ЧАСТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
БРЯНСКИЙ ИНСТИТУТ УПРАВЛЕНИЯ И БИЗНЕСА

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой
Экономики и управления
Ерохин Д.В.

Кафедра Экономики и управления

Рабочая программа учебной дисциплины

Общая физическая подготовка

Направление подготовки

43.03.01 Сервис

Направленность (профиль):
Организация логистического сервиса

Квалификация (степень) выпускника:

Бакалавр

Форма обучения:

очная

Составитель программы:
Валуева Л.А.

Брянск
2026

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
КВАЛИФИЦИРОВАННОЙ
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат: 0A5ADD09978C9E66964A0F3355019FFEE3
Владелец: Прокопенко Любовь Леонидовна
Действителен: с 14.08.2026 до 14.08.2027

Лист согласований

Рабочая программа дисциплины «Общая физическая подготовка» по направлению подготовки 43.03.01 Сервис (направленность (профиль) подготовки: Организация логистического сервиса разработана на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 43.03.01 Сервис, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 08 июня 2017 г. № 514, Профессионального стандарта "Специалист по логистике на транспорте", утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 8 сентября 2014 г. № 616н, согласована и рекомендована к утверждению:

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и утверждена на заседании кафедры экономики и управления

протокол № 1 от «27» августа 2026 г.

заведующий кафедрой экономики и управления Д.В. Ерохин

СОДЕРЖАНИЕ

1. Аннотация к дисциплине....3

2. Перечень планируемых результатов обучения, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы....3

3. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам занятий) и на самостоятельную работу обучающихся....4

3.1 Объём дисциплины по видам учебных занятий (в часах)....4

4. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий....5

4.1 Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах) 5

4.2 Содержание дисциплины, структурированное по разделам....11

5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине....12

6. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций....20

7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины....22

8. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины....23

9. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине....26

10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, в том числе комплект лицензионного программного обеспечения, электронно-библиотечные системы, современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы....27

11. Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья....27

1. Аннотация к дисциплине

Рабочая программа дисциплины разработана в соответствии с:

- Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования-бакалавриат по направлению подготовки 43.03.01 Сервис (уровень бакалавриата), утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования РФ от 08.06.2017 N 514.

Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Настоящая дисциплина включена в обязательную часть Блока1 Дисциплины (модули) учебных планов направления подготовки 43.03.01 Сервис, уровень бакалавриата и является дисциплиной по выбору.

Дисциплина изучается на 1,2 курсе –1,2, 3 и 4 семестре; форма контроля – зачет

Цель освоения дисциплины «Общая физическая подготовка» – формировании здоровьесберегающего самосознания личности, ориентированного на физически активный образ жизни, умение использовать разнообразные средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, а также поддержания социальной активности и высокой работоспособности в профессиональной деятельности.

Основные задачи дисциплины:

1. Актуализация представлений о нормах здорового образа жизни как здоровье сберегающей основе для полноценной социальной жизни и профессиональной деятельности.
2. Актуализация знаний о средствах физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, поддержания социальной активности и высокой работоспособности в процессе профессиональной деятельности.
3. Формирование практических умений выбирать и практически использовать здоровьесберегающие приемы физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, поддержания социальной активности и высокой работоспособности в процессе профессиональной деятельности.

Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины:

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

2. Перечень планируемых результатов обучения, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование компетенций, предусмотренных ФГОС ВО по направлению 43.03.01 Сервис

Код компетенции	Результаты освоения ООП (содержание компетенций)	Код и наименование индикатора достижения УК	Формы образовательной деятельности, способствующие формированию и развитию компетенции
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	**УК-7.1.** Рассматривает нормы здорового образа жизни как основу для полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Контактная работа: Практические занятия. Самостоятельная работа
		УК-7.2. Выбирает и использует здоровьесберегающие приемы физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности.	

3. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

3.1 Объём дисциплины по видам учебных занятий (в часах)

Объём дисциплины	**Всего часов**
	очная форма обучения
Общая трудоемкость дисциплины	328
Контактная работа обучающихся с преподавателем (всего)	16
Аудиторная работа (всего):	16
в том числе:	
Лекции	4
Практические занятия	12
Лабораторные работы	-
Консультация	-
Внеаудиторная работа (всего):	312
в том числе:	
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	312
Контроль	-
Вид промежуточной аттестации обучающегося	зачет, 1, 2, 3, 4 семестры

4. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

4.1 Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах)

№п/п	Разделы и темы дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)							Вид оценочного средства текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации *(по семестрам)*
			Всего	Из них аудиторные занятия			Самостоятельная работа	Контрольная работа	Курсовая работа	
				Лекции	Практикум. Лабораторные	Практические занятия				
1	Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов. Значение физической культуры в профессиональной деятельности студентов	1	8				8			Эссе с презентацией
2	Бег на короткой, средней и длинной дистанции (кроссовый бег)	1	6			3	3			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
3	Прыжки в длину с места, с разбега	1	6			3	3			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
4	Метание гранаты, мяча на дальность и в цель	1	6			3	3			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
5	Эстафетный и челночный бег	1	6			3	3			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
6	Техника игры в баскетбол	1	6			3	3			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией

7	Тактика игры в волейбол	1	6			3	3			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
8	Техника игры в футбол	1	6			3	3			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
9	Строевые приемы (построение, передвижение)	1	6			3	3			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
10	Упражнение на гимнастических снарядах	1	6			3	3			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
11	Акробатические упражнения	1	6			3	3			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
12	Художественная гимнастика для девушек, атлетическая гимнастика для юношей	1	6			3	3			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
13	Жизненно необходимые умения и навыки (игровые виды, плавание, гимнастика, единоборство, лыжи)	1	6			3	3			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
	Зачет	1	+							Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией. Собеседование по вопросам к зачету
	Итого за 1 семестр:		80			36	44			**Зачет**
14	Жизненно необходимые умения и навыки (игровые виды, плавание, гимнастика, единоборство, лыжи)	2	8			4	4			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
15	Художественная гимнастика для девушек, атлетическая гимнастика для юношей	2	6			3	3			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
16	Акробатические упражнения	2	5			2	3			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
17	Упражнение на гимнастических снарядах	2	8			4	4			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией

18	Тактика игры в волейбол	2	6			3	3			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
19	Техника игры в баскетбол	2	6			3	3			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
20	Техника игры в футбол	2	6			3	3			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
21	Строевые приемы (построение, передвижение)	2	6			2	4			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
22	Метание гранаты, мяча на дальность и в цель	2	6			2	4			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
23	Бег на короткой, средней и длинной дистанции (кроссовый бег)	2	5			2	3			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
24	Прыжки в длину с места, с разбега	2	5			2	3			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
25	Эстафетный и челночный бег	2	5			2	3			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
26	Жизненно необходимые умения и навыки (игровые виды, плавание, гимнастика, единоборство)	2	8			4	4			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
	Зачет	2	+							Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией. Собеседование по вопросам к зачету
	Итого за 2 семестр:		80			36	44			Зачет
27	Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений	3	8				8			Эссе с презентацией

28	Бег на короткой, средней и длинной дистанции (кроссовый бег)	3	6			3	3			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
29	Прыжки в длину с места, с разбега	3	6			3	3			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
30	Метание гранаты, мяча на дальность и в цель	3	6			3	3			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
31	Эстафетный и челночный бег	3	6			3	3			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
32	Техника игры в баскетбол	3	6	1		3	3			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
33	Тактика игры в волейбол	3	6			3	3			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
34	Техника игры в футбол	3	6			3	3			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
35	Строевые приемы (построение, передвижение)	3	6			3	3			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
36	Упражнение на гимнастических снарядах	3	6			3	3			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
37	Акробатические упражнения	3	6			3	3			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
38	Художественная гимнастика для девушек, атлетическая гимнастика для юношей	3	6			3	3			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
39	Жизненно необходимые умения и навыки (игровые виды, плавание, гимнастика, единоборство, лыжи)	3	6			3	3			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией

	Зачет	3	+							Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией. Собеседование по вопросам к зачету
	Итого за 3 семестр:		80			36	44			Зачет
40	Жизненно необходимые умения и навыки (игровые виды, плавание, гимнастика, единоборство, лыжи)	4	8	1		4	4			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
41	Художественная гимнастика для девушек, атлетическая гимнастика для юношей	4	7			3	4			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
42	Акробатические упражнения	4	6			2	4			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
43	Упражнение на гимнастических снарядах	4	8			4	4			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
44	Тактика игры в волейбол	4	7	1		3	4			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
45	Техника игры в баскетбол	4	7			3	4			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
46	Техника игры в футбол	4	7			3	4			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
47	Строевые приемы (построение, передвижение)	4	6			2	4			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
48	Метание гранаты, мяча на дальность и в цель	4	6			2	4			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
49	Бег на короткой, средней и длинной дистанции (кроссовый бег)	4	6			2	4			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией

50	Прыжки в длину с места, с разбега	4	6	1		2	4			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
51	Эстафетный и челночный бег	4	6			2	4			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
52	Жизненно необходимые умения и навыки (игровые виды, плавание, гимнастика, единоборство)	4	8			4	4			Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
	Зачет	4	+							Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией. Собеседование по вопросам к зачету
	Итого за 4 семестр:		88							Зачет
	ИТОГО:		328	4		12	312			

4.2 Содержание дисциплины, структурированное по разделам

Тема: Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов. Значение физической культуры в профессиональной деятельности студентов.

Общие положения профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП).

Определение понятия ППФП, ее цели, задачи, средства. Место ППФП в системе физического воспитания студентов. Факторы, определяющие корректное содержание ППФП. Методика подбора средств ППФП студентов в вузе. Личная и социально-экономическая необходимость профессионально-прикладной физической подготовки.

Особенности ППФП обучающихся по избранному направлению подготовки или специальности. Методика подбора средств ППФП студентов в вузе. Контроль за эффективностью профессионально-прикладной физической подготовленности обучающихся.

Тема: Бег на короткой, средней и длинной дистанции (кроссовый бег).

Разминка.
Объяснение цели, задач, алгоритма действий, ожидаемых результатов занятия.
Тренировочные упражнения.
Основные упражнения.
Подведение итогов.

Тема: Прыжки в длину с места, с разбега.

Разминка.
Объяснение цели, задач, алгоритма действий, ожидаемых результатов занятия.
Тренировочные упражнения.
Основные упражнения.
Подведение итогов.

Тема: Метание гранаты, мяча на дальность и в цель.

Разминка.
Объяснение цели, задач, алгоритма действий, ожидаемых результатов занятия.
Тренировочные упражнения.

Основные упражнения.
Подведение итогов.

Тема: Эстафетный и челночный бег.

Разминка.
Объяснение цели, задач, алгоритма действий, ожидаемых результатов занятия.
Тренировочные упражнения.
Основные упражнения.
Подведение итогов.

Тема: Техника игры в баскетбол.

Разминка.
Объяснение цели, задач, алгоритма действий, ожидаемых результатов занятия.
Тренировочные упражнения.
Основные упражнения.
Подведение итогов.

Тема: Жизненно необходимые умения и навыки (игровые виды, плавание, гимнастика, единоборство, лыжи).

Разминка.
Объяснение цели, задач, алгоритма действий, ожидаемых результатов занятия.
Тренировочные упражнения.
Основные упражнения.
Подведение итогов.

Тема: Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений.

Цель и задачи спортивной подготовки (занятий системой физических упражнений) в избранном виде спорта в условиях вуза. Характеристик общей структуры спортивной подготовленности в избранном виде спорта (взаимосвязь физической, технической, тактической и психической подготовленности. Виды контроля эффективности тренировочных занятий в избранном виде спорта.

Перспективное, текущее и оперативное планирование подготовки. Основные пути достижения необходимой структуры подготовки занимающихся. Контроль эффективности тренировочных занятий. Специальные зачётные требования и нормативы по годам (семестрам) обучения избранному виду спорта или системе физических упражнений.

5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Самостоятельная работа обучающихся при изучении курса «Физическая культура для лиц с ОВЗ» предполагает, в первую очередь, работу с основной и дополнительной литературой. Результатами этой работы становятся выступления на практических занятиях, участие в обсуждении.

Методика самостоятельной работы предварительно разъясняется преподавателем и в последующем может уточняться с учетом индивидуальных особенностей обучающихся. Время и место самостоятельной работы выбираются обучающимися по своему усмотрению с учетом рекомендаций преподавателя.

Самостоятельную работу над дисциплиной следует начинать с изучения рабочей программы дисциплины «Физическая культура для лиц с ОВЗ», которая содержит основные требования к знаниям, умениям и навыкам обучаемых. Обязательно следует вспомнить рекомендации преподавателя, данные в ходе установочных занятий. Затем – приступать к изучению отдельных разделов и тем в порядке, предусмотренном программой.

Получив представление об основном содержании раздела, темы, необходимо изучить материал с помощью учебников, указанных в разделе 7 рабочей программы дисциплины. Целесообразно составить краткий конспект или схему, отображающую смысл и связи основных понятий данного раздела и включенных в него тем. Затем, как показывает опыт,

полезно изучить выдержки из первоисточников. Рекомендуется составить их краткий конспект. Обязательно следует записывать возникшие вопросы, на которые не удалось ответить самостоятельно.

Наименование темы	**Вопросы, выносимые на самостоятельное изучение**	**Работы в составе самостоятельной работы**	**Учебно-методическое обеспечение**	**Форма контроля**
Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов. Значение физической культуры в профессиональной деятельности студентов	Особенности профессионально-прикладной физической подготовки обучающихся по избранному виду спорта (системы физических упражнений). Методика подбора средств и методов физического воспитания обучающихся. Цели и задачи самостоятельных занятий физической культурой. Самоконтроль за физическим развитием и физической подготовленностью обучающихся. Самоконтроль уровня развития физических качеств (*по выбору студента).	Подготовка эссе, доклада с презентацией.	Литература к теме, работа с интернет-источниками	Эссе с презентацией

Бег на короткой, средней и длинной дистанции (кроссовый бег)	Требования к подготовке и проведению занятий соответствующего типа физической культуры. Нормативные требования показателей упражнений соответствующего типа физической культуры для избранной возрастной группы. Факторы риска здоровью при проведении соответствующего типа занятий физической культуры. Алгоритмы оказания доврачебной помощи пострадавшим.	Работа в библиотеке, включая ЭБС.	Литература к теме, работа с интернет-источниками	Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
Прыжки в длину с места, с разбега	Требования к подготовке и проведению занятий соответствующего типа физической культуры. Нормативные требования показателей упражнений соответствующего типа физической культуры для избранной возрастной группы. Факторы риска здоровью при проведении соответствующего типа занятий физической культуры. Алгоритмы оказания доврачебной помощи пострадавшим.	Работа в библиотеке, включая ЭБС.	Литература к теме, работа с интернет-источниками	Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией

Метание гранаты, мяча на дальность и в цель	Требования к подготовке и проведению занятий соответствующего типа физической культуры. Нормативные требования показателей упражнений соответствующего типа физической культуры для избранной возрастной группы. Факторы риска здоровью при проведении соответствующего типа занятий физической культуры. Алгоритмы оказания доврачебной помощи пострадавшим.	Работа в библиотеке, включая ЭБС.	Литература к теме, работа с интернет-источниками	Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
Эстафетный и челночный бег	Требования к подготовке и проведению занятий соответствующего типа физической культуры. Нормативные требования показателей упражнений соответствующего типа физической культуры для избранной возрастной группы. Факторы риска здоровью при проведении соответствующего типа занятий физической культуры. Алгоритмы оказания доврачебной помощи пострадавшим.	Работа в библиотеке, включая ЭБС.	Литература к теме, работа с интернет-источниками	Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией

Техника игры в баскетбол	Требования к подготовке и проведению занятий соответствующего типа физической культуры. Нормативные требования показателей упражнений соответствующего типа физической культуры для избранной возрастной группы. Факторы риска здоровью при проведении соответствующего типа занятий физической культуры. Алгоритмы оказания доврачебной помощи пострадавшим.	Работа в библиотеке, включая ЭБС.	Литература к теме, работа с интернет-источниками	Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
Тактика игры в волейбол	Требования к подготовке и проведению занятий соответствующего типа физической культуры. Нормативные требования показателей упражнений соответствующего типа физической культуры для избранной возрастной группы. Факторы риска здоровью при проведении соответствующего типа занятий физической культуры. Алгоритмы оказания доврачебной помощи пострадавшим.	Работа в библиотеке, включая ЭБС.	Литература к теме, работа с интернет-источниками	Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией

6. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

С целью определения уровня овладения компетенциями, закрепленными за дисциплиной, в заданные преподавателем сроки проводится текущий и промежуточный контроль знаний, умений и навыков каждого обучающегося. Все виды текущего контроля осуществляются на практических занятиях. Исключение составляет устный опрос, который может проводиться в начале или конце лекции в течение 15-20 мин. с целью закрепления знаний терминологии по дисциплине. При оценивании компетенций принимается во внимание формирование профессионального мировоззрения, определенного уровня включённости в занятия, рефлексивные навыки, владение изучаемым материалом.

Процедура оценивания компетенций обучающихся основана на следующих стандартах:

Техника игры в футбол	Требования к подготовке и проведению занятий соответствующего типа физической культуры. Нормативные требования показателей упражнений соответствующего типа физической культуры для избранной возрастной группы. Факторы риска здоровью при проведении соответствующего типа занятий физической культуры. Алгоритмы оказания доврачебной помощи пострадавшим.	Работа в библиотеке, включая ЭБС.	Литература к теме, работа с интернет-источниками	Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
Строевые приемы (построение, передвижение)	Требования к подготовке и проведению занятий соответствующего типа физической культуры. Нормативные требования показателей упражнений соответствующего типа физической культуры для избранной возрастной группы. Факторы риска здоровью при проведении соответствующего типа занятий физической культуры. Алгоритмы оказания доврачебной помощи пострадавшим.	Работа в библиотеке, включая ЭБС.	Литература к теме, работа с интернет-источниками	Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией

1. Периодичность проведения оценки.

2. Многоступенчатость: оценка (как преподавателем, так и обучающимися группы) и самооценка обучающегося, обсуждение результатов и комплекс мер по устранению недостатков.

3. Единство используемой технологии для всех обучающихся, выполнение условий сопоставимости результатов оценивания.

4. Соблюдение последовательности проведения оценки.

Текущая аттестация обучающихся. Текущая аттестация обучающихся по дисциплине «Общая физическая подготовка» проводится в соответствии с локальными нормативными актами БИУБ и является обязательной.

Текущая аттестация по учебной дисциплине проводится в форме опроса и контрольных мероприятий по оцениванию фактических результатов обучения обучающихся и

Упражнение на гимнастических снарядах	Требования к подготовке и проведению занятий соответствующего типа физической культуры. Нормативные требования показателей упражнений соответствующего типа физической культуры для избранной возрастной группы. Факторы риска здоровью при проведении соответствующего типа занятий физической культуры. Алгоритмы оказания доврачебной помощи пострадавшим.	Работа в библиотеке, включая ЭБС.	Литература к теме, работа с интернет-источниками	Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
Акробатические упражнения	Требования к подготовке и проведению занятий соответствующего типа физической культуры. Нормативные требования показателей упражнений соответствующего типа физической культуры для избранной возрастной группы. Факторы риска здоровью при проведении соответствующего типа занятий физической культуры. Алгоритмы оказания доврачебной помощи пострадавшим.	Работа в библиотеке, включая ЭБС.	Литература к теме, работа с интернет-источниками	Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией

осуществляется преподавателем дисциплины.

Объектами оценивания выступают:

1. учебная дисциплина (активность на занятиях, своевременность выполнения различных видов заданий, посещаемость всех видов занятий по аттестуемой дисциплине);
2. степень усвоения теоретических знаний в качестве «ключей анализа»;
3. уровень овладения практическими умениями и навыками по всем видам учебной работы;
4. результаты самостоятельной работы (см. п. 5).

Активность обучающегося на занятиях оценивается на основе выполненных им работ и заданий, предусмотренных данной рабочей программой дисциплины.

Кроме того, оценивание обучающегося проводится на текущем контроле по дисциплине. Оценивание обучающегося на контрольной неделе проводится преподавателем

Художественная гимнастика для девушек, атлетическая гимнастика для юношей	Требования к подготовке и проведению занятий соответствующего типа физической культуры. Нормативные требования показателей упражнений соответствующего типа физической культуры для избранной возрастной группы. Факторы риска здоровью при проведении соответствующего типа занятий физической культуры. Алгоритмы оказания доврачебной помощи пострадавшим.	Работа в библиотеке, включая ЭБС.	Литература к теме, работа с интернет-источниками	Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией
Жизненно необходимые умения и навыки (игровые виды, плавание, гимнастика, единоборство, лыжи)	Требования к подготовке и проведению занятий соответствующего типа физической культуры. Нормативные требования показателей упражнений соответствующего типа физической культуры для избранной возрастной группы. Факторы риска здоровью при проведении соответствующего типа занятий физической культуры. Алгоритмы оказания доврачебной помощи пострадавшим.	Работа в библиотеке, включая ЭБС.	Литература к теме, работа с интернет-источниками	Демонстрация практических умений / Эссе с презентацией

независимо от наличия или отсутствия обучающегося (по уважительной или неуважительной причине) на занятии.

Оценивание обучающегося носит комплексный характер и учитывает достижения обучающегося по основным компонентам учебного процесса за текущий период с выставлением оценок в ведомости.

Промежуточная аттестация обучающихся. Промежуточная аттестация обучающихся по учебной дисциплине проводится в соответствии с локальными нормативными актами БИУБ и является обязательной.

Промежуточная аттестация по учебной дисциплине проводится в соответствии с учебным планом в период зачетно-экзаменационной сессии в соответствии с графиком проведения: для очной формы обучения на 1 и 2 курсах, в 1, 2, 3, 4 семестрах, форма контроля – зачет.

Обучающиеся допускаются к зачету по дисциплине в случае выполнения им учебного плана по дисциплине: выполнения всех заданий и мероприятий, предусмотренных программой дисциплины.

Оценка знаний обучающегося на зачете определяется его учебными достижениями в семестровый период и результатами текущего контроля знаний и выполнением им заданий.

Знания умения, навыки обучающегося на экзамене оцениваются как: «зачтено», «не зачтено».

Основой для определения оценки служит уровень усвоения обучающимися материала, предусмотренного данной рабочей программой.

7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

а) основная учебная литература:

1. *Манжелей, И. В.* Теоретические и прикладные аспекты методической работы учителя физической культуры : учебное пособие для среднего профессионального образования / И. В. Манжелей. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 182 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10801-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/541676 (дата обращения: 24.11.2024). . — Режим доступа: для авторизир. пользователей
2. Зайцева И.П. Физическая культура. Теоретический зачет для студентов III курса специальной медицинской группы «Б» : учебное пособие для бакалавров / Зайцева И.П.. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2022. — 267 с. — ISBN 978-5-4497-1463-3. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/116762.html . — Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: https://doi.org/10.23682/116762
3. Терехова Н.В. Методика проведения занятий по физической культуре со спортивной направленностью волейбол в специальной медицинской группе : учебное пособие / Терехова Н.В., Кабанова И.А., Кожевникова Н.Г.. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2022. — 76 с. — ISBN 978-5-4497-1844-0. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/125593.html . — Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: https://doi.org/10.23682/125593
4. Дудкина С.Н. Оздоровительное плавание для студентов специальной медицинской группы : учебное пособие / Дудкина С.Н., Панов Г.П.. — Липецк : Липецкий государственный технический университет, ЭБС АСВ, 2022. — 61 с. — ISBN 978-5-00175-166-3. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/128717.html . — Режим доступа: для авторизир. пользователей

б) дополнительная учебная литература:

1. Бабушкин Г.Д. Психология физического воспитания и спорта : учебник для бакалавров / Бабушкин Г.Д., Яковлев Б.П.. — Саратов : Вузовское образование, 2023. — 846 с. — ISBN 978-5-4487-0913-5. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/124165.html. — Режим доступа: для авторизир. пользователей. – DOI: https://doi.org/10.23682/124165.
2. Социально-педагогическое сопровождение детей с ограниченными возможностями здоровья : учебник для вузов / Л. В. Мардахаев [и др.] ; под редакцией Л. В. Мардахаева, Е. А. Орловой. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 343 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-9646-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/538198 (дата обращения: 24.11.2024).. — Режим доступа: для авторизир. пользователей.
3. Игровые виды спорта как оптимальное средство развития физических качеств у студентов средних специальных и высших учебных заведений : учебное пособие / И.В. Волкова [и др.].. — Нижний Новгород : Нижегородский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2022. — 121 с. — ISBN 978-5-528-00504-1. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL:

https://www.iprbookshop.ru/131152.html . — Режим доступа: для авторизир. пользователей.
4. Психолого-педагогическая диагностика развития лиц с ограниченными возможностями здоровья : учебное пособие для вузов / Д. И. Бойков [и др.] ; ответственный редактор Д. И. Бойков. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 211 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13506-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/543157 (дата обращения: 24.11.2024). — Режим доступа: для авторизир. пользователей.
5. Мельникова Ю.А. Физическая культура и спорт в вузе: инклюзивный подход : учебно-методическое пособие / Мельникова Ю.А., Таламова И.Г., Стоцкая Е.С.. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2021. — 92 c. — ISBN 978-5-91930-187-5. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/130290.html . — Режим доступа: для авторизир. пользователей
6. Основы физической реабилитации : учебник / И.Г. Таламова [и др.].. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2023. — 355 c. — ISBN 978-5-4497-2193-8. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/130527.html. — Режим доступа: для авторизир. пользователей.
7. Саввина Н.П. Особенности самостоятельных занятий физическими упражнениями студентов специальных медицинских групп : учебное пособие / Саввина Н.П., Кострикин Л.В., Волокитин А.В.. — Липецк : Липецкий государственный технический университет, ЭБС АСВ, 2023. — 49 c. — ISBN 978-5-00175-214-1. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/130968.html. — Режим доступа: для авторизир. пользователей.
8. Сидоров Д.Г. Методы самоконтроля для оценки физического состояния студентов : учебно-методическое пособие / Сидоров Д.Г.. — Нижний Новгород : Нижегородский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2023. — 43 c. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/131158.html. — Режим доступа: для авторизир. пользователей.
9. Сидоров Д.Г. Средства физической культуры для развития у студентов профессионально-прикладных навыков. ППФП в образовательной среде : учебно-методическое пособие / Сидоров Д.Г., Овчинников С.А., Щукин В.М.. — Нижний Новгород : Нижегородский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2023. — 36 c. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/131174.html . — Режим доступа: для авторизир. пользователей

8. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Вид деятельности	Методические указания по организации деятельности студента
Лекция	Написание конспекта лекций: кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, обобщения; помечать важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удается разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии.
Практические занятия	Проработка рабочей программы, уделяя особое внимание целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом. Прослушивание аудио- и видеозаписей по заданной теме, решение расчетно-графических заданий, решение задач по алгоритму и др. Сдача нормативов по видам занятий физической культуры.
Индивидуальные задания	Знакомство с основной и дополнительной литературой, включая справочные издания, зарубежные источники, конспект основных положений, терминов, сведений, требующихся для запоминания и являющихся основополагающими в этой теме. Составление аннотаций к прочитанным литературным источникам и др.
Самостоятельная работа	Самостоятельная работа проводится с целью: систематизации и закрепления полученных теоретических знаний и практических умений обучающихся; углубления и расширения теоретических знаний студентов; формирования умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию, учебную и специальную литературу; развития познавательных способностей и активности обучающихся: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности, организованности; формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, совершенствованию и самоорганизации; формирования профессиональных компетенций; развитию исследовательских умений обучающихся. Формы и виды самостоятельной работы: чтение основной и дополнительной литературы – самостоятельное изучение материала по рекомендуемым литературным источникам; работа с библиотечным каталогом, самостоятельный подбор необходимой литературы; работа со словарем, справочником; поиск необходимой информации в сети Интернет; конспектирование источников; реферирование источников; составление аннотаций к прочитанным литературным источникам; составление рецензий и отзывов на прочитанный материал; составление обзора публикаций по теме; составление и разработка терминологического словаря; составление хронологической таблицы; составление библиографии (библиографической картотеки); подготовка к различным формам текущей и промежуточной аттестации (к тестированию, зачету, экзамену); выполнение домашних контрольных работ; самостоятельное выполнение практических заданий репродуктивного типа (ответы на вопросы, тесты; выполнение творческих заданий). Технология организации самостоятельной работы обучающихся включает использование информационных и материально-технических ресурсов образовательного учреждения: библиотеку с читальным залом, укомплектованную в соответствии с существующими нормами; учебно-методическую базу учебных кабинетов, лабораторий и зала кодификации; компьютерные классы с возможностью работы в сети Интернет; аудитории (классы) для консультационной деятельности; учебную и учебно-методическую литературу, разработанную с учетом увеличения доли самостоятельной работы студентов, и иные методические материалы. Перед выполнением обучающимися внеаудиторной самостоятельной работы преподаватель проводит

9. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Оснащение:
Огнетушитель- 3 шт.
Крепление для огнетушителя -3 шт.
Унитаз-2 шт.
Раковина -2 шт.
Ковровая дорожка-1 шт.
Раздевалка деревянно-металлическая -10 шт.
Титан-2 шт.
Стенд деревянный-1 шт.
Стенд пластиковый-3 шт.
Стол письменный серый-2 шт.
Стул серый тканевый-3 шт.
тумбочка с ящиками-1 шт.
Вешалка настенная-1 шт.
Стеллаж металлический серый-1 шт.
Стеллаж секционный-2 шт.
Стол теннистный-1 шт.
Груша боксерская-2 шт.
Мешок боксерский-1 шт.
Мат спортивный -4 шт.
Тренажер для пресса-2 шт.
Беговая дорожка-1 шт.
Велотренажер-1 шт.
Гиря 24 кг.-2 шт.
Шведская лестница деревянная -4 шт.
Стол для амреслинга -1 шт.
Стойка турник+брусья-2 шт.
Скамья гимнастическая деревянная -10 шт.
Крепление для груш-6 шт.
Сетка футбольная -4 шт.
Гантель 1 кг.-15 шт.
Канат-1 шт.
Сетка волейбольная-1 шт.
Баскетбольный щит с кольцом – 2 шт. ,
Мяч волейбольный – 5
Мяч баскетбольный – 2 шт
Шлем боксерский-4 шт.
Гиря 16 кг.-2 шт.
Будо-мат-37 шт.10.

10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, в том числе комплект лицензионного программного обеспечения, электронно-библиотечные системы, современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Обучающиеся обеспечены доступом к электронной информационно-образовательной среде Института из любой точки, в которой имеется доступ к сети «Интернет», как на территории организации, так и вне ее.

10.1 Лицензионное программное обеспечение:

1. Операционная система Microsoft Windows XP Professional Russian — OEM-лицензии (поставляются в составе готового компьютера);
2. Операционная система Microsoft Windows 7 Professional — OEM-лицензии (поставляются в составе готового компьютера);

3. Операционная система Microsoft Windows 10 Professional — OEM-лицензии (для образовательных учреждений);
4. Операционная система Linux: Open-source;
5. Свободный пакет офисных приложений Open Office;
6. Свободный пакет офисных приложений Libre Office;
7. Комплексная система антивирусной защиты рабочих станций Dr.Web Desktop Security Suite LBW-BC-12M-50-B1;
8. Программные средства АПК Аналитик – авто
9. Программный комплекс SciLab — свободная лицензия CeCILL.

10.2. Электронно-библиотечная система:

1. Электронно-библиотечная система IPR BOOKS (www.iprbookshop.ru)
2. Образовательная платформа ЮРАЙТ (https://biblioonline.ru/catalog/legendary и https://urait.ru/catalog/legendary)
3. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU (www: http//elibrary.ru)

10.3. Современные профессиональные базы данных:

1. Официальный интернет-портал базы данных правовой информации http://pravo.gov.ru.
2. Электронные ресурсы Российской государственной библиотеки http://www.rsl.ru/ru/root3489/all.
3. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования http://fgosvo.ru.
4. Федеральный портал «Российское образование» http://www.edu.ru/
5. База данных научных журналов на русском и английском языке ScienceDirect. Открытый доступ к метаданным научных статей по различным направлениям наук. Поиск рецензируемых журналов, статей, глав книг и контента открытого доступа http://www.sciencedirect.com/

10.4. Информационные справочные системы:

1. Информационно-правовой портал Гарант https://www.garant.ru
2. Компьютерная справочная правовая система «Консультант Плюс» http://www.consultant.ru/
3. Национальная электронная библиотека http://www.nns.ru/
4. Портал Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/
5. Реестр примерных основных общеобразовательных программ https://fgosreestr.ru/
6. Федеральный портал «Российское образование» http://www.edu.ru
7. Электронные ресурсы Российской государственной библиотеки http://www.rsl.ru/ru/root3489/all

11. Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Для обеспечения образования лиц с ограниченными возможностями здоровья по личному заявлению обучающегося разрабатывается адаптированная образовательная программа, индивидуальный учебный план с учетом особенностей их психофизического развития и состояния здоровья. Применяется индивидуальный подход к освоению дисциплины, индивидуальные задания: рефераты, письменные работы либо только устные ответы и диалоги, индивидуальные консультации. Возможно использование диктофона и других записывающих устройств для воспроизведения лекционного и семинарского материала.

В целях обеспечения обучающихся лиц с ограниченными возможностями здоровья библиотека комплектует фонд основной учебной литературой, адаптированной к ограничению их здоровья, предоставляет возможность удаленного использования электронных образовательных ресурсов, доступ к которым организован в БИУБ. В библиотеке проводятся индивидуальные консультации для данной категории пользователей,

оказывается помощь в регистрации и использовании сетевых и локальных электронных образовательных ресурсов, предоставляются места в читальном зале, оборудованные программами невизуального доступа к информации, экранными увеличителями и техническими средствами усиления остаточного зрения: Microsoft Windows 7, Центр специальных возможностей, Экранная лупа; Microsoft Windows 7, Центр специальных возможностей, Экранный диктор; Microsoft Windows 7, Центр специальных возможностей, Экранная клавиатура; экранная лупа One Loupe; речевой синтезатор «Голос».