

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

СТАВРОПОЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:

декан учетно-финансового факультета,
профессор, д.э.н.

Костюкова Е. И. _____

« 25 » мая

2022 г.

Рабочая программа дисциплины

Б 1.0.33 Физическая культура и спорт

Шифр и наименование дисциплины по учебному плану

38.03.01 Экономика

Код и наименование направление подготовки

Финансы и кредит

Наименование профиля подготовки

Бакалавр

Квалификация выпускника

Очная, заочная, очно-заочная

Формы обучения

Ставрополь, 2022

1. Цель дисциплины

Целью освоения дисциплины «Физическая культура и спорт» является формирование в структуре общего профессионального образования физической культуры личности студента, характеризующейся определенным уровнем специальных знаний и интеллектуальных способностей, приобретенных в результате воспитания, образования и воплощенных посредством компетенций (знаний, умений, навыков) в различные виды физкультурно-спортивной деятельности, культуру здорового образа жизни, физическое самосовершенствование, духовность и психофизическое здоровье.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций ОП ВО и овладение следующими результатами обучения по дисциплине:

Код и наименование компетенции*	Код(ы) и наименование (-ия) индикатора(ов) достижения компетенций**	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
УК-7 Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.2. Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности	<p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none">- понятий и навыков здорового образа жизни, способы сохранения и укрепления здоровья- факторов, определяющих здоровье человека- взаимосвязи общей культуры студента и его образа жизни- здорового образа жизни и его составляющие. <p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none">- на творческом уровне использовать и применять методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности- сформировать посредством физической культуры понимание о необходимости соблюдения здорового образа жизни, направленного на укрепление здоровья;- интегрировать полученные знания в формирование профессионально значимых умений и навыков- следовать социально-значимым представлениям о здоровом образе жизни, придерживаться здорового образа жизни <p>Навыки и/или трудовые действия:</p> <ul style="list-style-type: none">- методов и способов организации здорового образа жизни;- владения современными технологиями формирование здорового образа жизни- применения средств, способов физической культуры и спорта и оздоровительных методик, направленных на формирование необходимых умений и навыков в формировании здорового образа жизни- навык здорового образа жизни является предпосылкой к высокоэффективному труду, творческой активности и наиболее полному самовыражению личности.

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина Б1.О.3 «Физическая культура и спорт» является дисциплиной обязательной части программы бакалавриата

Изучение дисциплины осуществляется:

- студентами очной формы обучения - в 1 и 3 семестрах;
- студентами заочной формы обучения - на 1 курсе;
- студентами очно-заочной формы обучения - в 1 и 3 семестрах.

Для освоения дисциплины «Физическая культура и спорт» студенты используют знания, умения и навыки, сформированные в процессе изучения дисциплины «Физическая культура» школьной программы:

Освоение дисциплины «Физическая культура и спорт» является необходимой основой для последующего изучения элективных дисциплин по физической культуре и спорту.

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

Общая трудоемкость дисциплины «Физическая культура и спорт» в соответствии с рабочим учебным планом и ее распределение по видам работ представлены ниже.

Очная форма обучения

Се- местр	Трудо- ем- кость час/з.е	Контактная работа с преподавателем, час			Самостоя- тельная ра- бота, час	Контроль, час	Форма про- межуточной аттестации (форма кон- троля)
		лекции	практические занятия	лаборатор- ные занятия			
1	36/1	4	2	-	30	-	зачет
<i>в т.ч. часов в интер- активной форме</i>		2	2	-	-	-	-
3	36/1	4	2	-	30	-	зачет
<i>в т.ч. часов в интер- активной форме</i>		2	2	-	-	-	-
Итого		8	4	-	60	-	-

Семестр	Трудо- ем- кость час/з.е.	Внеаудиторная контактная работа с преподавателем, час/чел					
		Курсовая работа	Курсовой проект	Зачет	Дифференц ированный зачет	Консульта ции перед экзаменом	Экзамен
1	36/1	-	-	0,12	-	-	-
3	36/1	-	-	0,12	-	-	-

Заочная форма обучения

Се- местр	Трудо- ем- кость час/з.е	Контактная работа с преподавателем, час			Самостоя- тельная ра- бота, час	Контроль, час	Форма про- межуточной аттестации (форма кон- троля)
		лекции	практические занятия	лаборатор- ные занятия			
1	72/2	2	-	-	66	4	зачет
<i>в т.ч. часов в интер- активной форме</i>		2	-	-	-	-	-

Семестр	Трудоемкость час/з.е.	Внеаудиторная контактная работа с преподавателем, час/чел					
		Курсовая работа	Курсовой проект	Зачет	Дифференцированный зачет	Консультации перед экзаменом	Экзамен
1	72/2	-	-	0,12	-	-	-

Очно-заочная форма обучения

Семестр	Трудоемкость час/з.е.	Контактная работа с преподавателем, час			Самостоятельная работа, час	Контроль, час	Форма промежуточной аттестации (форма контроля)
		лекции	практические занятия	лабораторные занятия			
1	36/1	2	-	-	34	-	зачет
<i>в т.ч. часов в интерактивной форме</i>		2	-	-	-	-	-
3	36/1	2	-	-	34	-	зачет
<i>в т.ч. часов в интерактивной форме</i>		2	-	-	-	-	-
Итого		4	-	-	68	-	-

Семестр	Трудоемкость час/з.е.	Внеаудиторная контактная работа с преподавателем, час/чел					
		Курсовая работа	Курсовой проект	Зачет	Дифференцированный зачет	Консультации перед экзаменом	Экзамен
1	36/1	-	-	0,12	-	-	-
3	36/1	-	-	0,12	-	-	-

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

Очная форма обучения

№ пп	Темы (и/или разделы) дисциплины	Количество часов					Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации	Оценочное средство проверки результатов достижения индикаторов компетенций**	Код индикаторов достижения компетенций
		Всего	Лекции	Семинарские занятия		Самостоятельная работа			
				Практические	Лабораторные				
1	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов	7	1			6	Аттестация (55 баллов и выше) Зачет	Устный опрос, реферат, дневник самоконтроля	УК-7.2

№ пп	Темы (и/или разделы) дисциплины	Количество часов					Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации	Оценочное средство проверки результатов достижения индикаторов компетенций**	Код индикаторов достижения компетенций
		Всего	Лекции	Семинарские занятия		Самостоятельная работа			
				Практические	Лабораторные				
2	Всеобщая история физической культуры и спорта. История физической культуры и спорта в России	6	-			6	Аттестация (55 баллов и выше) Зачет	Устный опрос, реферат, дневник самоконтроля	УК-7.2
3	Социально-биологические основы физической культуры	7	1			6	Аттестация (55 баллов и выше) Зачет	Устный опрос, реферат, дневник самоконтроля	УК-7.2
4	Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья	8	1	1		6	Аттестация (55 баллов и выше) Зачет	Устный опрос, реферат, дневник самоконтроля	УК-7.2
5	Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности студента.	7	1			6	Аттестация (55 баллов и выше) Зачет	Устный опрос, реферат, дневник самоконтроля	УК-7.2
6	Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	8	1	1		6	Аттестация (55 баллов и выше) Зачет	Устный опрос, реферат, дневник самоконтроля	УК-7.2
7	Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений. Гигиена физического воспитания и спорта	8	1	1		6	Аттестация (55 баллов и выше) Зачет	Устный опрос, реферат, дневник самоконтроля	УК-7.2
8	Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом. Лечебная физическая культура при различных отклонениях в здоровье	8	1	1		6	Аттестация (55 баллов и выше) Зачет	Устный опрос, реферат, дневник самоконтроля	УК-7.2

№ пп	Темы (и/или разделы) дисциплины	Количество часов				Самостоятельная работа	Формы текущего кон- троля успеваемости и промежуточной аттеста- ции	Оценочное средство проверки результатов достижения индикато- ров компетенций**	Код индикаторов достиже- ния компетенций
		Всего	Лекции	Семи- нарские занятия					
				Практические	Лабораторные				
9	Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов в вузах. Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра и специалиста	7	1			6	Аттестация (55 баллов и выше) Зачет	Устный опрос, реферат, дневник самоконтроля	УК-7.2
10	Спорт и допинг. Организация и проведение спортивных праздников и соревнований	6	-			6	Аттестация (55 баллов и выше) Зачет	Устный опрос, реферат, дневник самоконтроля	УК-7.2
	Итого	72	8	4		60			

Заочная форма обучения

№ пп	Темы (и/или разделы) дисциплины	Количество часов				Самостоятельная работа	Формы текущего кон- троля успеваемости и промежуточной аттеста- ции	Оценочное средство проверки результатов достижения индикато- ров компетенций**	Код индикаторов достиже- ния компетенций
		Всего	Лекции	Семи- нарские занятия					
				Практические	Лабораторные				
1	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов	6	-	-		6	Аттестация (55 баллов и выше) Зачет	Устный опрос, реферат, дневник самоконтроля	УК-7.2
2	Всеобщая история физической культуры и спорта. История физической культуры и спорта в России	6	-	-		6	Аттестация (55 баллов и выше) Зачет	Устный опрос, реферат, дневник самоконтроля	УК-7.2
3	Социально-биологические основы физической культуры	7	-	-		7	Аттестация (55 баллов и выше) Зачет	Устный опрос, реферат, дневник самоконтроля	УК-7.2

№ пп	Темы (и/или разделы) дисциплины	Количество часов					Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации	Оценочное средство проверки результатов достижения индикаторов компетенций**	Код индикаторов достижения компетенций
		Всего	Лекции	Семинарские занятия		Самостоятельная работа			
				Практические	Лабораторные				
4	Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья	7	-	-		7	Аттестация (55 баллов и выше) Зачет	Устный опрос, реферат, дневник самоконтроля	УК-7.2
5	Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности студента.	7	-	-		7	Аттестация (55 баллов и выше) Зачет	Устный опрос, реферат, дневник самоконтроля	УК-7.2
6	Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	7	-	-		7	Аттестация (55 баллов и выше) Зачет	Устный опрос, реферат, дневник самоконтроля	УК-7.2
7	Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений. Гигиена физического воспитания и спорта	7	1	-		6	Аттестация (55 баллов и выше) Зачет	Устный опрос, реферат, дневник самоконтроля	УК-7.2
8	Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом. Лечебная физическая культура при различных отклонениях в здоровье	8	1	-		7	Аттестация (55 баллов и выше) Зачет	Устный опрос, реферат, дневник самоконтроля	УК-7.2
9	Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов в вузах. Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра и специалиста	7	-	-		7	Аттестация (55 баллов и выше) Зачет	Устный опрос, реферат, дневник самоконтроля	УК-7.2
10	Спорт и допинг. Организация и проведение спортивных праздников и соревнований	6	-	-		6	Аттестация (55 баллов и выше) Зачет	Устный опрос, реферат, дневник самоконтроля	УК-7.2
	Промежуточная аттестация	4				4			

№ пп	Темы (и/или разделы) дисциплины	Количество часов				Самостоятельная работа	Формы текущего кон- троля успеваемости и промежуточной аттеста- ции	Оценочное средство проверки результатов достижения индикато- ров компетенций**	Код индикаторов достиже- ния компетенций
		Всего	Лекции	Семи- нарские занятия					
				Практические	Лабораторные				
	Итого	72	2	-		66	4		

Очно-заочная форма обучения

№ пп	Темы (и/или разделы) дисциплины	Количество часов				Самостоятельная работа	Формы текущего кон- троля успеваемости и промежуточной аттеста- ции	Оценочное средство проверки результатов достижения индикато- ров компетенций**	Код индикаторов достиже- ния компетенций
		Всего	Лекции	Семи- нарские занятия					
				Практические	Лабораторные				
1	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов	6	-			6	Аттестация (55 баллов и выше) Зачет	Устный опрос, реферат, дневник самоконтроля	УК-7.2
2	Всеобщая история физической культуры и спорта. История физической культуры и спорта в России	6	-			6	Аттестация (55 баллов и выше) Зачет	Устный опрос, реферат, дневник самоконтроля	УК-7.2
3	Социально-биологические основы физической культуры	7	-			7	Аттестация (55 баллов и выше) Зачет	Устный опрос, реферат, дневник самоконтроля	УК-7.2
4	Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья	8	1			7	Аттестация (55 баллов и выше) Зачет	Устный опрос, реферат, дневник самоконтроля	УК-7.2
5	Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности студента.	7	-			7	Аттестация (55 баллов и выше) Зачет	Устный опрос, реферат, дневник самоконтроля	УК-7.2

№ пп	Темы (и/или разделы) дисциплины	Количество часов					Формы текущего кон- троля успеваемости и промежуточной аттеста- ции	Оценочное средство проверки результатов достижения индикато- ров компетенций**	Код индикаторов достиже- ния компетенций
		Всего	Лекции	Семи- нарские занятия		Самостоятельная работа			
				Практические	Лабораторные				
6	Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	8	1			7	Аттестация (55 баллов и выше) Зачет	Устный опрос, реферат, дневник самоконтроля	УК-7.2
7	Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений. Гигиена физического воспитания и спорта	8	1			7	Аттестация (55 баллов и выше) Зачет	Устный опрос, реферат, дневник самоконтроля	УК-7.2
8	Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом. Лечебная физическая культура при различных отклонениях в здоровье	8	1			7	Аттестация (55 баллов и выше) Зачет	Устный опрос, реферат, дневник самоконтроля	УК-7.2
9	Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов в вузах. Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра и специалиста	7	-			7	Аттестация (55 баллов и выше) Зачет	Устный опрос, реферат, дневник самоконтроля	УК-7.2
10	Спорт и допинг. Организация и проведение спортивных праздников и соревнований	7	-			7	Аттестация (55 баллов и выше) Зачет	Устный опрос, реферат, дневник самоконтроля	УК-7.2
Итого		72	4			68			

5.1. Лекционный курс с указанием видов интерактивной формы проведения занятий*

Тема лекции (и/или наименова- ние раздел)	Содержание темы (и/или раздела)	Всего, часов / часов интерактив- ных занятий/ практическая подготовка

(вид интер-активной формы проведения занятия-тий)/(практическая подготовка)		очная форма	заочная форма	очно-заочная форма
1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов	Физическая культура как учебная дисциплина. Общие понятия теории физической культуры Физическая рекреация (отдых). Двигательная реабилитация. Физическая подготовка. Физическое развитие. Физические упражнения. Физическое совершенство. Физическая и функциональная подготовленность. Психофизическая подготовленность. Двигательная активность. Цель, задачи и формы организации физического воспитания в вузе. Функции Физической культуры. Программное построение дисциплины «физическая культура». Зачетные требования и обязанности студентов по дисциплине «физическая культура».	1	-	-
2. Всеобщая история физической культуры и спорта	Возникновение и первоначальное развитие физической культуры и спорта в первобытном обществе. Физическая культура и спорт в государствах древнего мира. Олимпийские игры в Древней Греции. Афинская и Спартанская системы физического воспитания. Физическая культура и спорт в средние века. Физическая подготовка рыцарей. Физическая подготовка рыцарей. Физическая культура и спорт Нового времени в разных странах мира. Гимнастическое и спортивно-игровое направления развития физического воспитания.	-	-	-
3. История физической культуры и спорта в России и на Ставрополье	Физическая культура и спорт нашей страны с древнейших времен до XVIII века. Физическая культура и спорт в Российской Империи (XVIII в. - начало XX в.). Физическая культура и спорт в период становления Советского государства (1917 – начало 40-х гг.). Физическая культура и спорт в стране со второй половины 40-х годов до распада СССР. СССР в международном и олимпийском движении. Физическая культура и спорт в Российской Федерации после распада СССР. История развития физической культуры, спорта и олимпийского движения в Ставропольском крае.	-	-	-
4. Социально-биологические основы физической культуры	Естественнонаучные основы физической культуры – комплекс медико-биологических наук (анатомия, физиология, биология, биохимия, гигиена и др.). Организм как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система. Внешняя среда и ее воздействие на организм и жизнедеятельность человека. Средства физической культуры,	1	-	-

Тема лекции (и/или наименова- ние раздел) (вид интер- активной формы про- ведения заня- тия- тий)/(практ ическая под- готовка)	Содержание темы (и/или раздела)	Всего, часов / часов интерактив- ных занятий/ практическая подготовка		
		очная форма	заочная форма	очно- заочная форма
	обеспечивающие устойчивость к умственной и физической работоспособности. Двигательная функция и повышение уровня адаптации и устойчивости организма человека к различным условиям внешней среды.			
5. Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья	Понятие «здоровье», его содержание и критерии. Три вида здоровья: здоровье физическое, психическое и нравственное (социальное). Функциональные резервы организма: биохимические резервы (реакции обмена); физиологические резервы (на уровне клеток, органов, систем органов); психические резервы. Факторы, влияющие на здоровье человека: наследственность; окружающая среда; уровень медицинской помощи; образ жизни. Составляющие здорового образа жизни студента. Режим труда и отдыха. Профилактика вредных привычек. Режим питания. Двигательная активность. Закаливание. Здоровье и окружающая среда.	1	-	-
6. Психологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности студента.	Работоспособность. Утомление. Переутомление. Усталость. Рекреация. Самочувствие. Объективные и субъективные факторы обучения и реакция на них организма студентов. Изменение состояния организма студента под влиянием различных режимов и условий обучения. Работоспособность в умственном труде и влияние на нее внешних и внутренних факторов. Влияние на работоспособность студентов периодичности ритмических процессов в организме. Общие закономерности изменения работоспособности студентов в процессе обучения. Средства физической культуры в регулировании умственной работоспособности, психоземotionalного и функционального состояния студентов. Использование физических упражнений как средства активного отдыха. "Малые формы" физической культуры в режиме учебного труда студентов. Учебные и самостоятельные занятия по физической культуре в режиме учебно-трудовой деятельности.	1	-	-
7. Общая физическая и	Методы физического воспитания: метод регламентированного упражнения; игровой	1	-	-

Тема лекции (и/или наименова- ние раздел) (вид интер- активной формы про- ведения заня- тия- тий)/(практ ическая под- готовка)	Содержание темы (и/или раздела)	Всего, часов / часов интерактив- ных занятий/ практическая подготовка		
		очная форма	заочная форма	очно- заочная форма
спортивная подготовка в системе физического воспитания.	метод; соревновательный метод; словесные и сенсорные методы. Двигательные умения и навыки. Физические качества: быстрота, сила, ловкость, выносливость, гибкость. Формы занятий. Общая физическая подготовка. Специальная физическая подготовка. Профессионально-прикладная физическая подготовка. Спортивная подготовка. Интенсивность физических нагрузок. Энергозатраты при физических нагрузках.			
8. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	Влияние оздоровительной физической культуры на организм. Основные разделы и этапы физического обучения и воспитания. Способы обучения и принципы, положенные в основу методики занятий физическими упражнениями.	1	-	-
9. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений	Международное спортивное движение. Всемирные международные спортивные объединения. Региональные международные спортивные объединения. Всемирные студенческие спортивные игры (Универсиады). Олимпийские игры современности. Основные особенности спортивной деятельности. Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений. Влияние избранного вида спорта или системы физических упражнений на физическое развитие, функциональную подготовленность и психические качества. Планирование тренировки в избранном виде спорта или системе физических упражнений: перспективное; годовое; текущее и оперативное. Физическая подготовленность в избранном виде спорта. Техническая подготовленность в избранном виде спорта или СФУ. Тактическая подготовленность в избранном виде спорта или СФУ. Психическая подготовленность в избранном виде спорта или СФУ. Виды и методы контроля за эффективностью тренировочных занятий.	1	1	-
10. Самоконтроль - роль занимающихся	Диагностика и самодиагностика организма на занятиях физическими упражнениями и спортом. Врачебный контроль. Педагогический контроль. Самоконтроль. Субъективные показатели	1/1/1	1	1

Тема лекции (и/или наименова- ние раздел) (вид интер- активной формы про- ведения заня- тия- тий)/(практ ическая под- готовка)	Содержание темы (и/или раздела)	Всего, часов / часов интерактив- ных занятий/ практическая подготовка		
		очная форма	заочная форма	очно- заочная форма
физическими упражнениям и и спортом (лекция- дискуссия)	самоконтроля. Объективные показатели самоконтроля. Дневник самоконтроля занимающихся физическими упражнениями и спортом. Исследование и оценка физического развития. Соматоскопические показатели. Соматометрические показатели. Физиометрические (функциональные) показатели. Исследование сердечнососудистой системы и оценка физической работоспособности. Исследование и оценка функционального состояния нервной системы. Исследование и оценка функционального состояния дыхательной системы. Контроль за физической подготовленностью			
11. Физическая культура в профессионал ьной деятельности бакалавра и специалиста	Воспитание у студентов сознательности, высоких моральных, волевых и физических качеств, подготовка их к высокопроизводительному труду. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов с учетом особенностей будущей трудовой деятельности. Приобретение необходимых знаний по основам теории, методики и организации физической культуры; подготовка к работе в качестве общественных инструкторов и судей по спорту. Воспитание у студентов убежденности в необходимости выполнения недельного двигательного режима. Повышение спортивного мастерства студентов- спортсменов. Формы организации физического воспитания в высших учебных заведениях: учебные занятия, внеучебные занятия. Содержание работы учебных отделений.	-	1	1
12.Профессио нально- прикладная физическая подготовка студентов в вузах	Профессионально-прикладная физическая подготовка – педагогически направленный процесс обеспечения специализированной физической подготовленности к избранной профессиональной деятельности. Необходимость профессионально-прикладной физической подготовки; решаемые в ней задачи. Требования к физической подготовленности трудящихся в различных сферах современного профессионального труда и тенденции их изменения. Задачи решаемые в процессе ППФП. Средства и методические основы построения	-	-	1

Тема лекции (и/или наименова- ние раздел) (вид интер- активной формы про- ведения заня- тия- тий)/(практ ическая под- готовка)	Содержание темы (и/или раздела)	Всего, часов / часов интерактив- ных занятий/ практическая подготовка		
		очная форма	заочная форма	очно- заочная форма
	ППФП. Особенности состава средств ППФП. Основные черты методики и формы построения занятий в ППФП.			
13. Гигиена физического воспитания и спорта	Гигиена как наука. Цель, предмет и задачи гигиены физического воспитания и спорта. Гигиена закаливания. Личная гигиена занимающегося физическими упражнениями и спортом. Гигиена одежды и обуви. Гигиеническая характеристика воздушной среды, водной среды, почвы. Гигиенические основы питания. Гигиеническое обеспечение подготовки в отдельных видах спорта.	-	-	
14. Лечебная физическая культура при различных отклонениях в здоровье	Задачи лечебной физкультуры. Средства лечебной физкультуры. Формы лечебной физкультуры. Некоторые ограничения и противопоказания к физическим упражнениям. Ориентировочные сроки возобновления занятий после переноса некоторых острых заболеваний. Дозировка физической нагрузки при занятиях ЛФК.	-	-	1
15. Спорт и допинг	Краткая история допинга в спорте. Допинг и их классификация по группам. Принцип действия допингов и последствия их применения. Характеристика анаболических стероидов. Механизм действия. Психические изменения. Нарушение сердечно-сосудистой системы. Увеличение сердца. Нарушение функции почек. Влияние на иммунную систему. Допинги нестероидной структуры. Допинг в различных видах спорта.	-	-	-
16. Организация и проведение спортивных праздников и соревнований	Подготовка и проведение спортивных соревнований и праздников. Общие требования к содержанию положений о спортивно-массовых мероприятиях. Оборудование мест спортивно-массового мероприятия. Нормативные документы. Обязанности судей. Церемония открытия соревнований. Подведение итогов, награждение победителей.	-	-	-
Итого		8/4	2	4/4

5.2. Семинарские (практические, лабораторные) занятия с указанием видов проведения занятий в интерактивной форме*

Наименование раздела дисциплины	Формы проведения и темы занятий (вид интерактивной формы проведения занятий)/(практическая подготовка)	Всего часов / часов интерактивных занятий/ практическая подготовка					
		очная форма		заочная форма		очно-заочная форма	
		прак	лаб	прак	лаб	прак	лаб
1.Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом. Ведение дневника самоконтроля	<p>Диагностика и самодиагностика организма на занятиях физическими упражнениями и спортом. Врачебный контроль. Педагогический контроль. Самоконтроль. Субъективные показатели самоконтроля. Объективные показатели самоконтроля. Дневник самоконтроля занимающихся физическими упражнениями и спортом. Исследование и оценка физического развития. Соматоскопические показатели. Соматометрические показатели. Физиометрические (функциональные) показатели. Исследование сердечнососудистой системы и оценка физической работоспособности. Исследование и оценка функционального состояния нервной системы. Исследование и оценка функционального состояния дыхательной системы. Контроль за физической подготовленностью. В дневнике рекомендуется регулярно регистрировать субъективные (самочувствие, сон, аппетит, работоспособность и др.) и объективные данные (вес, пульс, тренировочные нагрузки, нарушение режима, спортивные результаты). Квалифицированным спортсменам, кроме того, рекомендуется учитывать настроение, желание тренироваться, ортостатическую пробу, ЖЕЛ, си-</p>	2/2					
		1/1					

	лу кистей рук, работоспособность.						
2. Составление комплекса гимнастических упражнений общей и профессиональной направленности	1.Составить комплекс гигиенической гимнастики.	1/1					
	2.Составить комплекс гимнастических упражнений общей и профессиональной направленности.						
	3.Составить комплекс производственной гимнастики (с учетом избранной профессии).						
Итого		4/4					

* Интерактивные формы проведения занятий, предусмотренные рабочей программой дисциплины проводятся в соответствии с Положением об интерактивных формах обучения в ФГБОУ ВО Ставропольский ГАУ.

5.3. Курсовой проект (работа) учебным планом не предусмотрен

5.4. Самостоятельная работа обучающегося

Виды самостоятельной работы	Очная форма, часов		Заочная форма, часов		Очно-заочная форма, часов	
	к текущему контролю	к промежуточной аттестации	к текущему контролю	к промежуточной аттестации	к текущему контролю	к промежуточной аттестации
Изучение учебной литературы, ответы на вопросы и тестовые задания самоконтроля, самостоятельное решение задач	30		36		38	
Подготовка реферата, презентации к докладу, статьи и т.п.	10		10		10	
Составление комплекса гимнастических упражнений общей и профессиональной направленности	10		10		10	
Ведение дневника самоконтроля	10		10		10	
ИТОГО	60		66		68	

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

Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающегося по дисциплине «Физическая культура и спорт» размещено в электронной информационно-образовательной среде Университета и доступно для обучающегося через его личный кабинет на сайте Университета. Учебно-методическое обеспечение включает:

1. Рабочую программу дисциплины «Физическая культура и спорт».
2. Методические рекомендации по освоению дисциплины «Физическая культура и спорт».
3. Методические рекомендации для организации самостоятельной работы обучающегося по дисциплине «Физическая культура и спорт».
4. Методические рекомендации по выполнению реферата
5. Список литературы для самостоятельного изучения
6. Вопросы для самостоятельной работы

Для успешного освоения дисциплины, необходимо самостоятельно детально изучить представленные темы по рекомендуемым источникам информации:

№ п/п	Темы для самостоятельного изучения	Рекомендуемые источники информации (№ источника)		
		основная (из п.8 РПД)	дополнительная (из п.8 РПД)	интернет-ресурсы (из п.9 РПД)

1	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. Всеобщая история физической культуры и спорта. История физической культуры и спорта в России и на Ставрополье	1,2,3	2	2.3.4
2	Социально-биологические основы физической культуры. Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья	1,2,3	1,5,4	2,3,5
3	Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности студента. Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	1,2,3	2	2,3,5
4	Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов в вузах	1,2,3	2	2,3,5
5	Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра и специалиста. Гигиена физического воспитания и спорта Лечебная физическая культура при различных отклонениях в здоровье.	1,2,3,4	1,2	1,2,3,5
6	Лечебная физическая культура при различных отклонениях в здоровье. Спорт и допинг. Организация и проведение спортивных праздников и соревнований.	2,3,4	3,4,5	2,3
7	Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО	1,4	2	1

7. Фонд оценочных средств (оценочных материалов) для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Физическая культура и спорт»

7.1. Перечень индикаторов компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Очная форма обучения

Индикатор компетенции (код и содержание)	Дисциплины/элементы программы (практики, ГИА), участвующие в формировании индикатора компетенции	Семестры									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
УК-7.2. Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности	Физическая культура и спорт	+		+							
	Элективные дисциплины по физической культуре и спорту										

Заочная форма обучения

Индикатор компетенции (код и содержание)	Дисциплины/элементы программы (практики, ГИА), участвующие в формировании индикатора компетенции	Курсы				
		1	2	3	4	5
УК-7.2. Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности	Физическая культура и спорт	+				
	Элективные дисциплины по физической культуре и спорту					

Очно-заочная форма обучения

Индикатор компетенции (код и содержание)	Дисциплины/элементы программы (практики, ГИА), участвующие в формировании индикатора компетенции	Семестры									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
УК-7.2. Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности	Физическая культура и спорт	+		+							
	Элективные дисциплины по физической культуре и спорту										

7.2. Критерии и шкалы оценивания уровня усвоения индикатора компетенций, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности

Оценка знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций по дисциплине «**Физическая культура и спорт**» проводится в форме текущего

контроля и промежуточной аттестации.

Текущий контроль проводится в течение семестра с целью определения уровня усвоения обучающимися знаний, формирования умений и навыков, своевременного выявления преподавателем недостатков в подготовке обучающихся и принятия необходимых мер по её корректировке, а также для совершенствования методики обучения, организации учебной работы и оказания индивидуальной помощи обучающемуся.

Промежуточная аттестация по дисциплине «**Физическая культура и спорт**» проводится в виде зачета.

За знания, умения и навыки, приобретенные студентами в период их обучения, выставляются оценки «ЗАЧТЕНО», «НЕ ЗАЧТЕНО» для зачета.

Для оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности в университете применяется балльно-рейтинговая система оценки качества освоения образовательной программы. Оценка проводится при проведении текущего контроля успеваемости и промежуточных аттестаций обучающихся. Рейтинговая оценка знаний является интегрированным показателем качества теоретических и практических знаний и навыков студентов по дисциплине.

Состав балльно-рейтинговой оценки студентов очной, заочной и очно-заочной формы обучения

Для студентов **очной, заочной и очно-заочной формы обучения** знания по осваиваемым компетенциям формируются **на лекционных и практических занятиях, а также в процессе самостоятельной подготовки.**

В соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки, принятой в Университете студентам начисляются баллы по следующим видам работ:

№ контрольной точки	Оценочное средство результатов индикаторов достижения компетенций***	Максимальное количество баллов
№ 1	Устный опрос	6
	Доклад	8
	Составление комплекса гимнастических упражнений общей направленности	8
№ 2	Реферат	8
	Выполнение дневника самоконтроля	8
№ 3	Выполнение дневника самоконтроля	8
	Устный опрос	6
	Составление комплекса гимнастических упражнений профессиональной направленности (с учетом избранной профессии)	8
Сумма баллов по итогам текущего контроля		60
Активность на лекционных занятиях		10
Результативность работы на практических занятиях		15
Поощрительные баллы (написание статей, участие в соревнованиях, победы на олимпиадах, выступления на конференциях и т.д.)		15
Итого		100

Критерии и шкалы оценивания уровня усвоения индикатора компетенций

Знания по осваиваемым компетенциям формируются на лекционных занятиях при условии активного участия обучающегося в восприятии и обсуждении рассматриваемых вопросов.

Критерии оценки

10 баллов – студент посетил все лекции, активно работал на них в полном соответствии с требованиями преподавателя

1 балл – за каждый пропуск лекций или замечание преподавателя по поводу отсутствия активного участия обучающегося в восприятии и обсуждении рассматриваемых вопросов.

Знания, умения, навыки по компетенциям оцениваются в результате текущего контроля, а именно: устный опрос, реферат, доклад с презентацией, выполнение дневника самоконтроля, составление комплекса гимнастических упражнений (общей и профессиональной направленности).

Результаты освоения дисциплины проверяют контрольными точками, в которые входят: устный опрос, реферат, доклад, выполнение дневника самоконтроля, составление комплекса гимнастических упражнений.

Устный опрос

Критерии оценки

6 баллов – выставляется, когда студентом дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний по дисциплине, доказательно раскрыты основные положения вопросов; в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, явлений; ответ изложен литературным языком с использованием современной терминологии в сфере физической культуры;

4 балла – выставляется, когда студентом дан развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний по дисциплине, в основном раскрыт обсуждаемый вопрос; в ответе прослеживается логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий и явлений, но могут быть допущены недочеты в определении понятий, исправленные студентом самостоятельно в процессе ответа;

2 баллов – выставляется, когда студентом дан не полный ответ на поставленный вопрос, слабо раскрыты основные положения вопросов; в ответе нарушается структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий; студентом допускаются недочеты в определении понятий и не исправляются самостоятельно в процессе ответа.

Реферат – самостоятельное научное исследование по направлению, специальности (специализации), выполняемое студентом по заданию преподавателя кафедры и служащее углубленному познанию избранной темы.

Критерии оценки

8 баллов. Реферат объемом не менее 20 страниц демонстрирует умение проведения самостоятельного актуального научно-практического исследования, правильно оформлен, содержит оригинальный анализ проблемы.

6 баллов Реферат объемом не менее 15 страниц демонстрирует умение проведения самостоятельного актуального научно-практического исследования, правильно оформлен, содержит оригинальный анализ проблемы

4 балла Реферат объемом не менее 12 страниц демонстрирует умение проведения самостоятельного актуального научно-практического исследования, правильно оформлен, содержит оригинальный анализ проблемы

Доклад – средство, позволяющее оценить умение обучающегося устно излагать суть поставленной проблемы, сопровождая ее презентацией, самостоятельно проводить анализ этой проблемы с использованием знаний и умений, приобретаемых в рамках изучения предыдущих и данной дисциплины, делать выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Критерии оценки

8 баллов. Выступление демонстрирует умения умение правильно использовать в устной речи специальные термины и понятия, показатели; синтезировать, анализировать, обобщать представленный материал, устанавливать причинно-следственные связи, формулировать правильные выводы; аргументировать собственную точку зрения, активно использовать самостоятельно подготовленную презентацию.

6 баллов. В выступлении отсутствует обобщение представленного материала.

4 балла. В выступлении отсутствует обобщение представленного материала, установлены не все причинно-следственные связи, обучающийся не всегда правильно использует в устной речи специальные термины и понятия, показатели, допущены ошибки в самостоятельно подготовленной презентации.

2 балла. Выступление демонстрирует умение правильно использовать специальные термины и понятия, показатели изучаемой дисциплины, но не содержит элементов самостоятельной проработки используемого материала, отсутствует презентация.

Выполнение дневника самоконтроля

Критерии оценки

8 баллов – **дневник** составлен методически грамотно, с достаточным арсеналом показателей, студент правильно использует терминологию, правильно фиксирует показатели физического и функционального состояния организма, проводит анализ результатов..

4 балла **дневник** составлен методически грамотно, с достаточным арсеналом показателей, студент правильно использует терминологию, правильно фиксирует показатели физического и функционального состояния организма, но обучающийся не всегда правильно проводит анализ результатов,

2 балла составлен методически грамотно, с достаточным арсеналом показателей, студент правильно использует терминологию, но допущены ошибки в подборе функциональных проб, позволяющих оценить работоспособность и состояние организма

Составление комплекса гимнастических упражнений (общей и профессиональной направленности)

Критерии оценки

8 баллов – комплекс составлен методически грамотно, с достаточным арсеналом упражнений, студент правильно использует терминологию, правильно подобран объем и интенсивность нагрузки.

4 балла – комплекс составлен методически грамотно, с достаточным арсеналом упражнений, правильно подобран объем, и интенсивность нагрузки, но обучающийся не всегда правильно использует специальные термины в подборе упражнений,

2 балла комплекс составлен методически грамотно, с достаточным арсеналом упражнений, но допущены ошибки в подборе объема и интенсивность нагрузки.

Студент может получить дополнительно 15 поощрительных баллов, если выполнит статью.

Статья – средство, позволяющее оценить умение обучающегося письменно излагать суть поставленной проблемы, самостоятельно проводить ее анализ с использованием знаний, умений и навыков, приобретаемых в рамках изучения предыдущих и данной дисциплины, делать выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Критерии оценки

15 баллов. Статья объемом не менее 4 страниц демонстрирует умение проведения самостоятельного актуального научно-практического исследования, правильно оформлена, содержит оригинальный анализ проблемы, подтвержденный статистическими и/или отчетными данными, графическим материалом. В ней рассмотрены возможные пути решения проблемы, сформулировать правильные выводы и предложения, отражающие авторскую точку зрения.

10 баллов. Статья объемом не менее 3 страниц демонстрирует умение проведения самостоятельного актуального научно-практического исследования, правильно оформлена, содержит типовой анализ проблемы, подтвержденный статистическими и/или отчетными данными. В ней рассмотрены возможные пути решения проблемы, сформулировать правильные выводы и предложения.

5 балл. Статья объемом не менее 2 страниц представлена в виде тезисов, демонстрирует умение проведения самостоятельного актуального научно-практического исследования, правильно оформлена, содержит анализ проблемы, подтвержденный отдельными статистическими и/или отчетными данными. В ней сформулированы правильные выводы и предложения.

Критерии и шкалы оценивания ответа на зачете

По дисциплине «**Физическая культура и спорт**» к зачету допускаются студенты, выполнившие и сдавшие практические работы по дисциплине, имеющие ежемесячную аттестацию и наличие по текущей успеваемости более 45 баллов. Студентам, набравшим более 55 баллов, зачет выставляется по результатам текущей успеваемости, студенты, набравшие от 45 до 54 баллов, сдают зачет по вопросам, предусмотренным РПД.

Сдача зачета может добавить к текущей балльно-рейтинговой оценке студентов не более 16 баллов:

Содержание билета	Количество баллов
Теоретический вопрос №1	до 8

Теоретический вопрос №2	до 8
Итого	16

Ответы на теоретические вопросы (оценка знаний)

8 баллов выставляется студенту, полностью освоившему материал дисциплины или курса в соответствии с учебной программой, включая вопросы, рассматриваемые в рекомендованной программой дополнительной справочно-нормативной и научно-технической литературы, свободно владеющему основными понятиями дисциплины. Требуется полное понимание и четкость изложения ответов по вопросам к зачету, заданным преподавателем.

6 баллов заслуживает студент, ответивший полностью и без ошибок на вопросы к зачету и показавший знания основных понятий дисциплины в соответствии с обязательной программой курса и рекомендованной основной литературой.

4 балла дан недостаточно полный и недостаточно развернутый ответ. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Допущены ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. Студент может конкретизировать обобщенные знания, только с помощью преподавателя. Речевое оформление требует поправок, коррекции.

2 балла дан неполный ответ, представляющий собой разрозненные знания по теме вопроса с существенными ошибками в определениях. Присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения. Студент не осознает связь данного понятия, теории, явления с другими объектами дисциплины. Отсутствуют выводы, конкретизация и доказательность изложения. Речь неграмотная. Дополнительные и уточняющие вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответа студента не только на поставленный вопрос, но и на другие вопросы дисциплины.

0 баллов - при полном отсутствии ответа, имеющего отношение к вопросу.

7.3. Примерные оценочные материалы для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины «Физическая культура и спорт»

Вопросы к устному ответу

Тема 1

1. Охарактеризуйте социальную значимость и функции физической культуры и спорта.
2. Дайте определение основным понятиям: «физическая культура», «физическое воспитание», «физическое совершенство», «физическое развитие», «двигательная активность», «физическая подготовленность».
3. Охарактеризуйте основное содержание системы физической культуры и спорта в вузе и принципы, на которые она опирается.

Тема 2

1. Физическая культура Древней Греции. Особенности спартанской и афинской системы физического воспитания.
2. Физическая культура с порт в период становления Советского государства
3. Физическая культура и спорт в постсоветском пространстве.

Тема 3

1. Возрождение ВФСК ГТО в России цели и задачи.
2. История развития Всероссийского комплекса ГТО.

Тема 4

1. Анатомо-морфологические и физиологические особенности возрастного развития юношей и девушек студенческого возраста.
2. Физиология мышечного сокращения.

Тема 5

1. Понятие «здоровье», его содержание и критерии.
2. Здоровый образ жизни в современном образовательном пространстве.
3. Основные составляющие здорового образа жизни студента.
4. Оптимальный двигательный режим - важнейшее условие здорового образа жизни.

Тема 6

1. Опишите внешние признаки утомления в процессе умственного труда. Дайте краткую характеристику степеней переутомления.
2. Какова динамика умственной работоспособности студентов в процессе учебно-трудовой деятельно-

сти и от чего зависит ее уровень?

Тема 7

1. Место физической культуры и самовоспитания студента в системе научной организации труда, самовоспитания и самоуправления.
2. Охарактеризуйте основные физические качества.

Тема 8

1. Дайте определение понятию «спорт» (профессиональный спорт, любительский, массовый, спорт высших достижений).
 2. Какие Вы знаете прикладные виды спорта и их элементы?
 3. Дайте характеристику содержания основных закономерностей физкультурно-оздоровительной тренировки (непрерывность, объем, интенсивность и цикличность психофизической нагрузки, средства, формы и методы).
1. нагрузки при занятиях ЛФК.

Тема 9

1. Контроль и самоконтроль на занятиях физической культурой.
2. Дневник самоконтроля студентов.
3. Правила проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Тема 10

1. Понятие и значение профессионально-прикладной физической подготовки.
2. Структура и направленность профессионально-прикладной физической подготовки.
3. Социально-биологические факторы определяющие необходимость будущей направленности ППФК

Тема 11

1. Профессионально-прикладной физической подготовки будущих специалистов.
2. Формы и средства профессионально-прикладной физической подготовки.
3. Требования к физической подготовленности трудящихся в различных сферах современного профессионального труда и тенденции их изменения.

Тема 12

1. Гигиена как наука. Личная гигиена студента.
2. Гигиенические основы физических упражнений.
3. Гигиенические принципы организации занятий по физической культуре.

Тема 13

1. Основные задачи и принципы лечебной физической культуры в вузе.
2. Средства организации занятий по физической культуре в специальном медицинском отделении.
3. Дозировка физической
4. Допинг и их классификация по группам.
5. Краткая история допинга в спорте.
6. Характеристика анаболических стероидов. Механизм действия

Тема 14

1. Соревнования как специфическая составляющая спорта. Содержание и функции соревнований.
2. Правила соревнований, судейство, жесты судей (на примере выбранного вида спорта).
3. Подготовка и проведение спортивных соревнований и праздников. Общие требования к содержанию положений о спортивно-массовых мероприятиях.
4. Правила соревнований, судейство, жесты судей (на примере выбранного вида спорта).
5. Влияние избранного вида спорта или системы физических упражнений на физическое развитие, функциональную подготовленность и психические качества.

Темы рефератов

Тема 1. Двигательная активность как важнейший фактор взаимодействия организма человека с внешней средой.

Тема 2. Физическая культура как средство сохранения и укрепления здоровья людей.

Тема 3. Физическое воспитание в ВУЗе - неотъемлемая часть обучения и воспитания в системе народного образования.

Тема 4. Физическая культура в системе общечеловеческих ценностей и профессиональной подготовки студентов в ВУЗе.

Тема 5. История международного спортивного движения. Идеино-педагогические основы спорта.

Тема 6. Врачебный контроль в процессе физического воспитания.

Тема 7. Учебно-тренировочное занятие как основная форма обучения физическим упражнениям.

Тема 8. Методика составления и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями гигиенической и тренировочной направленности.

Тема 9. Средства физической культуры в регулировании психоэмоционального состояния студентов в период экзаменационной сессии.

Тема 10. Цель и задачи производственной физической культуры.

Тема 11. Гигиена физической культуры и спорта: закаливание, личная гигиена, рациональное питание, психогигиена, восстановительные средства.

Тема 12. Общие основы лечебной физической культуры. ЛФК при различных

Темы докладов

1. История развития спорта на Ставрополье. Выдающиеся спортсмены ставропольского края и их достижения.
2. Роль и значение аутогенной тренировки в системе подготовки спортсмена.
3. Аэробные и анаэробные виды нагрузок в системе различных упражнений.
4. Профилактика травматизма на занятиях профессионально-прикладной физической подготовкой
5. Физические качества. Виды и методы развития физических качеств.
6. Зависимость развития видов спорта от климатических условий, географического положения, регионального компонента.
7. Средства восстановления организма после физических нагрузок.
8. Здоровый образ жизни и его составляющие.
9. Этапы возрождения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО.
10. Внешняя среда и ее воздействие на организм человека при физических нагрузках.
11. Бег как эффективное средство повышения общей работоспособности
12. Закаливание как профилактика простудных заболеваний. Естественные факторы природы: солнце, воздух и вода.

Задания по выполнению дневника самоконтроля

1. Регулярно регистрировать субъективные показатели (самочувствие, сон, аппетит, работоспособность) и объективные данные (вес, пульс, тренировочные нагрузки, нарушение режима, спортивные результаты).
2. Квалифицированным спортсменам, кроме того, рекомендуется учитывать настроение, желание тренироваться, ортостатическую пробу, ЖЕЛ, силу кистей рук, работоспособность.

Задания к составлению комплекса гимнастических упражнений

1. Составить комплекс гигиенической гимнастики.
2. Составить комплекс гимнастических упражнений общеразвивающей направленности.
3. Составить комплекс производственной гимнастики (с учетом избранной профессии).

Вопросы к зачету

1. Физическая культура в иерархии ценностей общей культуры и истории человечества.
2. Роль физической культуры и спорта в развитии общества.
3. Физическая культура и спорт в высшем учебном заведении.
4. Цель и задачи физического воспитания студентов.
5. Возникновение и первоначальное развитие физической культуры и спорта в первобытном обществе.
6. Охарактеризуйте социальную значимость и функции физической культуры и спорта.
7. Дайте определение понятию адаптация. Зависимость адаптации от двигательной
8. Что такое физическая подготовка и физическая подготовленность (виды физической подготовки и подготовленности).
9. Что такое внешняя среда и каково воздействие ее факторов на организм и жизнедеятельность человека?
10. Раскройте основные характеристики здоровьесберегающей системы образования.
11. Влияние закаливания на сердечно-сосудистую, гуморальную и нервную системы организма.
Принципы закаливания
12. Значение утренней гигиенической гимнастики в режиме дня.
13. Методика составления комплекса УГГ (примерные упражнения, краткая запись).

14. Место физической культуры и самовоспитания студента в системе научной организации труда, самовоспитания и самоуправления.
 15. Понятие «здоровье», его содержание и критерии. Основные составляющие здорового образа жизни студента.
 16. Оптимальный двигательный режим - важнейшее условие здорового образа жизни.
 17. В чем заключается сущность интеллектуально-процессуальных способностей в физкультурно-спортивной деятельности?
 18. Контроль и самоконтроль на занятиях физической культурой.
 19. Значение воды в питании человека. Питьевой режим в тренировочном процессе.
 20. Перечислите известные Вам витамины и охарактеризуйте функцию каждого из них.
 21. Назовите основные и вспомогательные средства физического воспитания.
 22. Дайте общую характеристику тренировочного процесса.
 23. Какие основные положения определяют закономерности спортивной тренировки?
 24. В чем заключается суть построения спортивной тренировки?
 25. Раскройте особенности физкультурно-оздоровительной работы с детьми.
 26. Что представляют собой командные тактические действия в игровых видах спорта (в нападении и в защите)?
 27. Способы проведения соревнований.
 28. Охарактеризуйте задачи и виды самоконтроля при занятиях игровыми видами спорта.
 29. Правила соревнований, судейство, жесты судей (на примере выбранного вида спорта).
- Контрольная точка № 1 (устный опрос, реферат, выполнение дневника самоконтроля)
- Контрольная точка № 2 (устный опрос, доклад с презентацией, выполнение дневника самоконтроля)
- Контрольная точка № 3 (устный опрос, доклад с презентацией, выполнение комплекса гимнастических упражнений)

Вопросы для самостоятельной работы студентов

1 Семестр

1. Охарактеризуйте социальную значимость и функции физической культуры и спорта.
2. Дайте определение основным понятиям: «физическая культура», «физическое воспитание», «физическое совершенство», «физическое развитие», «двигательная активность», «физическая подготовленность».
3. Охарактеризуйте основное содержание системы физической культуры и спорта в вузе и принципы, на которые она опирается.
4. Что такое спорт (массовый, профессиональный, спорт высших достижений, любительский)?
5. Физическая культура в иерархии ценностей общей культуры и истории человечества.
6. Роль физической культуры и спорта в развитии общества.
7. Физическая культура и спорт в высшем учебном заведении.
8. Цель и задачи физического воспитания студентов.
9. Возникновение и первоначальное развитие физической культуры и спорта в первобытном обществе.
10. Физическая культура Древней Греции. Особенности спартанской и афинской системы физического воспитания.
11. Педагогические взгляды на физическое воспитание детей Я.А. Коменского, Д. Локка, Ж.Ж.
12. Какие этапы физического образования выделял П.Ф. Лесгафт? В чем особенности планов уроков, предложенных П.Ф. Лесгафтом, для разных возрастных периодов развития детей?
13. Назовите приоритетные виды спорта Ставропольского края. Перечислите наиболее выдающихся спортсменов Ставропольского края и их достижения.
14. Физическая культура и спорт в период становления Советского государства.
15. Физическая культура и спорт в постсоветском пространстве.
16. Охарактеризуйте социальную значимость и функции физической культуры и спорта.
17. Дайте определение понятию адаптация. Зависимость адаптации от двигательной активности.
18. Дайте определения понятиям «физическое воспитание», «система физического воспитания», «физическое развитие».
19. Что такое физическая подготовка и физическая подготовленность (виды физической подготовки и

- подготовленности).
20. Что такое внешняя среда и каково воздействие ее факторов на организм и жизнедеятельность человека?
 21. Раскройте основные характеристики здоровьесберегающей системы образования.
 22. Бег как эффективное средство повышения общей работоспособности. Его влияние на сердечно-сосудистую и дыхательную системы организма, опорно-двигательный аппарат.
 23. Дневник самоконтроля физкультурника как один из методов регулирования нагрузки.
 24. Влияние закаливания на сердечно-сосудистую, гуморальную и нервную системы организма. Принципы закаливания
 25. Закаливание как профилактика простудных заболеваний. Естественные факторы природы: солнце, воздух и вода.
 26. Значение утренней гигиенической гимнастики в режиме дня.
 27. Методика составления комплекса УТГ (примерные упражнения, краткая запись).
 28. Место физической культуры и самовоспитания студента в системе научной организации труда, самовоспитания и самоуправления.
 29. Понятие «здоровье», его содержание и критерии. Основные составляющие здорового образа жизни студента.
 30. Оптимальный двигательный режим - важнейшее условие здорового образа жизни.

3 семестр

1. В чем заключается сущность интеллектуально-процессуальных способностей в физкультурно-спортивной деятельности?
2. Контроль и самоконтроль на занятиях физической культурой.
3. Опишите внешние признаки утомления в процессе умственного труда. Дайте краткую характеристику степеней переутомления.
4. Какова динамика умственной работоспособности студентов в процессе учебно-трудовой деятельности и от чего зависит ее уровень?
5. Дайте определение понятиям «выносливость», «общая выносливость», «специальная выносливость».
6. Что такое строевые упражнения? Какие вы знаете перестроения?
7. Что Вы знаете об оздоровительном беге (система Г. Гилмора, программы М. Залесского и В. Кулакова)?
8. Сущность физической нагрузки, ее объем, интенсивность. Методы регулирования и контроля физической нагрузки.
9. Научное представление о комплексности различных средств восстановления после физических нагрузок (водные процедуры, массаж, психорегуляция, пассивный отдых, сон, питание и т.д.).
10. Роль и значение аутогенной тренировки в системе подготовки спортсмена.
11. Аэробные и анаэробные виды нагрузок в системе различных упражнений.
12. Профилактика травматизма на занятиях профессионально-прикладной физической подготовкой.
13. Дайте определение понятиям «двигательное умение», «двигательный навык».
14. Раскройте механизм формирования двигательного навыка.
15. Дайте характеристику основным методам формирования двигательных умений и навыков.
16. Что такое спорт? Виды спорта. Какие Вы знаете прикладные виды спорта и их элементы?
17. Дайте характеристику содержания основных закономерностей физкультурно-оздоровительной тренировки (непрерывность, объем, интенсивность и цикличность психофизической нагрузки, средства, формы и методы).
18. Соревнования как специфическая составляющая спорта. Содержание и функции соревнований.
19. Дайте определение понятию «спорт» (профессиональный спорт, любительский, массовый, спорт высших достижений).
20. Охарактеризуйте основные физические качества.
21. Зависимость развития видов спорта от климатических условий, географического положения, регионального компонента.
22. Влияние силовой нагрузки на функциональное состояние организма (на примере тяжелой атлетики, пауэрлифтинга, гиревого спорта).
23. Какие физические качества, преимущественно развиваются при занятиях легкой атлетикой (беговые виды)?

24. Какие физические качества, преимущественно развиваются при занятиях легкой атлетикой (метания)?
25. Какие физические качества, преимущественно развиваются при занятиях легкой атлетикой (прыжки в длину, высоту)?
26. Влияние на организм водных видов спорта (плавание, прыжки в воду, водное поло).
27. Техника стартового разбега в беге на 100 м.
28. Техника бега по дистанции (100, 200 м).
29. Особенности финиширования в беге на короткие дистанции.
30. Особенности и преимущества низкого старта в беге на короткие дистанции. Правила установки стартовых колодок.

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

а) Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

основная

1. Анисимов, М. П. История возникновения и развития физической культуры : учеб. пособие; ВО - Бакалавриат, Специалитет/Анисимов М. П., Трясов В. Б.. - Санкт-Петербург: СПбГАУ, 2020. - 78 с. - URL: <https://e.lanbook.com/book/191308>. - Издательство Лань.
2. Бомин, В. А. Физическая культура и спорт студентов : учеб. пособие; ВО - Бакалавриат, Специалитет ; СПО/Бомин В. А., Ракоца А. И., Трегуб А. И., Коваливнич В. В., Павличенко А. В.. - Иркутск:Иркутский ГАУ, 2020. - 115 с. - URL: <https://e.lanbook.com/book/183498>. - Издательство Лань.
3. Булдашева, О. В. Физическая культура и спорт : учебно-метод. пособие ; ВО - Бакалавриат/Булдашева О. В.. - Шадринск:ШГПУ, 2021. - 96 с. - URL: <https://e.lanbook.com/book/196837>. - Издательство Лань.
4. Филиппова, Ю. С. Физическая культура : учебно-метод. пособие ; ВО - Бакалавриат, Специалитет/Новосибирский государственный педагогический университет. - Москва: ООО "Научно-издательский центр ИНФРА-М", 2021. - 201 с. - URL: <http://znanium.com/catalog/document?id=375836>.

дополнительная

1. Гелецкая Л.Н. Физическая культура студентов специального учебного отделения: учебное пособие; ВО - Бакалавриат. - Красноярск: Сибирский федеральный университет, 2014. - 220 с. - URL: <http://new.znanium.com/go.php?id=511522>.
2. Голощапов, Б. Р. История физической культуры и спорта: учебник для студентов вузов/Б. Р. Голощапов. - М. Академия, 2012. - 320 с.
3. Муллер А. Б. Физическая культура студента: учебное пособие; ВО - Бакалавриат. -Красноярск: Сибирский федеральный университет, 2011. - 172 с. - URL: <http://new.znanium.com/go.php?id=443255>.
4. Полиевский С. А. Комплекс практических занятий по гигиене, БЖД и экологии физической культуры, спорта и туризма: ВО - Бакалавриат. - Москва: ООО "Научно-издательский центр ИНФРА-М", 2015. - 227 с. - URL: <http://new.znanium.com/go.php?id=518178>.
5. Холодов, Ж. К. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник для студентов вузов по направлению "Педагогическое образование"/Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - М. Академия, 2012. - 480 с.
6. Теория и практика физической культуры (периодическое издание)

б) Методические материалы, разработанные преподавателями кафедры по дисциплине, в соответствии с профилем ОП

1. Осыченко, М. В. Лечебно-профилактическая гимнастика при различных заболеваниях: учебно-метод. пособие/М. В. Осыченко; СтГАУ. - Ставрополь: АГРУС, 2015. - 30 с.
2. Осыченко, М. В. Оздоровительная дыхательная гимнастика: учебно-метод. пособие/М. В. Осыченко; СтГАУ. - Ставрополь: АГРУС, 2015. - 26 с.

9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

1. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс готов к труду и обороне [Электронный ресурс].– Режим доступа: <http://www.gto.ru>
2. Физическая культура [Электронный ресурс].– Режим доступа: http://www.fizkult-u/sci/physical_culture/1
3. Понятия физическая культура [Электронный ресурс].– Режим доступа <https://multiurok.ru/baskowfk/blog/poniatiie-fizichieskaia-kul-tura.html>
4. Физическое воспитание и его роль в воспитании личности [Электронный ресурс].– Режим доступа: <http://works.doklad.ru/view/LZvIG4s7HuE.html>
5. Российский студенческий спортивный союз [Электронный ресурс].– Режим доступа: <http://studsport.ru>

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Лекционный курс. Лекция является основной формой обучения в высшем учебном заведении. В ходе лекционного курса проводится изложение современных научных материалов по картографии. В тетради для конспектирования лекций необходимо иметь поля, где по ходу конспектирования делаются необходимые пометки. Записи должны быть избирательными, полностью следует записывать только определения. В конспектах рекомендуется применять сокращения слов, что ускоряет запись.

Необходимо активно работать с конспектом лекции: после окончания лекции рекомендуется перечитать свои записи, внести поправки и дополнения на полях. Конспекты лекций следует использовать при подготовке к занятиям, при подготовке к зачету, контрольным вопросам, при выполнении самостоятельных заданий.

Реферат. Реферат по специальности - самостоятельное научное исследование по направлению, специальности (специализации), выполняемое студентом по заданию преподавателя кафедры и служащее углубленному познанию избранной темы. Научность исследования выражается в решении некоторой познавательной проблемы, соотнесении теоретических положений с фактами, систематичности изложения, оперировании современной специальной терминологией и т.д.

Реферат является одной из форм отчетности студента по итогам обучения за соответствующий курс (семестр).

Студентам предоставляется право свободного выбора темы из предложенного списка тем реферата. Изменение темы реферата допускается по согласованию с преподавателем.

Подбор литературы по теме реферата осуществляется студентом самостоятельно. Преподаватель лишь помогает ему определить основные направления работы, указывает наиболее важные научные источники, которые следует использовать при ее написании, разъясняет, где их можно найти. При подборе литературы рекомендуется использовать фонды научных библиотек, электронных каталогов и сети Интернет.

План выполнения реферата составляется студентом самостоятельно и согласовывается с преподавателем. Содержание реферата должно соответствовать теме и плану.

Реферат должен включать следующие основные разделы:

- Титульный лист.
- Содержание. Включает порядок расположения отдельных частей работы с указанием страниц, на которых соответствующий раздел начинается.
- Введение. В нем автор обосновывает научную актуальность, практическую значимость, новизну темы, а также указывает цель и задачи проводимого исследования.
- Основная часть. Структура и состав основной части может меняться в зависимости от специфики и направления выполняемой работы. Структура основной части устанавливается научными руководителями и кафедрами самостоятельно.
- Заключение (или выводы). В заключении подводятся итоги проведенному исследованию, формулируются предложения и выводы автора, вытекающие из всей работы.
- Список литературы. В список литературы включаются только те работы, на которые сделаны ссылки в тексте реферата. Список оформляется в соответствии с ГОСТ 7.1-2003.
- Приложения. Приводятся используемые в работе документы, таблицы, графики, схемы и др. (аналитические табличные и графические материалы могут быть приведены также в основной части).

В ходе выполнения работы студент по мере необходимости обращается за консультацией к преподавателю.

Выполненный и оформленный реферат в сброшюрованном виде сдается на проверку преподавателю, которая оценивается и учитывается при аттестации студента (зачет).

Доклад – средство, позволяющее оценить умение обучающегося устно излагать суть поставленной проблемы, сопровождая ее презентацией, самостоятельно проводить анализ этой проблемы с использованием знаний и умений, приобретаемых в рамках изучения предыдущих и данной дисциплины, делать выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Самостоятельная работа проводится с целью углубления знаний по дисциплине и предусматривает:

- изучение отдельных разделов тем дисциплины;
- чтение студентами рекомендованной литературы и усвоение теоретического материала дисциплины;
- работу с Интернет - источниками;
- подготовку к различным формам контроля.

Дневник самоконтроля - результаты самоконтроля рекомендуется фиксировать в дневнике самоконтроля, чтобы была возможность их периодически анализировать самостоятельно. В дневнике рекомендуется регулярно регистрировать субъективные (самочувствие, сон, аппетит, работоспособность и др.) и объективные данные (вес, пульс, тренировочные нагрузки, нарушение режима, спортивные результаты).

Квалифицированным спортсменам, кроме того, рекомендуется учитывать настроение, желание тренироваться, ортостатическую пробу, ЖЕЛ, силу кистей рук, работоспособность.

Для ведения дневника самоконтроля достаточно подготовить небольшую тетрадь и разграфить ее по показателям самоконтроля и датам.

Дневник самоконтроля:

- помогает занимающимся лучше познавать самих себя;
- приучает следить за собственным здоровьем;
- позволяет своевременно заметить степень усталости от умственной работы или физической тренировки, опасность переутомления и заболевания;
- определить, сколько времени требуется для отдыха и восстановления умственных и физических сил;
- какими средствами и методами при восстановлении достигается наибольшая эффективность.

Составление комплекса гимнастических упражнений общей и профессиональной направленности.

Составляя комплекс общеразвивающих упражнений, необходимо учитывать:

возраст и пол занимающихся, имеющиеся отклонения в состоянии здоровья, уровень подготовленности занимающихся, тип занятия, его направленность, определиться в выборе упражнений, подобрать наиболее эффективные, рационально распределить упражнения в комплексе.

Составление комплекса гимнастики с профессиональной направленностью объединяет упражнения и методические приемы, с помощью которых можно повышать функциональные возможности организма, двигательные и психические способности от которых в значительной степени зависит успех в овладении избранной профессией.

Последовательность всех контрольных мероприятий изложена в календарном плане, который доводится до сведения каждого студента в начале семестра, в учебно-методической карте, а также размещен на сайте кафедры.

Самостоятельная работа является важнейшим элементом учебного процесса, так как это один из основных методов освоения учебных дисциплин и овладения навыками профессиональной деятельности.

Планирование времени на самостоятельную работу, необходимого на изучение настоящей дисциплины, студентам лучше всего осуществлять на весь семестр, предусматривая при этом регулярное повторение пройденного материала. Материал, законспектированный на лекциях, необходимо регулярно дополнять сведениями из литературных источников, представленных в рабочей программе.

В каждой теме представлены вопросы для самостоятельного изучения, приведенные в рабочей программе дисциплины. Для изучения вопросов следует сначала прочитать рекомендованную лите-

ратуру и при необходимости составить краткий конспект основных положений, терминов, сведений, требующих запоминания и являющихся основополагающими в этой теме и для освоения последующих разделов курса.

Для расширения знаний по дисциплине рекомендуется использовать Интернет-ресурсы: проводить поиск в различных системах и использовать материалы сайтов, рекомендованных преподавателем на лекционных занятиях.

В этой связи необходимо для подготовки к зачету первоначально прочитать лекционный материал, самостоятельно выполнить реферат, подготовить доклад, выполнить дневник самоконтроля, подготовить комплекс гимнастических упражнений общей и профессиональной направленности и написать статью по предложенной преподавателем теме.

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства и информационных справочных систем (при необходимости).

При осуществлении образовательного процесса студентами и преподавателем используются следующее программное обеспечение: MicrosoftWindowsServerSTDCOREAllLng License/ SoftwareAssurancePack Academic OLV 16Licenses LevelEAdditionalProductCoreLic 1Year, Kaspersky Total Security Russian Edition. 1000-1499 Node 1 year Educational Renewal License,

11.1 Перечень программного обеспечения отечественного производства

КонсультантПлюс-СК сетевая версия (правовая база) База статистических данных по развитию физической культуры и спорта в РФ - <https://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/statisticheskaya-inf/>

База методических рекомендаций по производственной гимнастике с учетом факторов трудового процесса Министерства спорта РФ - <https://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/41/31578/>

12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине «Физическая культура и спорт»

<p>Учебная аудитория для проведения лекционных занятий (ауд. № 130, площадь – 247 м²)</p>	<p>Оснащение: специализированная мебель в составе аудиторных кресел и столов - 182 шт., Монитор 17” LCD NEC-173V – 2 шт., Проектор Sanyo PLC – XM150L – 1 шт., Видеокамера управляемая Soni EVI-D70P – 1 шт., Экран с электроприводом DraperdRolleramic 508/200*300*401– 1 шт., трибуна для лектора – 1 шт., Стол руководителя пр ЮВШ 56.01.03.00-01 – 2 шт., микрофон настольный Beyerdynamic MTS 67/5 – 4 шт., микрофон врезной Beyerdynamic SHM 815A – 1 шт., Устройство регулирования температуры воздуха ALHi-H48 A5/S – 2 шт., Цветная проводная сенсорная панель 6,4”Crestron TPS-3100LB – 1 шт., коммутатор Kramer VP – 8x8A – 1 шт., выход в корпоративную сеть университета.</p>
---	--

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

Обучающимся с ограниченными возможностями здоровья предоставляются специальные учебники и учебные пособия, иная учебная литература, специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования, предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, а также услуги сурдопереводчиков и тифлосурдопереводчиков.

а) для слабовидящих:

- на зачете присутствует ассистент, оказывающий студенту необходимую техническую помощь с учетом индивидуальных особенностей (он помогает занять рабочее место, передвигаться, прочитать и оформить задание, в том числе записывая под диктовку);
- задания для выполнения, а также инструкция о порядке проведения зачете оформляются увеличенным шрифтом;
- задания для выполнения на зачете зачитываются ассистентом;
- письменные задания выполняются на бумаге, надиктовываются ассистенту;
- обеспечивается индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс;

- студенту для выполнения задания при необходимости предоставляется увеличивающее устройство;

в) для глухих и слабослышащих:

- на зачете присутствует ассистент, оказывающий студенту необходимую техническую помощь с учетом индивидуальных особенностей (он помогает занять рабочее место, передвигаться, прочитать и оформить задание, в том числе записывая под диктовку);

- зачет проводится в письменной форме;

- обеспечивается наличие звукоусиливающей аппаратуры коллективного пользования, при необходимости предоставляется звукоусиливающая аппаратура индивидуального пользования;

- по желанию студента зачет может проводиться в письменной форме;

д) для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата (тяжелыми нарушениями двигательных функций верхних конечностей или отсутствием верхних конечностей):

- письменные задания выполняются на компьютере со специализированным программным обеспечением или надиктовываются ассистенту;

- по желанию студента зачет проводится в устной форме

Рабочая программа дисциплины «Физическая культура и спорт» составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 38.03.01 Экономика и учебного плана по профилю «Финансы и кредит»

Автор (ы) _____ ст. преподаватель Иванова С.В.

Рецензенты _____ к.п.н., доцент Тарасов П.В.

Рабочая программа дисциплины «Физическая культура и спорт» рассмотрена на заседании кафедры физического воспитания и спорта протокол № 6 от «12» мая 2022 г. и признана соответствующей требованиям ФГОС ВО и учебного плана по направлению подготовки 38.03.01 Экономика

Зав. кафедрой _____ к.п.н., доцент Тарасов П.В.

Рабочая программа дисциплины «Физическая культура и спорт» рассмотрена на заседании учебно-методической комиссии кафедр центра управления учебным процессом, протокол № 9 от « 20 » мая 2021 г. и признана соответствующей требованиям ФГОС ВО и учебного плана по направлению подготовки 38.03.01 Экономика

Руководитель ОП

к.э.н., доцент Глотова И.И.