	Раздел 3. Методы самодиагностики физического развития Контроль и самоконтроль физической подготовки обучающегося						

3.1	Тема 3.1 Диагностика и самодиагностика. /Лек/	2	1	ОК-8	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4		Приложение 1
3.2	Тема 3.1 Диагностика и самодиагностика. /Пр/	2	1	ОК-8	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4		Приложение 2
3.3	Тема 3.1 Диагностика и самодиагностика. /Ср/	2	4	ОК-8	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4		Приложение 2
3.4	Тема 3.2 Педагогический контроль, его содержание. /Лек/	2	1	ОК-8	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4		Приложение 1
3.5	Тема 3.2 Педагогический контроль, его содержание. /Пр/	2	1	ОК-8	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4		Приложение 2
3.6	Тема 3.2 Педагогический контроль, его содержание. /Ср/	2	4	ОК-8	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4		Приложение 2
3.7	Тема 3.3 Самоконтроль, его основные методы, показатели и дневник самоконтроля. /Лек/	2	2	ОК-8	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4		Приложение 1
3.8	Тема 3.3 Самоконтроль, его основные методы, показатели и дневник самоконтроля. Оценка состояния сердечно-сосудистой системы /Пр/	2	2	ОК-8	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4	2	Приложение 2

3.9	Тема 3.3 Самоконтроль, его основные методы, показатели и дневник самоконтроля. Оценка состояния сердечно-сосудистой системы /Ср/	2	4	ОК-8	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4		Приложение 2
	Раздел 4. Общая и специальная физическая подготовка Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов. Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра						
4.1	Тема 4.1 Общая физическая подготовка, ее цели и задачи. Специальная физическая подготовка. Спортивная подготовка, ее цели и задачи. /Лек/	2	2	ОК-8	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4		Приложение 1
4.2	Тема 4.1 Общая физическая подготовка, ее цели и задачи. Специальная физическая подготовка. /Пр/	2	2	ОК-8	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4		Приложение 2
4.3	Тема 4.1 Общая физическая подготовка, ее цели и задачи. Специальная физическая подготовка. /Ср/	2	4	ОК-8	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4		Приложение 2
4.4	Тема 4.2 Личная и социальная необходимость специальной психофизической подготовки человека к труду. Место профессионально-прикладной физической подготовки в системе физического воспитания студентов. /Лек/	2	2	ОК-8	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4		Приложение 1
4.5	Тема 4.2 Личная и социальная необходимость специальной психофизической подготовки человека к труду. Место профессионально-прикладной физической подготовки в системе физического воспитания студентов. /Пр/	2	2	ОК-8	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4		Приложение 2
4.6	Тема 4.2 Личная и социальная необходимость специальной психофизической подготовки человека к труду. Место профессионально-прикладной физической подготовки в системе физического воспитания студентов. /Ср/	2	3,8	ОК-8	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4		Приложение 2

4.7	Контактная работа при проведении промежуточной аттестации /КаттЭ/	2	0,2	ОК-8	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4		
4.8	Подготовка к испытаниям промежуточной аттестация /ЗаО/	2	0	ОК-8	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4		

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

Вопросы к зачету с оценкой.

- 1.Физические упражнения как основное средство физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
- 2.Признаки физических упражнений. Классификация физических упражнений как средств физической культуры.
- 3.Содержание и форма физических упражнений как средств физической культуры.
- 4.Оздоровительные силы природы как самостоятельные средства физической культуры.
- 5.Гигиенические факторы как средства физической культуры: гигиеническое обеспечение физкультурных занятий, рациональный режим учебного труда, отдыха, питания.
- 6.Специфические методы физического воспитания для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности: методы строго регламентированного упражнения, игровой метод, соревновательный метод.
- 7.Общепедагогические методы физического воспитания для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности: методы словесного воздействия (дидактический рассказ, объяснение, беседа, разбор, лекция); методы наглядного воздействия (показ двигательного действия, опосредованная наглядность)
- 8.Методы стандартного упражнения как методы направленные на достижение адаптационных перестроек в организме.
- 9.Характеристика средств физической культуры, способствующих формированию профессионально важных качеств.
- 10.Средства и методы физической культуры, способствующие формированию профессиональных, морально-волевых и психологических качеств.
- 11.Стресс-факторы в процессе учебы студентов и средства их нейтрализации с помощью физических упражнений.
- 12.Принципы и методы обучения и воспитания, практика их реализации в сфере физической культуры, спорта и туризма.
- 13.Главные факторы здоровья человека.
- 14.Физическая культура и здоровый образ жизни человека
- 15.Общая физическая подготовка
- 16.Построение и структура учебно-тренировочного занятия.
- 17.Ациклические упражнения: прыжки в длину с места.
- 18.Силовая выносливость – способы укрепления мышц рук и брюшного пресса.
- 19.Врачебный и констатирующий контроль для определения уровня физического развития и физической подготовленности студентов (бег 30 м, прыжок в высоту с места, отжимание, гибкость).
- 20.Циклические упражнения аэробного характера, их оздоровительное и общеукрепляющее действие. Ходьба – как средство развития быстроты.
- 21.Физиологические основы двигательной активности человека.
- 22.Спортивные игры как одно из средств гармонического развития студентов.
- 23.Воспитание и контроль ловкости и координационных способностей.
- 24.Общая и специальная подготовка в легкой атлетике
- 25.Общая физическая подготовка как необходимое условие спортивной специализации
- 26.Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями
- 27.Влияние окружающей среды на здоровье
- 28.Контроль и самоконтроль студентов, занимающихся физической культурой и спортом

5.2. Темы письменных работ

Не предусмотрены учебным планом.

5.3. Фонд оценочных средств

Оценочные материалы по дисциплине представлены в Приложении 2.

5.4. Перечень видов оценочных средств

Перечень видов оценочных средств представлен в Приложении 2.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)			
6.1. Рекомендуемая литература			
6.1.1. Основная литература			
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Каткова, А. М., Храмцова, А. И.	Физическая культура и спорт: учебное наглядное пособие	Москва: Московский педагогический государственный университет, 2018
Л1.2	Шипов, Н. А., Трофимов, А. В., Авдеева, С. Н., Буриков, А. В.	Физическая культура. Ускоренное передвижение и легкая атлетика: учебное пособие	Саратов: Ай Пи Ар Медиа, 2019
Л1.3	Шулаков, А. В., Русаякина, А. В., Володина, А. А., Коршунова, О. С., Мульгин, Е. А., Дубовик, О. А., Роледер, Л. Н.	Элективные дисциплины по физической культуре и спорту: курс лекций	Новосибирск: Новосибирский государственный университет экономики и управления «НИНХ», 2018
Л1.4	Лопатин, Н. А., Шульгин, А. И., Лопатин, Н. А., Шульгин, А. И.	Физическая культура и спорт: учебно-методическое пособие для обучающихся по укрупненным группам направлений: 43.00.00 «сервис и туризм», 48.00.00 «гуманитарные науки», 50.00.00 «искусство и культура», 51.00.00 «культуроведение и социокультурные проекты», 52.00.00 «сценические искусства и литературное творчество», 53.00.00 «музыкальное искусство», 54.00.00 «изобразительное и прикладные виды искусств», квалификация (степень) выпускника «бакалавр»	Кемерово: Кемеровский государственный институт культуры, 2019
Л1.5	Матвеев, Л. П.	Теория и методика физической культуры: учебник для высших учебных заведений физкультурного профиля	Москва: Издательство «Спорт», 2021
Л1.6	Паутов, А. Д., Гаврикова, О. Ю.	Пропаганда и связи с общественностью в сфере физической культуры и спорта: методические рекомендации для подготовки к семинарским занятиям	Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017
6.1.2. Дополнительная литература			
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Карась, Т. Ю.	Методика обучения предмету «Физическая культура»: учебно-практическое пособие для спо	Саратов: Профобразование, 2019
Л2.2	Никитушкин, В. Г., Суслов, Ф. П.	Спорт высших достижений. Теория и методика: учебное пособие	Москва: Издательство «Спорт», 2018
Л2.3	Алёшин, В. В., Татарова, С. Ю., Татаров, В. Б.	Физическая подготовка студента: учебное пособие	Москва: Научный консультант, 2018
Л2.4	Захарова, Л. В., Люлина, Н. В., Кудрявцев, М. Д., Московченко, О. Н., Шубин, Д. А.	Физическая культура: учебник	Красноярск: Сибирский федеральный университет, 2017
Л2.5	Шмер, В. В., Скворцова, С. О., Габидулин, О. В., Коршунова, О. С., Роледер, Л. Н., Русаякина, А. В.	Физическая культура: курс лекций	Новосибирск: Новосибирский государственный университет экономики и управления «НИНХ», 2017
Л2.6	Махов, С. Ю.	Теория и методика физической культуры: учебно-методическое пособие	Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2019

6.2. Электронные учебные издания и электронные образовательные ресурсы	
Э1	Федеральный портал «Российское образование»
Э2	Университетская информационная система РОССИЯ (УИС РОССИЯ)
Э3	Энциклопедия практической психологии «Психологос»
Э4	«Научная электронная библиотека»
6.3.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства	
6.3.1.1	Специальное помещение № 106;402 «Тренажерный зал. Аудитория для занятий семинарского типа, аудитория для текущего контроля и промежуточной аттестации», «Аудитория для проведения занятий лекционного типа, для занятий семинарского типа, для групповых и индивидуальных консультаций, для текущего контроля и промежуточной аттестации, для самостоятельной работы, для курсового проектирования (выполнения курсовых работ)»: Kaspersky Security Cloud – Free (свободно распространяемое программное обеспечение отечественного производства);Подписка Azure Dev Tools for Teaching Подписка на программное обеспечение «Azure Dev Tools for Teaching», OrderNumber: ICM-182009, идентификатор подписки: 7562a8d2-e5ab-4243-bfb1-ea70a9eca784, Customer №: 1831121443;Microsoft Office 2016 Лицензия: V0878238 OfficeProPlusEdu ALNG LicSAPk OLV E 1Y Acdmc Ent.
6.3.1.2	Специальное помещение № 505 «Помещение для самостоятельной работы»: Подписка Azure Dev Tools for Teaching Подписка на программное обеспечение «Azure Dev Tools for Teaching», OrderNumber: ICM-182009, идентификатор подписки: 7562a8d2-e5ab-4243-bfb1-ea70a9eca784, Customer №: 1831121443;Microsoft Office 2016 Лицензия: V0878238 OfficeProPlusEdu ALNG LicSAPk OLV E 1Y Acdmc Ent.
6.3.1.3	специальное помещение № 702 «Помещение для самостоятельной работы»: Подписка Azure Dev Tools for Teaching Подписка на программное обеспечение «Azure Dev Tools for Teaching», OrderNumber: ICM-182009, идентификатор подписки: 7562a8d2-e5ab-4243-bfb1-ea70a9eca784, Customer №: 1831121443;Microsoft Office 2016 Лицензия: V0878238 OfficeProPlusEdu ALNG LicSAPk OLV E 1Y Acdmc Ent.
6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем	
6.3.2.1	Информационные справочные системы:
6.3.2.2	Справочно-правовая система «Гарант» (Договор от 06.04.2022 № 4646);
6.3.2.3	Справочно-правовая система «КонсультантПлюс-СК» (Коммерческий комплект для юриста: Договор № 2086/72195-И поставки, адаптации и сопровождения экземпляров систем КонсультантПлюс от 13.04.2022 г.;
6.3.2.4	Дополнительный комплект на сеть для студентов: Договор об информационной поддержке №7 от 13.04.2022 г.)
6.3.2.5	Современные профессиональные базы данных:
6.3.2.6	Федеральный портал «Российское образование» - edu.ru
6.3.2.7	Университетская информационная система РОССИЯ (УИС РОССИЯ) - uisrussia.msu.ru
6.3.2.8	«Научная электронная библиотека» (elibrary.ru)

7. МТО (оборудование и технические средства обучения)	
7.1	Специальное помещение № 106;402 «Тренажерный зал. Аудитория для занятий семинарского типа, аудитория для текущего контроля и промежуточной аттестации», Аудитория для проведения занятий лекционного типа, для занятий семинарского типа, для групповых и индивидуальных консультаций, для текущего контроля и промежуточной аттестации, для самостоятельной работы, для курсового проектирования (выполнения курсовых работ)». Стол преподавателя, стул преподавателя, доска ученическая, комплект специализированной учебной мебели (ученические столы и стулья, компьютерные ученические столы, кресла), колонки для воспроизведения звука (2 шт.), наушники (4 шт.), системный блок (10 шт.), монитор (10 шт.), клавиатура (10 шт.), компьютерная мышь (10 шт.), принтер, сетевой маршрутизатор. Обеспечен доступ к сети «Интернет» и в электронную информационную образовательную среду организации
7.2	Спортивная площадка № 1 Территория для проведения занятий семинарского типа
7.3	Спортивная площадка № 2 Территория для проведения занятий семинарского типа
7.4	Площадка с асфальтным покрытием, баскетбольное кольцо
7.5	Площадка с песочным покрытием, волейбольная площадка
7.6	специальное помещение № 505 «Помещение для самостоятельной работы». Стол преподавателя, стул преподавателя, доска ученическая, комплект специализированной учебной мебели (ученические столы и стулья, компьютерные ученические столы, кресла), системный блок (10 шт.), монитор (10 шт.), клавиатура (10 шт.), компьютерная мышь (10 шт.), сетевой маршрутизатор, звуковые колонки (1 шт.), информационный стенд, принтер. Обеспечен доступ к сети Интернет и в электронную информационную образовательную среду организации.
7.7	Специальное помещение № 702 «Помещение для самостоятельной работы». Комплект специализированной учебной мебели (ученические столы и стулья, компьютерные ученические столы, кресла), системные блоки, мониторы, клавиатуры, компьютерные мыши. Обеспечен доступ к сети Интернет и в электронную информационную образовательную среду организации.

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Методические материалы по дисциплине «Физическая культура и спорт» находится в приложении 3.

СПЕЦИАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ИНВАЛИДАМ И ЛИЦАМ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Специальные условия обучения и направления работы с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья (далее - обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья) определены на основании:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального закона от 24.11.1995 № 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации»;
- приказа Министерства науки и высшего образования от 06.04.2021 №245 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры»;
- методических рекомендаций по организации образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в образовательных организациях высшего образования, в том числе оснащённости образовательного процесса, утвержденных Минобрнауки России 08.04.2014 № АК-44/05вн).

Под специальными условиями для получения образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья понимаются условия обучения, воспитания и развития таких студентов, включающие в себя использование при необходимости адаптированных образовательных программ и методов обучения и воспитания, специальных учебников, учебных пособий и дидактических материалов, специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования, предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего необходимую помощь, проведение групповых и индивидуальных коррекционных занятий, обеспечение доступа в здания вуза и другие условия, без которых невозможно или затруднено освоение образовательных программ обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

Обучение в рамках учебной дисциплины обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется институтом с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

Обучение по учебной дисциплине обучающихся с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах.

В целях доступности обучения по дисциплине обеспечивается:

1) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:

- наличие альтернативной версии официального сайта института в сети «Интернет» для слабовидящих;
- весь необходимый для изучения материал, согласно учебному плану (в том числе, для обучающихся по индивидуальным учебным планам) предоставляется в электронном виде на диске.
- индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс;
- присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;
- обеспечение возможности выпуска альтернативных форматов печатных материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);
- обеспечение доступа обучающегося, являющегося слепым и использующего собаку-проводника, к зданию института.

2) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- наличие микрофонов и звукоусиливающей аппаратуры коллективного пользования (аудиоколонки);

3) для лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата, материально-технические условия должны обеспечивать возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, столовые, туалетные и другие помещения организации, а также пребывания в указанных помещениях (наличие пандусов, поручней, расширенных дверных проемов и других приспособлений).

Перед началом обучения могут проводиться консультативные занятия, позволяющие студентам с ограниченными возможностями адаптироваться к учебному процессу.

В процессе ведения учебной дисциплины профессорско-преподавательскому составу рекомендуется использование социально-активных и рефлексивных методов обучения, технологий социокультурной реабилитации с целью оказания помощи обучающимся с ограниченными возможностями здоровья в установлении полноценных межличностных отношений с другими обучающимися, создании комфортного психологического климата в учебной группе.

Особенности проведения текущей и промежуточной аттестации по дисциплине для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья устанавливаются с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и другое). При необходимости предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на зачете с оценкой.