

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
 Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
 высшего образования
 «Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б.Н.Ельцина»

УТВЕРЖДАЮ
 Проректор по учебной работе
 С.В. Князев
 «22» Апреля 2017 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА МОДУЛЯ
 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ**

| Перечень сведений о рабочей программе модуля | | | | Учетные данные |
|--|--------------------------------------|--|--|---|
| Модуль <i>ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ</i> | | | | Код модуля <i>111 904P</i> |
| Уровень подготовки образовательной программы | | | | Бакалавриат Специалитет |
| Сведения об образовательных программах, для которых реализуется универсальный модуль | | | | |
| № п/п | Коды направлений и уровня подготовки | Направление подготовки образовательной программы | Наименования образовательных программ | Реквизиты приказа Минобрнауки РФ об утверждении ФГОС ВО |
| 1. | 27.03.03 | Системный анализ и управление | Системный анализ и управление | ПРИКАЗ от 11 марта 2015 г. N 195 |
| 2. | 38.03.05 | Бизнес-информатика | Бизнес-информатика | ПРИКАЗ от 11 августа 2016 г. N 1002 |
| 3. | 38.03.02 | Менеджмент | Международный и корпоративный менеджмент | ПРИКАЗ от 12 января 2016 г. N 7 |
| 4. | 38.03.02 | Менеджмент | Промышленный менеджмент и инвестиционно-строительный бизнес | ПРИКАЗ от 12 января 2016 г. N 7 |
| 5. | 38.03.02 | Менеджмент | Инвестиционно-строительный бизнес и управление недвижимостью | ПРИКАЗ от 12 января 2016 г. N 7 |
| 6. | 38.03.02 | Менеджмент | Менеджмент промышленного предприятия | ПРИКАЗ от 12 января 2016 г. N 7 |
| 7. | 38.03.02 | Менеджмент | Международный менеджмент | ПРИКАЗ от 12 января 2016 г. |


| | | | | |
|-----|----------|------------------------|--|---|
| | | | | № 7 |
| 8. | 38.03.02 | Менеджмент | Маркетинг | ПРИКАЗ от 12 января 2016 г. № 7 |
| 9. | 38.03.02 | Менеджмент | Корпоративный менеджмент | ПРИКАЗ от 12 января 2016 г. № 7 |
| 10. | 38.03.02 | Менеджмент | Бизнес и менеджмент в нефтегазохимическом комплексе | ПРИКАЗ от 12 января 2016 г. № 7 |
| 11. | 38.03.02 | Менеджмент | Менеджмент в энергетике и высокотехнологичных отраслях | ПРИКАЗ от 12 января 2016 г. № 7 |
| 12. | 09.03.03 | Прикладная информатика | Прикладная информатика в экономике | ПРИКАЗ от 12 марта 2015г. № 207 |
| 13. | 38.03.01 | Экономика | Прикладная экономика и финансы | ПРИКАЗ от 12 ноября 2015 г. № 1327 |
| 14. | 38.03.01 | Экономика | Мировая экономика и международный бизнес | ПРИКАЗ от 12 ноября 2015 г. № 1327 |
| 15. | 38.03.01 | Экономика | Экономика предприятия | ПРИКАЗ от 12 ноября 2015 г. № 1327 |
| 16. | 38.03.01 | Экономика | Прикладная экономика | ПРИКАЗ от 12 ноября 2015 г. № 1327 |
| 17. | 38.03.01 | Экономика | Финансы и кредит | ПРИКАЗ от 12 ноября 2015 г. № 1327 |
| 18. | 38.03.01 | Экономика | Бухгалтерский учет, анализ и аудит | ПРИКАЗ от 12 ноября 2015 г. № 1327 |
| 19. | 38.03.02 | Менеджмент | Менеджмент в энергетике и высокотехнологичных отраслях | ПРИКАЗ от 12 января 2016 г. № 7 |
| 20. | 42.03.02 | Журналистика | Журналистика | ПРИКАЗ от 7 августа 2014 г. № 951 |
| 21. | 42.03.05 | Медиакоммуникации | Медиакоммуникации и мультимедийные технологии | ПРИКАЗ от 25 марта 2015 г. № 271 |
| 22. | 45.03.01 | Филология | Филология | ПРИКАЗ от 7 августа 2014 г. № 947 |
| 23. | 54.03.01 | Дизайн | Дизайн | ПРИКАЗ от 11 августа 2016 г. № 1004 |

| | | | | |
|-----|----------|--|--|---|
| 24. | 45.03.03 | Фундаментальная и прикладная лингвистика | Фундаментальная и прикладная лингвистика | ПРИКАЗ от 6 марта 2015 г. N 181 |
| 25. | 42.03.03 | Издательское дело | Издательское дело | ПРИКАЗ от 20 октября 2015 г. N 1168 |
| 26. | 43.03.01 | Сервис | Сервис | ПРИКАЗ от 20 октября 2015 г. N 1169 |
| 27. | 46.03.01 | История | История | ПРИКАЗ от 7 августа 2014 г. N 950 |
| 28. | 46.03.03 | Антропология и этнология | Антропология и этнология | ПРИКАЗ от 7 августа 2014 г. N 948 |
| 29. | 43.03.02 | Туризм | Туризм | ПРИКАЗ от 14 декабря 2015 г. N 1463 |
| 30. | 46.03.02 | Документоведение и архивоведение | Документоведение и архивоведение | ПРИКАЗ от 6 марта 2015 г. N 176 |
| 31. | 47.03.02 | Прикладная этика | Прикладная этика | ПРИКАЗ от 7 августа 2014 г. N 934 |
| 32. | 50.03.03 | История искусств | История искусств | ПРИКАЗ от 7 августа 2014 г. N 936 |
| 33. | 51.03.01 | Культурология | Культурология | ПРИКАЗ от 3 декабря 2015 г. N 1412 |
| 34. | 51.03.03 | Социально-культурная деятельность | Социально-культурная деятельность | ПРИКАЗ от 11 августа 2016 г. N 995 |
| 35. | 38.03.03 | Управление персоналом | Управление персоналом | ПРИКАЗ от 14 декабря 2015 г. N 1461 |
| 36. | 42.03.01 | Реклама и связи с общественностью | Коммуникативные технологии в рекламе и связях с общественностью | ПРИКАЗ от 11 августа 2016 г. N 997 |
| 37. | 45.03.02 | Лингвистика | Перевод и переводоведение в языковой паре: иностранные языки (англ., нем., франц., китайский, испанский) и русский | ПРИКАЗ от 7 августа 2014 г. N 940 |
| 38. | 41.03.01 | Зарубежное регионоведение | Зарубежное регионоведение | ПРИКАЗ от 12 марта 2015 г. N 202 |
| 39. | 58.03.01 | Востоковедение и африканистика | Востоковедение и африканистика | ПРИКАЗ от 7 августа 2014 г. N 941 |

| | | | | |
|-----|----------|--|--|--|
| 40. | 41.03.04 | Политология | Политология | ПРИКАЗ от 7 августа 2014 г. N 939 |
| 41. | 45.03.02 | Лингвистика | Лингвистика в сфере деловых и профессиональных коммуникаций и информационных технологий | ПРИКАЗ от 7 августа 2014 г. N 940 |
| 42. | 47.03.01 | Философия | Философия | ПРИКАЗ от 6 марта 2015 г. N 167 |
| 43. | 39.03.02 | Социальная работа | Социальная работа | ПРИКАЗ от 12 января 2016 г. N 8 |
| 44. | 45.03.04 | Интеллектуальные системы в гуманитарной сфере | Интеллектуальные системы в гуманитарной сфере | ПРИКАЗ от 7 августа 2014 г. N 933 |
| 45. | 41.03.05 | Международные отношения | Международные отношения | ПРИКАЗ от 21 апреля 2016 г. N 465 |
| 46. | 47.03.03 | Религиоведение | Религиоведение | ПРИКАЗ от 6 марта 2015 г. N 183 |
| 47. | 39.03.01 | Социология | Социология | ПРИКАЗ от 12 ноября 2015 г. N 1328 |
| 48. | 37.03.01 | Психология | Психология | ПРИКАЗ от 7 августа 2014 г. N 946 |
| 49. | 45.03.02 | Лингвистика | Современный перевод и переводоведение | ПРИКАЗ от 7 августа 2014 г. N 940 |
| 50. | 37.05.01 | Клиническая психология | Психологическое обеспечение в чрезвычайных и экстремальных ситуациях | ПРИКАЗ от 12 сентября 2016 г. N 1181 |

Екатеринбург, 2017

Программа модуля составлена авторами:

| № п/п | ФИО | Ученая степень, ученое звание | Должность | Кафедра | Подпись |
|-------|-----------|----------------------------------|---------------|---|---|
| 1 | Гайл В.В. | К.п.н., доцент | Зав. кафедрой | Кафедра теории фи- зической культуры |  |

Руководитель модуля



В.В. Гайл

Рекомендовано учебно-методическим советом института физической культуры, спорта и молодежной политики

Председатель учебно-методического совета
Протокол № 7 от 09.06.2014 г.



В.В. Гайл

Рекомендовано Методическим советом УрФУ

Председатель Методического совета
Протокол № 11 от 26.06.2014 г.



Е.В. Вострецова

Согласовано:

Дирекция образовательных программ



Р.Х. Токарева

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА МОДУЛЯ **ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ**

1.1. Объем модуля, 2 з.е.

1.2. Аннотация содержания модуля

Модуль включает дисциплины «Прикладная физическая культура» и «Физическая культура». «Прикладная физическая культура» представляет собой практический курс, направленный на обеспечение профессионально-прикладной физической подготовленности обучающихся и уровня физической подготовленности для выполнения ими соответствующих нормативов. Дисциплина «Физическая культура» ориентирована на овладение теоретическими основами одноименной сферы деятельности и технологиями проектирования индивидуальной прикладной физической культуры

2. СТРУКТУРА МОДУЛЯ И РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ ПО ДИСЦИПЛИНАМ

(для очной формы, традиционное обучение)

| Наименования дисциплин с указанием, к какой части образовательной программы они относятся: базовой (Б), вариативной – по выбору вуза (ВВ), вариативной - по выбору студента (ВС). | | Семестр изучения | Объем времени, отведенный на освоение дисциплин модуля | | | | | | | |
|---|------------------------------------|------------------|--|----------------------|---------------------|-------|---|---|---------------------|----------|
| | | | Аудиторные занятия, час. | | | | Самостоятельная работа, включая все виды текущей аттестации, час. | Промежуточная аттестация (зачет, экзамен), час. | Всего по дисциплине | |
| | | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные работы | Всего | | | Час. | Зач. ед. |
| 1. | (Б) Прикладная физическая культура | I-V | 0 | 323 | 0 | 323 | 1 | 3,4 | 328 | |
| 2. | (Б) Физическая культура | VI | 0 | 51 | 0 | 51 | 17 | 3,4 | 72 | 2 |
| Всего на освоение модуля | | | | 374 | | 374 | 18 | 8 | 400 | 2 |

(для заочной формы, традиционное обучение, ускоренное обучение; для дистанционной формы обучения)

| Наименования дисциплин с указанием, к какой части образовательной программы они относятся: базовой (Б), вариативной – по выбору вуза (ВВ), вариативной - по выбору студента (ВС). | | Семестр изучения | Объем времени, отведенный на освоение дисциплин модуля | | | | | | | |
|---|------------------------------------|------------------|--|----------------------|---------------------|-------|---|---|---------------------|----------|
| | | | Аудиторные занятия, час. * | | | | Самостоятельная работа, включая все виды текущей аттестации, час. | Промежуточная аттестация (зачет, экзамен), час. | Всего по дисциплине | |
| | | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные работы | Всего | | | Час. | Зач. ед. |
| 1. | (Б) Физическая культура | VI* | 6 | 0 | 0 | 6 | 62 | 4 | 72 | 2 |
| 2. | (Б) Прикладная физическая культура | | | | | | 328 | | 328 | |
| Всего на освоение модуля | | | 6 | | | 6 | 62 | 4 | 400 | 2 |

*Семестр обучения и аудиторные часы в соответствии с учебным планом

3. ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИН В МОДУЛЕ

| | | |
|-------------|--|--|
| 3.1. | Пререквизиты и постреквизиты в модуле | <i>Пререквизит: «Прикладная физическая культура» Постреквизит: «Физическая культура»</i> |
|-------------|--|--|

4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ МОДУЛЯ

4.1. Планируемые результаты освоения модуля и составляющие их компетенции

| № п/п | Институт | Коды направлений и уровня подготовки | Направление подготовки образовательной программы | Наименования образовательных программ | Планируемые в ОХОП результаты обучения -РО, которые формируются при освоении модуля | Компетенции в соответствии с ФГОС ВО, а также дополнительные из ОХОП, формируемые при освоении модуля | Универсальные компетенции (УОК, УОПК, УПК), формируемые при освоении модуля для нескольких ОП |
|-------|----------|--------------------------------------|--|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 1. | УГИ | 39.03.02 | Социальная работа | Социальная работа | РО-4 Способность развивать и поддерживать в профессиональной деятельности личную физическую форму для эффективного выполнения срочной социальной помощи и других видов социального обслуживания населения. | ОК-8 – способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; ОК-9 – готовность пользоваться основными методами защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий; | |
| 2. | УГИ | 38.03.03 | Управление персоналом | Управление персоналом | РО-01 Способность в основных видах профессиональной деятельности проявлять гражданскую, мировоззренческую позицию, социальную зрелость, расовую, национальную и религиозную терпимость; ответственно и взвешенно подходить к поставленным профессиональным задачам, решать их на современном научном уровне, постоянно совершенствовать свое профессиональное мастерство. | способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8) | |
| 3. | УГИ | 42.03.01 | Реклама и связи с общественностью | Коммуникативные технологии в рекламе и связях с общественностью | РО-01 Способность использовать в профессиональной деятельности в сфере рекламы и связей с общественностью | способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8) | |

| | | | | | | |
|----|-----|----------|--|---|---|--|
| | | | | | основы знаний социальных и гуманитарных наук | |
| 4. | УГИ | 42.03.03 | Издательское дело | Издательское дело | РО-03 Способность осваивать новые исследовательские методы и технологии | способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7); способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8); |
| 5. | УГИ | 42.03.02 | Журналистика | Журналистика | РО-07 Способность использовать методы и средства физической культуры, методы и средства защиты в условиях чрезвычайных ситуаций | ОК-9 - способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; |
| 6. | УГИ | 42.03.05 | Медиакоммуникации | Медиакоммуникации и мультимедийные технологии | РО-04: Способность обеспечивать безопасность жизнедеятельности при осуществлении деятельности в сфере медиакоммуникаций | - способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8); |
| 7. | УГИ | 45.03.01 | Филология | Филология | РО-03 Способность проводить учебные занятия и внеклассную работу по языку и литературе в общеобразовательных и профессиональных образовательных организациях | ОК-8 – способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; |
| 8. | УГИ | 45.03.03 | Фундаментальная и прикладная лингвистика | Фундаментальная и прикладная лингвистика | РО – 01 Способность решать в рамках научно-исследовательской деятельности социальные и профессиональные задачи с использованием основных положений и методов социальных, гуманитарных и экономических наук, проявляя культуру мышления, умение обобщать и анализировать научную информацию, | способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8) |

| | | | | | | |
|-----|-----|----------|---|---|---|--|
| | | | | | стремление к саморазвитию и повышению своей квалификации и мастерства. РО – О8 Способность в рамках организационно-управленческой деятельности организовывать работу исполнителей, находя и принимая управленческие решения с учетом принципов социальной кооперации, бизнес-плана проектов, а также планировать и проводить региональные и международные научные конференции. | |
| 9. | УГИ | 45.03.04 | Интеллектуальные системы в гуманитарной сфере | Интеллектуальные системы в гуманитарной сфере | РО-04 - Способность обеспечивать безопасность своей жизнедеятельности и деятельности коллектива | - способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8); - способность использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций (ОК-9). - владение основными методами защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий и способов применения современных средств поражения, основные меры по ликвидации их последствий (ОПК-1); - способность решать стандартные задачи профессиональной деятельности на основе информационной и библиографической культуры с применением информационно-коммуникационных технологий и с учетом основных требований информационной безопасности (ОПК-10). |
| 10. | УГИ | 41.03.01 | Зарубежное регионоведение | Зарубежное регионоведение | РО 1 Способность организовать себя для получения профессиональной подготовки | способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-12) |
| 11. | УГИ | 41.03.04 | Политология | Политология | РО-03. Способность осознанно вести здоровый образ жизни, обеспечить необходимую | ОК-8. Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. ОК-9. Способность использовать приемы первой |

| | | | | | | | |
|-----|-----|----------|--------------------------------|--|---|---|--|
| | | | | | помощь в чрезвычайных ситуациях. | помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций. | |
| 12. | УГИ | 41.03.03 | Востоковедение и африканистика | Востоковедение и африканистика | РО-02 Способность организовывать в рамках научно-исследовательской, экспертно-аналитической, практической и организационно-управленческой деятельности индивидуальную и коллективную работу на основе знаний и навыков в области управления межличностными коммуникациями, физической культуры и безопасности жизнедеятельности | ОК-5 - способность к коммуникации в устной и письменной формах на русском и иностранном языках для решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия; ОК-6 - способность работать в коллективе, толерантно воспринимая социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия; ОК-7 - способность к самоорганизации и самообразованию; ОК-8 - способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; ОК-9 - способность использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций. | |
| 13. | УГИ | 41.03.05 | Международные отношения | Международные отношения | РО-О 5 Использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | ОК-10 - способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | |
| 14. | УГИ | 37.03.01 | Психология | Психология | РО-12 – Способность использовать методы физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. | ОК-8 - способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. | |
| 15. | УГИ | 37.05.01 | Клиническая психология | Психологическое обеспечение в чрезвычайных и экстремальных ситуациях | РО-12 – Способность использовать методы физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. | ОК-8 - способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | |

| | | | | | | |
|-----|-----|----------|----------------------------------|----------------------------------|--|---|
| 16. | УГИ | 39.03.01 | Социология | Социология | РО-04 Способность обеспечить здоровый образ жизни, помощь в чрезвычайных ситуациях | ОК-8 - Способность использовать методы и инструменты физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; ОК-9 - Способность использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций. |
| 17. | УГИ | 46.03.01 | История | История | РО-4 способность владеть навыками здорового образа жизни и уметь организовать работу в соответствии с нормами безопасности жизнедеятельности. | ОК-8-способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности |
| 18. | УГИ | 46.03.03 | Антропология и этнология | Антропология и этнология | РО-02 Способность при осуществлении научно-исследовательской деятельности выявлять и анализировать информацию в сфере профессиональной деятельности, владеть фундаментальными знаниями в области этнологии и антропологии, применять базовые знания для решения профессиональных задач, систематизировать и обобщать результаты научных исследований, представлять их письменной и мультимедийной форме. | ОК-8 - способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; |
| 19. | УГИ | 46.03.02 | Документоведение и архивоведение | Документоведение и архивоведение | РО-01 Осознавать социальную значимость своей профессии, обладать высокой мотивацией к выполнению профессиональной деятельности, быть способным к готовности принимать нравственные обязанности по отношению к | ОК-8: способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности |

| | | | | | | |
|-----|-----|----------|------------------|------------------|--|---|
| | | | | | окружающей природе, обществу, другим людям и самому себе | |
| 20. | УГИ | 47.03.01 | Философия | Философия | РО-07 Способность использовать профессиональные знания для организации работы коллектива | ОК-8 - способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности |
| 21. | УГИ | 47.03.02 | Прикладная этика | Прикладная этика | РО-3 Способность использовать методы и средства, влияющие на полноценность и безопасность осуществления социальной и профессиональной деятельности | ОК-8 способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности |
| 22. | УГИ | 47.03.03 | Религиоведение | Религиоведение | РО-01 Способность в основных видах профессиональной деятельности проявлять гражданскую, мировоззренческую позицию, социальную зрелость, расовую, национальную и религиозную терпимость; ответственно и взвешенно подходить к поставленным профессиональным задачам, решать их на современном научном уровне, постоянно совершенствовать свое профессиональное мастерство. | способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8). |
| 23. | УГИ | 50.03.03 | История искусств | История искусств | РО-4 - готовность использовать требования экологической и пожарной безопасности и методы и средства физической культуры в профессиональной деятельности | – способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8). |

| | | | | | | |
|-----|-----|----------|-----------------------------------|-----------------------------------|--|---|
| 24. | УГИ | 51.03.01 | Культурология | Культурология | РО-08 Способность использовать методы и средства физической культуры в производственно-технологической и культурно-просветительской деятельности. | ОК8 – способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. |
| 25. | УГИ | 51.03.03 | Социально-культурная деятельность | Социально-культурная деятельность | РО-11 – способность применять знания об основах безопасности жизнедеятельности в повседневной и профессиональной деятельности | способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной деятельности (ОК-8) |
| 26. | УГИ | 54.03.01 | Дизайн | Дизайн | РО-02 Способность в результате организационно-управленческой деятельности повышения культурного уровня; нравственного и физического самосовершенствования, обеспечения безопасности жизнедеятельности | ОК-7- способность к самоорганизации и самообразованию; ОК-8-способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности ; |
| 27. | УГИ | 43.03.01 | Сервис | Сервис | РО-10 Готовность описывать и применять методы физической культуры и укрепления здоровья для обеспечения и поддержания полноценной социальной и профессиональной деятельности, обеспечения безопасности жизнедеятельности | ОК-7 – способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; пропаганды активного долголетия, здорового образа жизни и профилактики заболеваний; |
| 28. | УГИ | 43.03.02 | Туризм | Туризм | РО-04 Способность осуществлять обслуживание потребителя на высоком качественном и технологическом уровне в рамках производственно-технологической деятельности | способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, пропаганды активного долголетия, здорового образа жизни и профилактики заболеваний (ОК-7); |

| | | | | | | | |
|-----|-----|----------|-------------|---|--|---|--|
| 29. | УГИ | 45.03.02 | Лингвистика | Лингвистика в сфере деловых и профессиональных коммуникаций и информационных технологий | <p>РО-01 Способность соотносить в рамках <i>научно-исследовательской</i> деятельности понятийный аппарат изученных дисциплин с реальными фактами и явлениями профессиональной деятельности, умением творчески использовать теоретические положения для решения практических профессиональных задач</p> | <ul style="list-style-type: none"> – способностью ориентироваться в системе общечеловеческих ценностей и учитывать ценностно-смысловые ориентации различных социальных, национальных, религиозных, профессиональных общностей и групп в российском социуме (ОК-1); – способностью руководствоваться принципами культурного релятивизма и этическими нормами, предполагающими отказ от этноцентризма и уважение своеобразия иноязычной культуры и ценностных ориентаций иноязычного социума (ОК-2); – способностью применять методы и средства познания, обучения и самоконтроля для своего интеллектуального развития, повышения культурного уровня, профессиональной компетенции, сохранения своего здоровья, нравственного и физического самосовершенствования (ОК-8); – способностью использовать понятийный аппарат философии, теоретической и прикладной лингвистики, переводоведения, лингводидактики и теории межкультурной коммуникации для решения профессиональных задач (ОПК-1); – владением основными дискурсивными способами реализации коммуникативных целей высказывания применительно к особенностям текущего коммуникативного контекста (время, место, цели и условия взаимодействия) (ОПК-5); – способностью ориентироваться на рынке труда и занятости в части, касающейся своей профессиональной деятельности, владением навыками экзистенциальной компетенции (изучение рынка труда, составление резюме, проведение собеседования и переговоров с потенциальным работодателем) (ОПК-18). | |
| | | | | | <p>РО-02 Способность применять в рамках <i>научно-исследовательской</i> деятельности современные методы научного исследования, стандартных методик поиска, анализа и обработки информации, логично и последовательно представлять результаты собственного исследования</p> | <ul style="list-style-type: none"> – владением навыками социокультурной и межкультурной коммуникации, обеспечивающими адекватность социальных и профессиональных контактов (ОК-3); – способностью свободно выражать свои мысли, адекватно используя разнообразные языковые средства с целью выделения релевантной информации (ОПК-7); – владением особенностями официального, нейтрального и неофициального регистров общения (ОПК-8); – владением стандартными методиками поиска, анализа и обработки материала исследования (ОПК-16); – способностью оценивать качество исследования в своей предметной области, соотносить новую информацию с уже имеющейся, логично и последовательно представлять результаты собственного исследования (ОПК-17). | |

| | | | | | | |
|-----|-----|----------|-------------|---|---|--|
| 30. | УГИ | 45.03.02 | Лингвистика | <p style="text-align: center;">Перевод и переводоведение в языковой паре: иностранные языки (англ., нем., франц., китайский, испанский) и русский</p> | <p>PO2 – Способность осуществлять поиск, анализировать и использовать теоретические положения современных исследований в области лингвистики, межкультурной коммуникации, переводоведения и современных методических направлений и концепций обучения иностранным языкам для проведения научных исследований, подготовки научных публикаций и для решения конкретных методических задач практического характера</p> | <p>ОК-4 готовностью к работе в коллективе, социальному взаимодействию на основе принятых моральных и правовых норм, проявлять уважение к людям, нести ответственность за поддержание доверительных партнерских отношений;</p> <p>ОК-6 владение наследием отечественной научной мысли, направленной на решение общегуманитарных и общечеловеческих задач;</p> <p>ОК-7 владение культурой мышления, способностью к анализу, обобщению информации, постановке целей и выбору путей их достижения, владеет культурой устной и письменной речи;</p> <p>ОК-8 способность применять методы и средства познания, обучения и самоконтроля для своего интеллектуального развития, повышения культурного уровня, профессиональной компетенции, сохранения своего здоровья, нравственного и физического самосовершенствования;</p> <p>ОК-11 готовность к постоянному саморазвитию, повышению своей квалификации и мастерства; способность критически оценить свои достоинства и недостатки, наметить пути и выбрать средства саморазвития;</p> <p>ОК-12 способность к пониманию социальной значимости своей будущей профессии, владением высокой мотивацией к выполнению профессиональной деятельности.</p> <p>ОПК-1 способность использовать понятийный аппарат философии, теоретической и прикладной лингвистики, переводоведения, лингводидактики и теории межкультурной коммуникации для решения профессиональных задач;</p> <p>ОПК-2 способность видеть междисциплинарные связи изучаемых дисциплин, понимает их значение для будущей профессиональной деятельности;</p> <p>ОПК-3 владение системой лингвистических знаний, включающей в себя знание основных фонетических, лексических, грамматических, словообразовательных явлений и закономерностей функционирования изучаемого иностранного языка, его функциональных разновидностей;</p> <p>ОПК-12 способность работать с различными носителями информации, распределенными базами данных и знаний, с глобальными компьютерными сетями;</p> <p>ОПК-13 способность работать с электронными словарями и другими электронными ресурсами для решения лингвистических задач;</p> <p>ОПК-14 владение основами современной информационной и библиографической культуры;</p> <p>ОПК-15 способность выдвигать гипотезы и последовательно развивать аргументацию в их защиту;</p> |
|-----|-----|----------|-------------|---|---|--|

| | | | | | | | |
|-----|-----|----------|-------------|---------------------------------------|--|--|--|
| | | | | | | <p>ОПК-16 владение стандартными методиками поиска, анализа и обработки материала исследования;</p> <p>ОПК-17 способность оценивать качество исследования в своей предметной области, соотносить новую информацию с уже имеющейся, логично и последовательно представлять результаты собственного исследования.</p> <p>ПК-23 способность использовать понятийный аппарат философии, теоретической и прикладной лингвистики, переводоведения, лингводидактики и теории межкультурной коммуникации для решения профессиональных задач;</p> <p>ПК-24 способность выдвигать гипотезы и последовательно развивать аргументацию в их защиту;</p> <p>ПК-25 владение основами современных методов научного исследования, информационной и библиографической культурой;</p> <p>ПК-26 владение стандартными методиками поиска, анализа и обработки материала исследования;</p> <p>ПК-27 способность оценить качество исследования в данной предметной области, соотнести новую информацию с уже имеющейся, логично и последовательно представить результаты собственного исследования.</p> <p>ДОПК-2 способность оценить информацию, отечественный и зарубежный опыт по профилю деятельности.</p> | |
| 31. | УГИ | 45.03.02 | Лингвистика | Современный перевод и переводоведение | <p>РО-08. Способность в рамках научно-исследовательской деятельности осуществлять поиск, анализировать и использовать теоретические положения современных исследований в области лингвистики, межкультурной коммуникации, переводоведения для проведения научных исследований, подготовки научных публикаций и для решения конкретных задач практического характера.</p> | <p>- способность применять методы и средства познания, обучения и самоконтроля для своего интеллектуального развития, повышения культурного уровня, профессиональной компетенции, сохранения своего здоровья, нравственного и физического самосовершенствования (ОК-8);</p> <p>- владение навыками организации групповой и коллективной деятельности для достижения общих целей трудового коллектива (ОПК-19).</p> | |

4.2. Распределение формирования компетенций по дисциплинам модуля

| Дисциплины модуля | | <i>УОК1</i> | <i>УОК2</i> | <i>УОК3</i> |
|-------------------|------------------------------------|-------------|-------------|-------------|
| 1 | (Б) Прикладная физическая культура | ■ | ■ | ■ |
| 2 | (Б) Физическая культура | ■ | ■ | ■ |

5. ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ ПО МОДУЛЮ

5.1. Весовой коэффициент значимости промежуточной аттестации по модулю:
не предусмотрено

5.2. Форма промежуточной аттестации по модулю:
не предусмотрено

5.3. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по модулю (Приложение 1)

5.3. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО МОДУЛЮ

5.3.1. ОБЩИЕ КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО МОДУЛЮ

Система критериев оценивания результатов обучения в рамках модуля опирается на три уровня освоения: пороговый, повышенный, высокий.

| Компоненты компетенций | Признаки уровня освоения компонентов компетенций | | |
|-------------------------------|--|---|---|
| | пороговый | повышенный | высокий |
| Знания | Студент демонстрирует знание-знакомство, знание-копию: узнает объекты, явления и понятия, находит в них различия, проявляет знание источников получения информации, может осуществлять самостоятельно репродуктивные действия над знаниями путем самостоятельного воспроизведения и применения информации. | Студент демонстрирует аналитические знания: уверенно воспроизводит и понимает полученные знания, относит их к той или иной классификационной группе, самостоятельно систематизирует их, устанавливает взаимосвязи между ними, продуктивно применяет в знакомых ситуациях. | Студент может самостоятельно извлекать новые знания из окружающего мира, творчески их использовать для принятия решений в новых и нестандартных ситуациях. |
| Умения | Студент умеет корректно выполнять предписанные действия по инструкции, алгоритму в известной ситуации, самостоятельно выполняет действия по решению типовых задач, требующих выбора из числа известных методов, в предсказуемо изменяющейся ситуации | Студент умеет самостоятельно выполнять действия (приемы, операции) по решению нестандартных задач, требующих выбора на основе комбинации известных методов, в непредсказуемо изменяющейся ситуации | Студент умеет самостоятельно выполнять действия, связанные с решением исследовательских задач, демонстрирует творческое использование умений (технологий) |
| Личностные качества | Студент имеет низкую мотивацию учебной деятельности, проявляет безразличное, безответственное отношение к учебе, порученному делу | Студент имеет выраженную мотивацию учебной деятельности, демонстрирует позитивное отношение к обучению и будущей трудовой деятельности, проявляет активность. | Студент имеет развитую мотивацию учебной и трудовой деятельности, проявляет настойчивость и увлеченность, трудолюбие, самостоятельность, творческий подход. |

5.3.2. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО МОДУЛЮ

5.3.2.1. Перечень примерных вопросов для интегрированного экзамена по модулю

[не используется].

5.3.2.2. Перечень примерных тем итоговых проектов по модулю

[не используется].

6. ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ В РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ МОДУЛЯ

| Номер листа изменений | Номер протокола заседания проектной группы модуля | Дата заседания проектной группы модуля | Всего листов в документе | Подпись руководителя проектной группы модуля |
|------------------------------|--|---|---------------------------------|---|
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
 Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
 высшего образования
 «Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б.Н.Ельцина»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА


| Перечень сведений о рабочей программе модуля | | | | Учетные данные |
|--|--------------------------------------|--|--|---|
| Модуль <i>ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ</i> | | | | Код модуля <i>1119041</i> |
| Уровень подготовки образовательной программы | | | | Бакалавриат <i>Специалитет</i> |
| Сведения об образовательных программах, для которых реализуется универсальный модуль | | | | |
| № п/п | Коды направлений и уровня подготовки | Направление подготовки образовательной программы | Наименования образовательных программ | Реквизиты приказа Минобрнауки РФ об утверждении ФГОС ВО |
| 1. | 27.03.03 | Системный анализ и управление | Системный анализ и управление | ПРИКАЗ от 11 марта 2015 г. N 195 |
| 2. | 38.03.05 | Бизнес-информатика | Бизнес-информатика | ПРИКАЗ от 11 августа 2016 г. N 1002 |
| 3. | 38.03.02 | Менеджмент | Международный и корпоративный менеджмент | ПРИКАЗ от 12 января 2016 г. N 7 |
| 4. | 38.03.02 | Менеджмент | Промышленный менеджмент и инвестиционно-строительный бизнес | ПРИКАЗ от 12 января 2016 г. N 7 |
| 5. | 38.03.02 | Менеджмент | Инвестиционно-строительный бизнес и управление недвижимостью | ПРИКАЗ от 12 января 2016 г. N 7 |
| 6. | 38.03.02 | Менеджмент | Менеджмент промышленного предприятия | ПРИКАЗ от 12 января 2016 г. N 7 |
| 7. | 38.03.02 | Менеджмент | Международный менеджмент | ПРИКАЗ от 12 января 2016 г. N 7 |
| 8. | 38.03.02 | Менеджмент | Маркетинг | ПРИКАЗ от 12 января 2016 г. |

| | | | | |
|-----|----------|--|--|-------------------------------------|
| | | | | № 7 |
| 9. | 38.03.02 | Менеджмент | Корпоративный менеджмент | ПРИКАЗ от 12 января 2016 г. № 7 |
| 10. | 38.03.02 | Менеджмент | Бизнес и менеджмент в нефтегазохимическом комплексе | ПРИКАЗ от 12 января 2016 г. № 7 |
| 11. | 38.03.02 | Менеджмент | Менеджмент в энергетике и высокотехнологичных отраслях | ПРИКАЗ от 12 января 2016 г. № 7 |
| 12. | 09.03.03 | Прикладная информатика | Прикладная информатика в экономике | ПРИКАЗ от 12 марта 2015г. № 207 |
| 13. | 38.03.01 | Экономика | Прикладная экономика и финансы | ПРИКАЗ от 12 ноября 2015 г. № 1327 |
| 14. | 38.03.01 | Экономика | Мировая экономика и международный бизнес | ПРИКАЗ от 12 ноября 2015 г. № 1327 |
| 15. | 38.03.01 | Экономика | Экономика предприятия | ПРИКАЗ от 12 ноября 2015 г. № 1327 |
| 16. | 38.03.01 | Экономика | Прикладная экономика | ПРИКАЗ от 12 ноября 2015 г. № 1327 |
| 17. | 38.03.01 | Экономика | Финансы и кредит | ПРИКАЗ от 12 ноября 2015 г. № 1327 |
| 18. | 38.03.01 | Экономика | Бухгалтерский учет, анализ и аудит | ПРИКАЗ от 12 ноября 2015 г. № 1327 |
| 19. | 38.03.02 | Менеджмент | Менеджмент в энергетике и высокотехнологичных отраслях | ПРИКАЗ от 12 января 2016 г. № 7 |
| 20. | 42.03.02 | Журналистика | Журналистика | ПРИКАЗ от 7 августа 2014 г. № 951 |
| 21. | 42.03.05 | Медиакоммуникации | Медиакоммуникации и мультимедийные технологии | ПРИКАЗ от 25 марта 2015 г. № 271 |
| 22. | 45.03.01 | Филология | Филология | ПРИКАЗ от 7 августа 2014 г. № 947 |
| 23. | 54.03.01 | Дизайн | Дизайн | ПРИКАЗ от 11 августа 2016 г. № 1004 |
| 24. | 45.03.03 | Фундаментальная и прикладная лингвистика | Фундаментальная и прикладная | ПРИКАЗ от 6 марта 2015 г. |

| | | | | |
|-----|----------|-----------------------------------|--|---|
| | | | лингвистика | N 181 |
| 25. | 42.03.03 | Издательское дело | Издательское дело | ПРИКАЗ от 20 октября 2015 г. N 1168 |
| 26. | 43.03.01 | Сервис | Сервис | ПРИКАЗ от 20 октября 2015 г. N 1169 |
| 27. | 46.03.01 | История | История | ПРИКАЗ от 7 августа 2014 г. N 950 |
| 28. | 46.03.03 | Антропология и этнология | Антропология и этнология | ПРИКАЗ от 7 августа 2014 г. N 948 |
| 29. | 43.03.02 | Туризм | Туризм | ПРИКАЗ от 14 декабря 2015 г. N 1463 |
| 30. | 46.03.02 | Документоведение и архивоведение | Документоведение и архивоведение | ПРИКАЗ от 6 марта 2015 г. N 176 |
| 31. | 47.03.02 | Прикладная этика | Прикладная этика | ПРИКАЗ от 7 августа 2014 г. N 934 |
| 32. | 50.03.03 | История искусств | История искусств | ПРИКАЗ от 7 августа 2014 г. N 936 |
| 33. | 51.03.01 | Культурология | Культурология | ПРИКАЗ от 3 декабря 2015 г. N 1412 |
| 34. | 51.03.03 | Социально-культурная деятельность | Социально-культурная деятельность | ПРИКАЗ от 11 августа 2016 г. N 995 |
| 35. | 38.03.03 | Управление персоналом | Управление персоналом | ПРИКАЗ от 14 декабря 2015 г. N 1461 |
| 36. | 42.03.01 | Реклама и связи с общественностью | Коммуникативные технологии в рекламе и связях с общественностью | ПРИКАЗ от 11 августа 2016 г. N 997 |
| 37. | 45.03.02 | Лингвистика | Перевод и переводоведение в языковой паре: иностранные языки (англ., нем., франц., китайский, испанский) и русский | ПРИКАЗ от 7 августа 2014 г. N 940 |
| 38. | 41.03.01 | Зарубежное регионоведение | Зарубежное регионоведение | ПРИКАЗ от 12 марта 2015 г. N 202 |
| 39. | 58.03.01 | Востоковедение и африканистика | Востоковедение и африканистика | ПРИКАЗ от 7 августа 2014 г. N 941 |
| 40. | 41.03.04 | Политология | Политология | ПРИКАЗ |

| | | | | |
|-----|----------|---|---|--|
| | | | | от 7 августа 2014 г. N 939 |
| 41. | 45.03.02 | Лингвистика | Лингвистика в сфере деловых и профессиональных коммуникаций и информационных технологий | ПРИКАЗ от 7 августа 2014 г. N 940 |
| 42. | 47.03.01 | Философия | Философия | ПРИКАЗ от 6 марта 2015 г. N 167 |
| 43. | 39.03.02 | Социальная работа | Социальная работа | ПРИКАЗ от 12 января 2016 г. N 8 |
| 44. | 45.03.04 | Интеллектуальные системы в гуманитарной сфере | Интеллектуальные системы в гуманитарной сфере | ПРИКАЗ от 7 августа 2014 г. N 933 |
| 45. | 41.03.05 | Международные отношения | Международные отношения | ПРИКАЗ от 21 апреля 2016 г. N 465 |
| 46. | 47.03.03 | Религиоведение | Религиоведение | ПРИКАЗ от 6 марта 2015 г. N 183 |
| 47. | 39.03.01 | Социология | Социология | ПРИКАЗ от 12 ноября 2015 г. N 1328 |
| 48. | 37.03.01 | Психология | Психология | ПРИКАЗ от 7 августа 2014 г. N 946 |
| 49. | 45.03.02 | Лингвистика | Современный перевод и переводоведение | ПРИКАЗ от 7 августа 2014 г. N 940 |
| 50. | 37.05.01 | Клиническая психология | Психологическое обеспечение в чрезвычайных и экстремальных ситуациях | ПРИКАЗ от 12 сентября 2016 г. N 1181 |

Рабочая программа дисциплины составлена авторами:

| № п/п | ФИО | Ученая степень, ученое звание | Должность | Кафедра | Подпись |
|-------|-----------|----------------------------------|---------------|---|---|
| 1 | Гайл В.В. | К.п.н., доцент | Зав. кафедрой | Кафедра теории фи- зической культуры |  |

Руководитель модуля



В.В. Гайл

Рекомендовано учебно-методическим советом института физической культуры, спорта и молодежной политики

Председатель учебно-методического совета
Протокол № 7 от 09.06.2014 г.



В.В. Гайл

Рекомендовано Методическим советом УрФУ

Председатель Методического совета
Протокол № 11 от 26.06.2014 г.



Е.В. Вострецова

Согласовано:

Дирекция образовательных программ



Р.Х. Токарева

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ДИСЦИПЛИНЫ ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

1.1. Аннотация содержания дисциплины

«Прикладная физическая культура» представляет собой практический курс, направленный на обеспечение профессионально-прикладной физической подготовленности обучающихся и уровня физической подготовленности для выполнения ими соответствующих нормативов. В процессе освоения дисциплины студенты получают практические навыки проектирования личностно-ориентированной модели прикладной физической культуры, осваивают арсенал средств физического совершенствования и коррекции физического состояния организма. «Прикладная физическая культура» предшествует дисциплине «Физическая культура».

1.2. Язык реализации программы - русский

1.3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Результатом обучения в рамках дисциплины является формирование у студента следующих компетенций:

УОК-1: способность самостоятельно применять средства и методы физической культуры с целью повышения адаптационных резервов организма, укрепления здоровья и достижения должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

УОК-2: способность использовать средства и методы физической культуры для нравственного и физического самосовершенствования;

УОК-3: способность организовывать свою жизнь в соответствии с социально-значимыми представлениями о здоровом образе жизни

В результате освоения дисциплины студент должен:

Знать:

основы общей, специальной и прикладной физической подготовки в системе физического воспитания

Уметь:

оценивать функциональное состояние организма в период занятий физической культурой и спортом;

использовать различные физические упражнения как средства формирования личной системы прикладной физической культуры;

определять необходимый уровень физической подготовленности, необходимой для освоения профессиональных умений и навыков.

Владеть (демонстрировать навыки и опыт деятельности):

различными современными понятиями, категориями, системами в области физической культуры и спорта

современными технологиями проектирования здорового образа жизнедеятельности с учетом психофизиологических характеристик избранной трудовой деятельности

основными средствами и методами общей, специальной и прикладной физической подготовки в системе физического воспитания и спортивной тренировки

1.4. Объем дисциплины

для очной формы, традиционное обучение

| № п/п | Виды учебной работы | Объем дисциплины | | Распределение объема дисциплины по семестрам (час.) | | |
|-------|--|------------------|---------------------------------|---|-------------|-------------|
| | | Всего часов | В т.ч. контактная работа (час.) | 1,2 | 3,4 | 5 |
| 1. | Аудиторные занятия | 323 | 323 | 136 | 136 | 51 |
| 2. | Лекции | | | | | |
| 3. | Практические занятия | 323 | 323 | 136 | 136 | 51 |
| 4. | Лабораторные работы | | | | | |
| 5. | Самостоятельная работа студентов, включая все виды текущей аттестации | | | | | |
| 6. | Промежуточная аттестация | 5 | 5 | 3, 2 | 3, 2 | 3, 1 |
| 7. | Общий объем по учебному плану, час. | 328 | 328 | 138 | 138 | 52 |
| 8. | Общий объем по учебному плану, з.е. | 0 | | 0 | 0 | 0 |

2. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. ДЛЯ СТУДЕНТОВ БЕЗ ОТКЛОНЕНИЙ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ

| Код раздела, темы | Раздел, тема дисциплины* | Содержание |
|-------------------|--|---|
| P1 | Основы прикладной физической культуры | |
| P1.1 | Общая физическая подготовка (ОФП) | Освоение основных методов и способов формирования учебных, профессиональных и жизненных умений и навыков средствами физической культуры и спорта Физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на повышение уровня физической подготовленности и здоровья студентов. Средства и методы развития основных двигательных качеств. |
| P1.2 | Специальная физическая подготовка (СФП) | Ознакомление со средствами и методами развития физических качеств в избранном виде спорта или специализации. Формирование знаний о технике двигательного действия. Овладение техникой прикладных и общеразвивающих упражнений. Ознакомление с тактическими действиями в избранном виде спорта или специализации. |
| P1.3 | Контрольный раздел | Студенты в процессе освоения дисциплины «Прикладная физическая культура» в основном, спортивном и специальном отделениях и выполнившие учебную программу в семестре при прохождении текущей и промежуточной аттестации, в соответствии с требованиями и критериями установленными кафедрой и технологической карты дисциплины получает зачет с соответствующей записью в зачетной книжке студента.. |
| P2 | Базовая прикладная физическая культура (ПФК) | |
| P2.1 | Общая физическая подготовка | Ознакомление с основными средствами и методами прикладной физической культуры. Укрепление и сохранение здоровья, формирование телосложения, развитие физических качеств: силовых, скоростных, координационных, выносливости и гибкости. |
| P2.2 | Специальная физическая | Развитие физических способностей, отвечающих |

| | | |
|-------------|---|--|
| | подготовка | специфике избранного вида спорта или специализации. Овладение запасом двигательных навыков и умений, необходимых для освоения техники выполнения физических упражнений в избранном виде спорта. Изучение тактических действий в избранном виде спорта или специализации. |
| Р2.3 | Контрольный раздел | Контрольное тестирование базового уровня физической и технико-тактической подготовленности. |
| Р3 | Углубленное изучение средств ПФК | |
| Р3.1 | Методико-практический раздел | Изучение элементов прогрессивных оздоровительных и спортивных технологий, в аспекте их применения в прикладной физической культуре. Общие сведения об эффективности применения различных средств, методов, физических упражнений при организации самостоятельных занятий физической культурой. |
| Р3.2 | Общая физическая подготовка | Повышение и поддержание общего уровня функциональных возможностей организма, общей работоспособности и устранение недостатков в физическом развитии. |
| Р3.3 | Специальная физическая подготовка | Улучшение функциональных возможностей органов и систем, определяющих достижения в избранном виде спорта или специализации. Овладение и совершенствование техники двигательных и тактических действий в избранном виде спорта или специализации. |
| Р3.4 | Контрольный раздел | Контрольное тестирование ОФП и СФП. |
| Р4 | Формирование профессионально-прикладной физической культуры (ППФК) личности | |
| Р4.1 | Методико-практический раздел | Физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на избирательное использование средств и методов физической культуры в соответствии с психофизиологическими, биомеханическими и социальными характеристиками избранной профессии. Особенности подбора различных средств, методов, физических упражнений при организации самостоятельных занятий физической культурой. |
| Р4.2 | Общая физическая подготовка | Совершенствование основных физических способностей человека его силы, гибкости, выносливости, скорости и координационных способностей. |
| Р4.3 | Специальная физическая подготовка | Повышение уровня специальных физических способностей, необходимых для занятий избранным видом спорта и трудовой деятельностью. Увеличение диапазона двигательных умений и навыков, тактических действий, необходимых для совершенствования выполнения упражнений в избранном виде спорта или специализации. |
| Р4.4 | Контрольный раздел | Контрольное тестирование ОФП, СФП и ППФП. |
| Р5 | Совершенствование ППФК личности | |
| Р5.1 | Методико-практический раздел | Совершенствование уровня разносторонней физической и функциональной подготовленности в соответствии с характеристиками избранной профессии. Освоение допустимых тренирующих нагрузок. Овладение современными технологиями проектирования здорового образа жизнедеятельности с учетом психофизиологических характеристик избранной трудовой деятельности. |
| Р5.2 | Общая физическая подготовка | Совершенствование основных физических способностей человека его силы, гибкости, выносливости, скорости и координационных способностей. |
| Р5.3 | Специальная физическая | Воспитание способности проявлять имеющийся |

| | | |
|-------------|--------------------|--|
| | подготовка | функциональный потенциал в специфических условиях: спортивных, трудовых (профессиональных). Совершенствование технических и тактических действий в избранном виде спорта или специализации. |
| P5.4 | Контрольный раздел | Контрольное тестирование общей физической, спортивно-технической и профессионально-прикладной физической подготовленности |

2.2. ДЛЯ СТУДЕНТОВ С ОТКЛОНЕНИЯМИ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ

| Код раздела, темы | Раздел, тема дисциплины* | Содержание |
|-------------------|---|--|
| P1 | Основы прикладной физической культуры | Основы двигательных умений и навыков, воспитание физических и непосредственно связанных с ними способностей, от которых прямо или косвенно зависит профессиональная дееспособность и не ограниченных заболеваниями или телесными недостатками |
| P1.1 | Общая физическая подготовка | Упражнения для оздоровления и укрепления организма, повышения физической работоспособности, активизации кровообращения, психоэмоционального тонуса; кардиоаэробные движения для развития индивидуальных физических способностей с учетом исходного уровня подготовленности и медицинских показаний и противопоказаний |
| P1.2 | Специальная физическая подготовка (СФП) | |
| P1.2.1 | Виды спорта (аэробика, гимнастика, атлетическая гимнастика, подвижные игры, л/атлетика, плавание) | Аэробика. Система упражнений в циклических видах спорта, связанных с проявлением выносливости (ходьба, бег, плавание и т.п.), направленная на повышение функциональных возможностей сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Элементы атлетической гимнастики. Общеразвивающие и специальные комплексы упражнений с предметами (амортизаторы, гантели) и с преодолением собственного веса. Подвижные игры и эстафеты с предметами и без них, с простейшими способами передвижения, не требующие проявления максимальных усилий и сложно-координационных действий. Легкая атлетика. Ходьба и ее разновидности, сочетание ходьбы с упражнениями на дыхание, расслабление, с изменением времени прохождения дистанции. Плавание. Подготовительные упражнения для освоения водной среды. Общеразвивающие и специальные упражнения пловца. |
| P1.2.2 | Современные оздоровительные системы | Оздоровительный фитнес. Упражнения низкой интенсивности, для выполнения которых необходимо менее 50 % функционального резерва. Рекомендуются для неподготовленных студентов, имеющих низкий уровень физической подготовленности. Шейпинг. При занятиях шейпингом интенсивность физических упражнений дозируется строго индивидуально, так как только в этом случае она дает наибольший эффект. Калланетика. Программа упражнений для студенток, выполняемых в основном в изометрическом режиме и вызывающих активизацию глубоко расположенных мышечных групп. |
| P1.2.3 | Специальная и | Специальные упражнения, направленные на коррекцию |

| | | |
|-------------|--|--|
| | корректирующая гимнастика в профессионально-прикладной физической подготовке | осанки, формирование компенсаций и нормализацию функций организма (упражнения в равновесии, статические, релаксационные, идеомоторные, дыхательные). Корректирующие упражнения общей оздоровительной направленности: гимнастика для глаз, на осанку, для позвоночника, суставов. Оздоровительная ходьба, скандинавская ходьба, велоэргометр, дозированная ходьба по пересеченной местности, оздоровительный бег |
| P1.3 | Методико-практический раздел | Освоение основных методов и способов формирования учебных, профессиональных и жизненных умений и навыков средствами оздоровительной физической культуры. Методика направленного развития отдельных физических качеств. Коррекция осанки и телосложения. Специальная гимнастика с учетом показаний и противопоказаний, соответствующих имеющемуся заболеванию. |
| P1.4 | Контрольный раздел | Студенты всех учебных групп должны освоить обязательные задания оздоровительно-реабилитационной программы и выполнить контрольные упражнения по определению функциональной и физической подготовленности с учетом рекомендации врача, выполнившие учебную программу семестра. Студенты сдают зачет по физической культуре, который проводится по всем разделам оздоровительно-реабилитационной программы. Уровень общей физической, профессионально-прикладной подготовленности определяется степенью освоения оздоровительно-реабилитационной программы. Студенты, освобожденные от практических занятий, выполняют тестовые задания по теоретическому и методико-практическому разделу программы |
| P2 | Базовая прикладная физическая культура (ПФК) | Приобретение в процессе учебно-тренировочных занятий двигательных умений и навыков для всестороннего развития индивида в современных условиях жизнедеятельности. Практическое использование закономерностей взаимовлияния адаптационных эффектов к определенной профессиональной деятельности |
| P2.1 | Общая физическая подготовка | Упражнения общей физической подготовки, оздоровительные упражнения и их комплексы для развития физических качеств: Быстрота. Общеразвивающие и специальные упражнения бегуна. Выполнение различных упражнений на скорость (элементы гимнастики, подвижных и спортивных игр). Выносливость. Оздоровительный бег и скандинавская ходьба. Гибкость. Общеразвивающие упражнения с предметами и без них с активным и пассивным сопротивлением. Ловкость, координация движений и равновесие. Гимнастические упражнения с предметами и без них, характеризующиеся пространственной точностью и быстротой реакции и решением двигательных задач в минимальном временном интервале. Сила. Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов. Упражнения в подтягивании и сопротивлении, перенос тяжестей. Выполнение упражнений по методу круговой тренировки. |

| | | |
|---------------|---|--|
| P2.2 | Специальная физическая подготовка | |
| P2.2.1 | Виды спорта (аэробика, гимнастика, атлетическая гимнастика, подвижные игры, л/атлетика, плавание) | <p>Аэробика. Система упражнений из циклических видов спорта, связанных с проявлением выносливости (ходьба, бег, велотренажер, скандинавская ходьба, плавание) и направленная на повышение функциональных возможностей сердечно-сосудистой и дыхательной систем.</p> <p>Атлетическая гимнастика. Упражнения атлетической гимнастики с использованием отягощений для устранения различных дефектов телосложения, а также для укрепления мышц и повышения работоспособности.</p> <p>Легкая атлетика. Различные упражнения легкой атлетики, воспитывающие у студентов жизненно важные физические качества: быстроту, выносливость, ловкость и силу, а также моральные и волевые качества. Упражнения легкой атлетики, в основе которых лежат естественные движения человека-ходьба, бег, прыжки и метания, способствующие совершенствованию жизненно важных умений и навыков. Повышение функциональных возможностей всех органов систем, в особенности нервно-мышечной, сердечно-сосудистой, дыхательной.</p> <p>Плавание. Освоение техники основных способов плавания (брасс, кроль). Формирование навыков поведения на воде.</p> |
| P2.2.2 | Современные оздоровительные системы | Физический фитнес (базовый) направлен на достижение и поддержание физического состояния, снижение риска появления заболеваний. |
| P2.2.3 | Специальная и корригирующая гимнастика в профессионально-прикладной физической подготовке | Специальные упражнения направленные на дальнейшую коррекцию осанки, формирование компенсаций и нормализацию функций организма (упражнения в равновесии, статические, релаксационные, идеомоторные, дыхательные). Дыхательные и релаксационные упражнения. |
| P2.3 | Методико-практический раздел | Методы самооценки физической подготовленности. Повышение работоспособности. Профилактика травматизма. |
| P2.4 | Контрольный раздел | Студенты всех учебных групп должны освоить обязательные задания оздоровительно-реабилитационной программы и выполнить контрольные упражнения по определению функциональной и физической подготовленности с учетом рекомендации врача, выполнившие учебную программу семестра. Студенты сдают зачет по физической культуре, который проводится по всем разделам оздоровительно-реабилитационной программы. Уровень общей физической, профессионально-прикладной подготовленности определяется степенью освоения оздоровительно-реабилитационной программы. Студенты, освобожденные от практических занятий, выполняют тестовые задания по теоретическому и методико-практическому разделу программы |
| P3 | Углубленное изучение средств ПФК | Развитие специальной физической подготовленности, приобретаемой путем систематических занятий физическими упражнениями, адекватными требованиям, предъявляемым к функциональным возможностям организма профессиональной деятельностью и ее условиями. |
| P3.1 | Общая физическая подготовка | Совершенствование уровня здоровья и всестороннего развития физических способностей, соответствующих требованиям человеческой деятельности в определенных |

| | | |
|---------------|---|--|
| | | условиях производства и других сферах общественной деятельности |
| Р3.2 | Специальная физическая подготовка | |
| Р3.2.1 | Современные оздоровительные системы | Дыхательная гимнастика. Регулирование процессов дыхания. Специальные дыхательные упражнения. Система дыхания по А. Стрельниковой, К. Бутейко, К. Динейки и др. Релаксационная гимнастика. Сочетание физических упражнений с расслаблением. Шейпинг. Система оздоровительной физической культуры для девушек, направленная на коррекцию фигуры и улучшения функционального состояния организма. Калланетика. Йога. |
| Р3.2.2 | Виды спорта (аэробика, гимнастика, атлетическая гимнастика, подвижные игры, л/атлетика, плавание) | Легкая атлетика. Бег и его разновидности. Прыжки: на одной и двух ногах, в длину с места, со скакалкой, с поворотом кругом. Специально-беговые упражнения: бег с высоким подниманием бедра, «захлестыванием» голени, семенящий бег и их чередование. Атлетическая гимнастика. Комплексы упражнений индивидуального характера в сочетании с отягощениями. Выполнение упражнений для различных мышечных групп, выполняемых на тренажерах. Плавание. Освоение элементов в избранном виде плавания в оздоровительном режиме. Согласованность в работе рук, ног и дыхания. Обучение технике поворотов. |
| Р3.2.3 | Специальная и корригирующая гимнастика в профессионально-прикладной физической подготовке | Средства оздоровительной физической культуры для укрепления здоровья, повышения работоспособности и производительности труда, способствующие профилактике профессиональных заболеваний и травматизма. Специальные комплексы упражнений лечебной физической культуры. Специальные корригирующие упражнения. Гимнастические упражнения на координацию. Упражнения в равновесии (перемещения в различных плоскостях вестибулярного анализатора, изменение величины площади опоры, перемещение высоты общего центра тяжести по отношению к опоре). |
| Р3.3 | Методико-практический раздел | Методы самоконтроля состояния здоровья, физического развития и функциональным состоянием организма. |
| Р3.4 | Контрольный раздел | Студенты всех учебных групп должны освоить обязательные задания оздоровительно-реабилитационной программы и выполнить контрольные упражнения по определению функциональной и физической подготовленности с учетом рекомендации врача, выполнившие учебную программу семестра. Студенты сдают зачет по физической культуре, который проводится по всем разделам оздоровительно-реабилитационной программы. Уровень общей физической, профессионально-прикладной подготовленности определяется степенью освоения оздоровительно-реабилитационной программы. Студенты, освобожденные от практических занятий, выполняют тестовые задания по теоретическому и методико-практическому разделу программы |
| Р4 | Совершенствование прикладной физической культуры | Совершенствование уровня разносторонней физической и функциональной подготовленности в соответствии с характеристиками избранной профессии. Освоение допустимых тренирующих нагрузок. |

| | | |
|---------------|---|--|
| P4.1 | Общая физическая подготовка | Разносторонние упражнения, способствующие повышению функциональных возможностей, общей работоспособности для специальной подготовки и достижения высоких результатов в избранной сфере деятельности |
| P4.2 | Специальная физическая подготовка | |
| P4.2.1 | Современные оздоровительные системы | Профилактика травматизма. Специальная гимнастика для глаз. Повышение работоспособности. Методы регулирования психоэмоционального состояния средствами физической культуры. |
| P4.2.2 | Виды спорта (аэробика, гимнастика, атлетическая гимнастика, подвижные игры, л/атлетика, плавание) | Плавание. Прикладное плавание Удержание на воде в экстремальных ситуациях, погружение, всплытие, приемы оказания помощи и способы поведения при спасении утопающих. Ныряние. |
| P4.4.3 | Специальная и корригирующая гимнастика в профессионально-прикладной физической подготовке | Упражнения при заболеваниях сердечно – сосудистой системы. Упражнения при гипертонической болезни. Упражнения при заболеваниях легких. Упражнения при заболеваниях органов пищеварения. Упражнения при деформациях позвоночника. Упражнения при близорукости. Упражнения после заболеваний центральной нервной системы. Упражнения после заболеваний эндокринной системы и обмена веществ. Упражнения при заболеваниях опорно-двигательного аппарата. |
| P4.5 | Методико-практический раздел | Методы регулирования психоэмоционального состояния средствами физической культуры |
| P4.6 | Контрольный раздел | Студенты всех учебных групп должны освоить обязательные задания оздоровительно-реабилитационной программы и выполнить контрольные упражнения по определению функциональной и физической подготовленности с учетом рекомендации врача, выполнившие учебную программу семестра. Студенты сдают зачет по физической культуре, который проводится по всем разделам оздоровительно-реабилитационной программы. Уровень общей физической, профессионально-прикладной подготовленности определяется степенью освоения оздоровительно-реабилитационной программы. Студенты, освобожденные от практических занятий, выполняют тестовые задания по теоретическому и методико-практическому разделу программы |
| P5 | Совершенствование ППФК личности | Формирование мировоззренческой системы научно-практических знаний и отношения студентов к физической культуре; понимания природных и социальных процессов функционирования физической культуры общества и личности; умения творчески использовать полученные знания для профессионально-личностного развития, самосовершенствования, чтобы организовать здоровый стиль жизни при выполнении учебной, профессиональной и социокультурной деятельности. |
| P5.1 | Общая физическая подготовка | Физические упражнения, развивающие необходимые физические качества и психологические свойства личности, необходимые в профессиональной деятельности. |
| P5.2 | Специальная физическая подготовка | |
| P5.2.1 | Современные оздоровительные системы | Современные популярные системы физических упражнений. Мотивация и обоснование индивидуального выбора студентом системы |

| | | |
|---------------|---|---|
| | | физических упражнений для регулярных занятий. Краткая психофизиологическая характеристика основных систем физических упражнений. Система К. Динейки. Система Н.М. Амосова. Система Г.С. Шаталовой. Система К. Купера. Гимнастика оздоровительно – кондиционной направленности. |
| P5.2.2 | Виды спорта (аэробика, гимнастика, атлетическая гимнастика, подвижные игры, л/атлетика, плавание) | Совершенствование основных физических способностей человека его силы, гибкости, выносливости, скорости и координационных способностей. Воспитание способности проявлять имеющийся функциональный потенциал в специфических условиях: спортивных, трудовых (профессиональных). |
| P5.2.3 | Специальная и корригирующая гимнастика в профессионально-прикладной физической подготовке | Профилактические упражнения профессиональных заболеваний и травматизма. Дополнительные средства повышения общей и профессиональной работоспособности |
| P5.3 | Методико-практический раздел | Методика составления индивидуальных оздоровительных программ. Методика проведения производственной гимнастики. |
| P5.4 | Контрольный раздел | Студенты всех учебных групп должны освоить обязательные задания оздоровительно-реабилитационной программы и выполнить контрольные упражнения по определению функциональной и физической подготовленности с учетом рекомендации врача, выполнившие учебную программу семестра. Студенты сдают зачет по физической культуре, который проводится по всем разделам оздоровительно-реабилитационной программы. Уровень общей физической, профессионально-прикладной подготовленности определяется степенью освоения оздоровительно-реабилитационной программы. Студенты, освобожденные от практических занятий, выполняют тестовые задания по теоретическому и методико-практическому разделу программы. |

3. РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ

3.1. Распределение аудиторной нагрузки и мероприятий самостоятельной работы по разделам дисциплины

- 3.1.1. Распределение аудиторной нагрузки и мероприятий самостоятельной работы по разделам дисциплины (для очной формы, традиционного обучения) для студентов без отклонений в состоянии здоровья
- 3.1.2. Распределение аудиторной нагрузки и мероприятий самостоятельной работы по разделам дисциплины (для очной формы, традиционного обучения) для студентов с отклонениями в состоянии здоровья

| Раздел дисциплины | | Аудиторные занятия (час.) | | | | Самостоятельная работа: виды, количество и объемы мероприятий | | | | | | | | | | | | | | | | Подготовка к промежуточной аттестации по дисциплине (час.) | | | | Подготовка в рамках дисциплины к промежуточной аттестации по модулю (час.) | | | | | | | | | | | | |
|-------------------|---|-------------------------------|--------------------------------|----------|----------------------|---|---|---|----------|--------------------------|----------------------|---|--------------|---|---------------------|-------------------------------|-------------------|---|------------------------------|---|---------------------------------|--|---------------------|-------------|---------------------------------|--|-----------------------------------|------------------|------------------|------------------|--------------|---------------------|-------------|--------------|----------|--------------------------|----------------------|---|
| Код раздела, темы | Наименование раздела, темы | Всего по разделу, теме (час.) | Всего аудиторной работы (час.) | Лекции | Практические занятия | Лабораторные работы | Всего самостоятельной работы студентов (час.) | Подготовка к аудиторным занятиям (час.) | | | | | | Выполнение самостоятельных внеаудиторных работ (колич.) | | | | | | Подготовка к контрольным мероприятиям текущей аттестации (колич.) | | Всего (час.) | Контрольная работа* | Коллоквиум* | Зачет | Экзамен | Интегрированный экзамен по модулю | Проект по модулю | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | Всего (час.) | Лекция | Практ., семинар, занятие | Лабораторное занятие | И/или семинар, семинар-конференция, коллоквиум (магистратура) | Всего (час.) | Домашняя работа* | Графическая работа* | Реферат, эссе, творч. работа* | Проектная работа* | Расчетная работа, разработка программного продукта* | Расчетно-графическая работа* | Домашняя работа на иностранном языке* | Перевод иностранной литературы* | | | | | | | | Курсовая работа* | Курсовой проект* | Всего (час.) | Контрольная работа* | Коллоквиум* | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Всего (час.) | Лекция | Практ., семинар, занятие | Лабораторное занятие | И/или семинар, семинар-конференция, коллоквиум (магистратура) |
| P.1 | Основы прикладной физической культуры | 68 | 68 | 68 | | | 0 | 0 | | | | | | | | | | | | | | | 0 | | | | | | | | | | | | | | | |
| P.1.1 | Общая физическая подготовка (ОФП) | 46 | 46 | 46 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| P.1.2 | Специальная физическая подготовка (СФП) | 16 | 16 | 16 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| P.1.3 | Контрольный раздел | 6 | 6 | 6 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| P.2 | Базовая прикладная физическая культура (ПФК) | 68 | 68 | 68 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| P.2.1 | Общая физическая подготовка | 36 | 36 | 36 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| P.2.2 | Специальная физическая подготовка | 26 | 26 | 26 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| P.2.3 | Контрольный раздел | 6 | 6 | 6 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| P.3 | Углубленное изучение средств ПФК | 68 | 68 | 68 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| P.3.1 | Методико-практический раздел | 6 | 6 | 6 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| P.3.2 | Общая физическая подготовка | 30 | 30 | 30 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| P.3.3 | Специальная физическая подготовка | 26 | 26 | 26 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| P.3.4 | Контрольный раздел | 6 | 6 | 6 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| P.4 | Формирование профессионально-прикладной физической культуры (ППФК) личности | 68 | 68 | 68 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| P.4.1 | Методико-практический раздел | 6 | 6 | 6 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| P.4.2 | Общая физическая подготовка | 28 | 28 | 28 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| P.4.3 | Специальная физическая подготовка | 28 | 28 | 28 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| P.4.4 | Контрольный раздел | 6 | 6 | 6 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| P.5 | Совершенствование ППФК личности | 51 | 51 | 51 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| P.5.1 | Методико-практический раздел | 5 | 5 | 5 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| P.5.2 | Общая физическая подготовка | 21 | 20 | 20 | | 1 | 1 | | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | |
| P.5.3 | Специальная физическая подготовка | 20 | 20 | 20 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| P.5.4 | Контрольный раздел | 6 | 6 | 6 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Всего (час), без учета промежуточной аттестации: | 324 | 323 | 0 | 323 | 0 | 1 | 1 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | |
| | Всего по дисциплине (час.): | 328 | 323 | | | | 5 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 4 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | В т.ч. промежуточная аттестация | | | | 4 | 0 | 0 | 0 | | | | | | |

*Суммарный объем в часах на мероприятие указывается в строке «Всего (час.) без учета промежуточной аттестации»

4. ОРГАНИЗАЦИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ, САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

4.1. Лабораторные работы

«не предусмотрено»

4.2. Практические занятия

4.2.1. Практические занятия для студентов без отклонений в состоянии здоровья

| Код раздела, темы | Номер занятия | Тема занятия | Время на проведение занятия (час.) |
|-------------------|-----------------|--|------------------------------------|
| Р.1 | 1-34 | Основы прикладной физической культуры | 68 |
| 1.1 | 1-11, 13-24 | Общая физическая подготовка (ОФП) | 46 |
| 1.2 | 26-33 | Специальная физическая подготовка (СФП) | 16 |
| 1.3 | 12,25,34 | Контрольный раздел | 6 |
| Р.2 | 35-68 | Базовая прикладная физическая культура (ПФК) | 68 |
| 2.1 | 35-44,46-53 | ОФП | 36 |
| 2.2 | 55-67 | СФП | 26 |
| 2.3 | 45,54,68 | Контрольный раздел | 6 |
| Р.3 | 69-102 | Углубленное изучение средств ПФК | 68 |
| 3.1 | 69-71 | Методико-практический раздел | 6 |
| 3.2 | 72-78,80-87 | ОФП | 30 |
| 3.3 | 89-101 | СФП | 26 |
| 3.4 | 79,88,102 | Контрольный раздел | 6 |
| Р.4 | 102-136 | Формирование профессионально-прикладной физической культуры (ППФК) личности | 68 |
| 4.1 | 102-104 | Методико-практический раздел | 6 |
| 4.2 | 105-114,116-119 | ОФП | 28 |
| 4.3 | 121-135 | СФП | 28 |
| 4.4 | 115,120,136 | Контрольный раздел | 6 |
| Р.5 | 136-162 | Совершенствование ППФК личности | 51 |
| 5.1 | 136 -138 | Методико-практический раздел | 5 |
| 5.2 | 139-146,148-150 | ОФП | 20 |
| 5.3 | 152-161 | СФП | 20 |
| 5.4 | 147,151,162 | Контрольный раздел | 6 |
| Всего: | | | 323 |

4.2.2. Практические занятия для студентов с отклонениями в состоянии здоровья

| Код раздела, темы | Номер занятия | Тема занятия | Время на проведение занятия (час.) |
|-------------------|---------------|---|------------------------------------|
| Р.1 | 1-34 | Основы прикладной физической культуры | 68 |
| 1.1 | 1-7 | Общая физическая подготовка (ОФП) | 14 |
| 1.2 | 8-26 | Специальная физическая подготовка | 38 |
| 1.2.1 | 8-14 | Виды спорта (аэробика, гимнастика, атлетическая гимнастика, подвижные игры, л/атлетика, плавание) | 14 |
| 1.2.2 | 15-19 | Современные оздоровительные системы | 10 |
| 1.2.3 | 20-26 | Специальная и корригирующая гимнастика в профессионально-прикладной физической подготовке | 14 |

| | | | |
|------------|----------------|---|------------|
| 1.3 | 27-31 | Методико-практический раздел | 10 |
| 1.4 | 32-34 | Контрольный раздел | 6 |
| Р.2 | 35-68 | Базовая прикладная физическая культура (ПФК) | 68 |
| 2.1 | 35-42 | Общая физическая подготовка (ОФП) | 16 |
| 2.2 | 43-61 | Специальная физическая подготовка | 38 |
| 2.2.1 | 43-50 | Виды спорта (аэробика, гимнастика, атлетическая гимнастика, подвижные игры, л/атлетика, плавание) | 16 |
| 2.2.2 | 51-55 | Современные оздоровительные системы | 10 |
| 2.2.3 | 56-61 | Специальная и корректирующая гимнастика в профессионально-прикладной физической подготовке | 12 |
| 2.3 | 62-65 | Методико-практический раздел | 8 |
| 2.4 | 66-68 | Контрольный раздел | 6 |
| Р.3 | 69-102 | Углубленное изучение средств ПФК | 68 |
| 3.1 | 69-76 | Общая физическая подготовка (ОФП) | 16 |
| 3.2 | 78-94 | Специальная физическая подготовка | 36 |
| 3.2.1 | 77-82 | Современные оздоровительные системы | 12 |
| 3.2.2 | 83-87 | Виды спорта (аэробика, гимнастика, атлетическая гимнастика, подвижные игры, л/атлетика, плавание) | 10 |
| 3.2.3 | 88-94 | Специальная и корректирующая гимнастика в профессионально-прикладной физической подготовке | 14 |
| 3.3 | 95-99 | Методико-практический раздел | 10 |
| 3.4 | 100-102 | Контрольный раздел | 6 |
| Р.4 | 103-136 | Формирование профессионально-прикладной физической культуры (ППФК) личности | 68 |
| 4.1 | 103-108 | Общая физическая подготовка (ОФП) | 12 |
| 4.2 | 109-128 | Специальная физическая подготовка | 40 |
| 4.2.1 | 109-114 | Современные оздоровительные системы | 12 |
| 4.2.2 | 115-120 | Виды спорта (аэробика, гимнастика, атлетическая гимнастика, подвижные игры, л/атлетика, плавание) | 12 |
| 4.2.3 | 121-128 | Специальная и корректирующая гимнастика в профессионально-прикладной физической подготовке | 16 |
| 4.3 | 129-133 | Методико-практический раздел | 10 |
| 4.4 | 134-136 | Контрольный раздел | 6 |
| Р.5 | 137-162 | Совершенствование ППФК личности | 51 |
| 5.1 | 137-141 | Общая физическая подготовка (ОФП) | 10 |
| 5.2 | 142-156 | Специальная физическая подготовка | 30 |
| 5.2.1 | 142-146 | Современные оздоровительные системы | 10 |
| 5.2.2 | 147-151 | Виды спорта (аэробика, гимнастика, атлетическая гимнастика, подвижные игры, л/атлетика, плавание) | 10 |
| 5.2.3 | 152-156 | Специальная и корректирующая гимнастика в профессионально-прикладной физической подготовке | 10 |
| 5.3 | 157-158 | Методико-практический раздел | 5 |
| 5.4 | 159-162 | Контрольный раздел | 6 |
| | | Всего: | 323 |

4.3. Примерная тематика самостоятельной работы

4.3.1. Примерный перечень тем домашних работ

«не предусмотрено»

4.3.2. Примерный перечень тем графических работ

«не предусмотрено»

- 4.3.3. **Примерный перечень тем рефератов (эссе, творческих работ)**
«не предусмотрено»
- 4.3.4. **Примерная тематика индивидуальных или групповых проектов**
«не предусмотрено»
- 4.3.5. **Примерный перечень тем расчетных работ (программных продуктов)**
«не предусмотрено»
- 4.3.6. **Примерный перечень тем расчетно-графических работ**
«не предусмотрено»
- 4.3.7. **Примерный перечень тем курсовых проектов (курсовых работ)**
«не предусмотрено»
- 4.3.8. **Примерная тематика контрольных работ**
«не предусмотрено»
- 4.3.9. **Примерная тематика коллоквиумов**
«не предусмотрено»

5. СООТНОШЕНИЕ РАЗДЕЛОВ, ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ПРИМЕНЯЕМЫХ ТЕХНОЛОГИЙ ОБУЧЕНИЯ

| Код раздела, темы дисциплины | Активные методы обучения | | | | | Дистанционные образовательные технологии и электронное обучение | | | | | | |
|---|--------------------------|-------------|--------------|---------------------|------------------|---|-----------------------|------------------------------------|-----------------------------|--|---|-------------------------|
| | Проектная работа | Кейс-анализ | Деловые игры | Проблемное обучение | Командная работа | Другие (указать, какие) | Сетевые учебные курсы | Виртуальные практикумы и тренажеры | Вебинары и видеоконференции | Асинхронные web-конференции и семинары | Совместная работа и разработка контента | Другие (указать, какие) |
| Р.1 Основы прикладной физической культуры | | | | ■ | ■ | | | | | | | |
| Р.2 Базовая прикладная физическая культура (ПФК) | | | | ■ | ■ | | | | | | | |
| Р.3 Углубленное изучение средств ПФК | | | | ■ | ■ | | | | | | | |
| Р.4 Формирование профессионально-прикладной физической культуры (ППФК) личности | | | | ■ | ■ | | | | | | | |
| Р.5 Совершенствование ППФК личности | | | | ■ | ■ | | | | | | | |

6. ПРОЦЕДУРЫ КОНТРОЛЯ И ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ (Приложение 1)

7. ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ В РАМКАХ НЕЗАВИСИМОГО ТЕСТОВОГО КОНТРОЛЯ (Приложение 2)

8. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (Приложение 3)

9. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

9.1.Рекомендуемая литература

9.1.1.Основная литература

1. Бароненко, В. А. Здоровье и физическая культура студента / Бароненко В.А., Рапопорт Л.А. — ЭИ .— 2005 .— Учебное пособие.— в корпоративной сети УрФУ .— <URL:http://study.urfu.ru/view/Aid_view.aspx?AidId=30>.
2. Бароненко, В. А. Культура здоровья студента / Бароненко В.А., Рапопорт Л.А. — ЭИ .— 2005 .— Учебное пособие — в корпоративной сети УрФУ .— [URL:http://study.urfu.ru/view/Aid_view.aspx?AidId=29](http://study.urfu.ru/view/Aid_view.aspx?AidId=29)
3. Лечебная физическая культура: учебник для студентов учреждений высш. проф. образования / под ред. С.Н. Попова - 8-е изд., испр. - М.: Академия, 2012. (ЗНБ УрФУ)
4. Физическая культура студента: учебник для студентов высших учебных заведений / под общей редакцией В.И. Ильинича. М.: Гардарики, 2009. (ЗНБ УрФУ)

9.1.2.Дополнительная литература

1. Боевой дух дзюдо: Уникальная техника мастера / Ясухиро Ямасита. – Пер. с англ. Е. Гупало. – М.: ФАИР-ПРЕСС, 2004. – 192 с.: ил. – (Боевые искусства)
2. Борьба дзюдо: Первые уроки / Ю.А. Шулика, Я.К. Коблев, А.А. Маслов; худож.- оформ. А. Киричек. – Ростов н/Д: Феникс, 2006. – 160 стр.: ил. – (Уроки боевых искусств).
5. Дзюдо от спорта до самообороны. Учебно-методическое пособие (Текст) / Ю.Г. Гергель, А.О. Шубский. – М.: Советский спорт, 2006. – 133 с.: ил.
6. Дзюдо. Полное иллюстрированное руководство / Пэт Харрингтон. – Пер. с англ. Е. Гупало. – М.: ФАИР-ПРЕСС, 2003. – 400 с.: ил. – (Спорт).
7. Дзюдо. Система и борьба: учебник для СДЮСШОР, спортивных факультетов педагогических институтов, техникумов физической культуры и училищ олимпийского резерва / Ю.А. Шулика (и др.); худож.-оформ. А. Киричек. – Ростов н/Д: феникс, 2006. – 800 с.: ил. – (Образовательные технологии в массовом и олимпийском спорте).
8. Дзюдо. Техника и тактика / Пер. с англ. М. Новыша. – М.: Изд-во Эксмо, 2005. – 292 с.: ил. – (Боевые искусства)
9. Клещев, Вадим Николаевич. Кикбоксинг : [учебник для вузов] / В. Н. Клещев ; Федерация кикбоксинга России .— М. : Академический Проект, 2006 .— 288 с. : ил. — (Gaudeamus) (Учебник для вузов) .— Рек. Учеб.-метод. об-нием . — Библиогр.: с. 281-282 .— (ЗНБ УрФУ)
10. Кикбоксинг: Основы теории и методики спортивной подготовки: уч. пособие / Филимонов В.И., Юсупов Р.А. – Казань: Казан. Гос. Техн. Университет, 1998.
11. Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры: Учебник /Ю.Ф. Курамшин. - 2-е изд., испр. М.: Советский спорт, 2004. 464с. (ЗНБ УрФУ)
12. Лисицкая Т.С. Аэробика: В 2 Т.1. «Теория и методика»/Т.С. Лисицкая, Л.В. Сиднева. - М. :
13. Лисицкая Т.С. Аэробика: В 2 Т.2. «Частные методики»/Т.С. Лисицкая, Л.В. Сиднева. М. : Федерация аэробики России, 2002. 216с.
14. Лисицкая, Т. С. Аэробика на все вкусы / Т. С. Лисицкая .— М. : Просвещение : ВЛАДОС, 1994 .— 93 с. : ил. — (ЗНБ УрФУ)
15. Манина Т.И. Это многоликая гимнастика / Т.И. Манина, Н.Е. Водопьянова. Л. : Лениздат, 1989. 80с. (ЗНБ УрФУ)
16. Мякиченко Е.Б. Аэробика. Теория и методика проведения занятий: учебное пособие /Е.Б. Мякиченко, Н.Б. Шестаков. М. : СпортАкадемия Пресс, 2002. 304с.
17. Синяков А.Ф. Самоконтроль при занятиях физической культурой и спортом / А.Ф. Синяков. М. : ФиС, 1988. 32с.
18. Степанов, С. В. Киокушинкай карате-до. Философия. Теория. Практика : Учебник для тренерско-преподават. состава / С. В. Степанов; Урал. гос. техн. ун-т - УПИ, Междунар. акад. наук по проблемам нац. безопасности .— Екатеринбург : УрГУ, 2003 .— 384 с. : ил. ; 25 см .— Библиогр.: с. 376-381. — (ЗНБ УрФУ)
19. Талага Е. Энциклопедия физических упражнений: [пер. с польск.] /Е. Талага. - М.: ФиС, 1998 г. 412 с. (ЗНБ УрФУ)
20. Техника дзюдо / Тадао Отаки, Донн Ф. Дрэггер. – Пер. с англ. Е. Гупало. – М.: ФАИР-

ПРЕСС, 2003. – 592 с.: ил. – (Спорт)

21. Хёдман Алан Система Пилатеса: [пер. с англ.] /Хёдман Алан, Вуд Джо Годфри. М. : «София», 2004. 144 с.
22. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта/ Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. М. : Академия, 2002. 480 с. (ЗНБ УрФУ)
23. Шипилина И.А. Аэробика /И.А. Шипилина. Ростов н/Д: «Феникс», 2004. 224с.
24. Шипилина И.А. Фитнес спорт /И.А. Шипилина, И.В. Самохин. Ростов н/Д: «Феникс», 2004. 224с. (ЗНБ УрФУ)
25. Шипилина И.А. Хореография в спорте /И.А. Шипилина. Ростов н/Д: «Феникс», 2004. 224с.
26. Шулика, Ю.А. Бокс. Теория и методика / Шулика Ю. А. ; Лавров А. А. ; Ахметов С. М. — Москва : Советский спорт, 2009 .— 768 с. — ISBN 978-5-9718-0414-7 .— <URL:http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210358>.(ЗНБ УрФУ)
27. Энциклопедия боевых искусств / Вернер Линд ; пер. с нем. А.В. Волкова – М.: Астрель АСТ, 2007. – 927 с.
28. Словарь-справочник по физической культуре : учебное пособие для студентов вузов, изучающих дисциплину "Физическая культура" / [Г. А. Ямалетдинова, С. А. Марчук, Т. М. Лебедихина, В. А. Филиппова] ; Гуманитарный университет. Кафедра оздоровительной тренировки и профессионально-прикладной физической подготовки .— Екатеринбург : Гуманитарный университет, 2007 .— 116 с. — Авт.-сост. указаны на обороте тит. л. — Библиогр.: с. 89-95 (111 назв.) .— Алф. указ. ст.: с. 97-111 .— (ЗНБ УрФУ)

Для студентов с отклонениями в состоянии здоровья

1. Амосов Н.М. Раздумья о здоровье / И.М. Амосов. М.: ФиС, 1987. (ЗНБ УрФУ)
2. Белов Р.А. Самостоятельные занятия студентов физической культурой: учеб. пособие / Р.А. Белов [и др.]. Киев: Выща шк., 1988. 204 с.
3. Виленский М.Я. Физическая культура работников умственного труда / М.Я. Виленский, В.И. Ильинич. М.: Знание, 1987. 93 с.
4. Ильинич В.И. Физическая культура студента и жизнь: учебник / В.И. Ильинич. М.: Гардарики, 2005. 103 с. (ЗНБ УрФУ)
5. Ильинич В.И. Профессионально-прикладная подготовка студентов вузов: Научно-методические и организационные основы / В.И. Ильинич. М.: Высш. шк., 1978. 144 с. (ЗНБ УрФУ)
6. Колокатова Л.Ф. Современные подходы к психофизической подготовке специалистов технического профиля: учеб. Пособие / Л.Ф. Колокатова. Пенза: ПГАСА, 2003. 175 с.
7. Кузнецов В.С. Прикладная физическая подготовка / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. М.: Владос, 2003.
8. Профессионально-прикладная подготовка студентов: метод. указания / сост. Л.С.Дворкин. Свердловск, 1986. 32 с.
9. Раевский Р.Т. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов технических вузов: учеб. пособие / Р.Т. Раевский. М.: Высшая школа, 1985. 136 с.
10. Рейзин В.М. Физическая культура людей умственного труда / В.М. Рейзин. Минск: Изд-во БГУ, 1979. 176 с.
11. Тарасенко Н.Н. ФВ студентов вузов в специальном учебном отделении: учеб. пособие / Н.Н. Тарасенко. М.: Высш. шк., 1976. 151 с.

9.2.Методические разработки

1. Вострецов Е.А. Атлетизм: учебно-методическое пособие / Е.А. Вострецов. Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2006. 99 с.
2. Жданкина Е.Ф. Корригирующая гимнастика при заболеваниях опорно-двигательного аппарата: учебное пособие / Е.Ф. Жданкина, Ю.В. Кадочникова. Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2008. 160 с.
3. Жданкина Е.Ф. Профилактика заболеваний сердечно-сосудистой системы у студентов: учебное пособие / Е.Ф. Жданкина, М.И. Расторопова. Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2010. 95 с.
4. Кадочникова Ю.В. Физическое воспитание студентов, имеющих близорукость: методические

- рекомендации / Ю.В. Кадочникова, Ж.В. Хорькова. Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2007. 37 с.
5. Коржова А.Ю. Оздоровительная гимнастика для студентов с нарушением осанки: методические разработки / А.Ю. Коржова, Т.А. Кальчук. Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2007. 43 с.
 6. Серова Н.Б. Врачебно-педагогические основы физического воспитания: учебно-методическое пособие: Екатеринбург: ГОУ ВПО «УГТУ-УПИ». 2006. 60с.
 7. Серова Н.Б. Лечебная физическая культура и массаж: Электр. УП: http://study.ustu.ru/umk/subjects_list.aspx?ds_id=4, Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2005. (ЗНБ УрФУ)
 8. Спирина М.П. Вводный контроль на занятиях в специальной медицинской группе: методические указания / М.П. Спирина. Екатеринбург: УГТУ. 1997. 20 с.
 9. Спирина М.П. Физическая культура для студентов с заболеваниями органов дыхания: учебное пособие / М.П. Спирина, В.Н. Гультяева. Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2008. 123 с. (ЗНБ УрФУ)
 10. Шлыков В.П. Навигатор составления индивидуальной оздоровительной программы: методические указания / сост. В.П. Шлыков, П.В. Шлыков, М.П. Спирина. Екатеринбург: ГОУ ВПО УГТУ-УПИ, 2007. 31 с.
 11. Шлыков В.П. Общеразвивающие гимнастические упражнения: методические указания / В.П. Шлыков. Екатеринбург: УГТУ, 1999. 27 с.
 12. Шлыков В.П. Основы теории и методики развития силовых способностей у студентов специальных медицинских групп: методические указания / В.П. Шлыков. Екатеринбург: ГОУ ВПО УГТУ-УПИ, 2002. 32 с.
 13. Шлыков В.П. Рекомендации по выполнению физических упражнений при различных заболеваниях: методические указания / сост. В.П. Шлыков. Екатеринбург: ГОУ ВПО УГТУ-УПИ, 2006. 37 с. (ЗНБ УрФУ)
 14. Шлыков П.В. Оценка физического развития и уровня физической подготовленности студентов специальной медицинской группы: методические указания / П.В. Шлыков, М.П. Спирина. Екатеринбург: Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2001. 26 с.
 15. Шлыков В.П. Физическое воспитание в специальных медицинских группах: учебное пособие / В.П. Шлыков. Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2008. 404 с.

Отделение сервиса и туризма

1. Лебедихин А.В. Основы альпинизма и скалолазания: учебное пособие / А.В. Лебедихин. Екатеринбург: ГОУ ВПО «УГТУ-УПИ», 2005. 133 с. (ЗНБ УрФУ)
2. Лебедихин А.В. Физическая культура: учебное пособие /А.В. Лебедихин, Т.М. Лебедихина. Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2009. 133 с. (ЗНБ УрФУ)
3. Лебедихина Т.М. Гимнастика: учебное пособие /Т.М. Лебедихина. Екатеринбург: УГТУ- УПИ, 2009. 127с. (ЗНБ УрФУ)
4. Лебедихина Т.М. Оздоровительная аэробика: учеб. пособие /Т.М. Лебедихина, Л.А. Коваль. Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2009. 96с. (ЗНБ УрФУ)
5. Лебедихина Т.М. Терминология гимнастики и аэробики: учеб. Пособие / Т.М. Лебедихина, Л.А. Коваль. Екатеринбург: Изд-во Урал.ун-та, 2012. - 92с.: ил. (ЗНБ УрФУ)

Отделение спортивных видов единоборств

1. Дзюдо: пособие д / начинающих / Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2001. 58 с. (ЗНБ УрФУ)
2. Дзюдо: Пособие для участника соревнований / М.В. Попов, Л.А. Капник, О.В. Долганов, Д.С. Яковлев Екатеринбург: ГОУ ВПО УГТУ-УПИ, 2004. 71 с. (ЗНБ УрФУ)
3. Дзюдо: Учебное пособие Л.А. Капник, М.В. Попов, О.В. Долганов. / Екатеринбург: ГОУ УГТУ-УПИ, 2002. 128 с. (ЗНБ УрФУ)
4. Контрольные вопросы для проверки остаточных знаний студентов по разделу «здоровый образ жизни»: методические рекомендации для студентов / сост. О.И. Тютюнник. Екатеринбург: УрФУ, 2011. 110 с. (ЗНБ УрФУ)
5. Контрольные вопросы для проверки остаточных знаний студентов по разделу «Физиологические основы здорового образа жизни»: учебно-методическое пособие / сост. О.И. Тютюнник. Екатеринбург: УрФУ, 2012. 144 с. (ЗНБ УрФУ)
6. Оздоровительные системы и программы отечественных и зарубежных ученых, врачей, целителей: пособие для инструкторов-общественников, студентов / сост. О.И. Тютюнник. Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2010. 35 с. (ЗНБ УрФУ)
7. Организация занятий пауэрлифтингом в техническом вузе: методические разработки /

- сост. О.И. Тютюнник, Б.А. Рожков. Екатеринбург: УГТУ – УПИ, 2008 – 45 с. (ЗНБ УрФУ)
8. Организация и методика обучения спортивным видам единоборств / Степанов С.В., Головихин Е.В. Учебное пособие. Екатеринбург: Изд-во УГГУ, 2007. 130 с. (ЗНБ УрФУ)
 9. Организация и правила проведения соревнований по пауэрлифтингу в техническом вузе: методические указания / сост. О.И. Тютюнник, С.М. Проскурнин. Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2008. 46 с. (ЗНБ УрФУ)
 10. Правила дзюдо. Методические разработки/ М.В. Попов, Л.А. Капник Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2001.128 с. (ЗНБ УрФУ)
 11. Роль белков, жиров, углеводов, витаминов, минеральных солей, воды в жизнедеятельности организма человека: пособие для студентов / сост. О.И. Тютюнник. Екатеринбург: УГТУ – УПИ, 2010, 39 с. (ЗНБ УрФУ)

Отделение игровых видов спорта

1. Банников С.Е, Минязев Р.И., Босоногов А.Г., Стаин Н.А.; Футбол: учебно-методическое пособие / Екатеринбург: ГОУ ВПО УГТУ-УПИ, 2008. 104с. (ЗНБ УрФУ)
2. Банников С.Е., Минязев Р.И., Босоногов А.Г., Набойченко Е.С.. Футбол: рабочая тетрадь для практических и семинарских занятий / Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2007. 46с. (ЗНБ УрФУ)
3. Гадбол: учебное пособие /Г.И. Мехович, Е.А. Гончорова, О.В. Прохорова. Екатеринбург: УрФУ, 2010.98с. (ЗНБ УрФУ)
4. Программированная самоподготовка спортивных судей и организация соревнований по гандболу в ВУЗе/ Л.М.Шибут, Г.И.Мехович, А.А.Полозов: УМЦ-УПИ, 2008(ЗНБ УрФУ)
5. Прохорова О.В., Набойченко Е.С. Подвижные игры. Пособие для студентов очной и за-очной форм обучения. //Екатеринбург: УрФУ, 2010.- 100 с. (ЗНБ УрФУ)

Отделение циклических видов спорта

1. Бисеров В.В. Основные параметры организации самостоятельных занятий легкой атлетикой. Учебное пособие. Екатеринбург. УрФУ. 2010 124 с. (ЗНБ УрФУ)
2. Бойцова Т.Л. Основные термины физической культуры и спорта/Т.Л. Бойцова, В.В. Би-серов. Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2010. 80 с. (ЗНБ УрФУ)
3. Бойцова Т.Л. Физическая культура. Методика самостоятельных занятий. Учебное пособие. Екатеринбург. УГТУ-УПИ. 2010. (ЗНБ УрФУ)
4. Бойцова Т.Л., Бисеров В.В. Теоретические основы легкой атлетики. Учебное пособие. 2010.43 с. (ЗНБ УрФУ)
5. Брехова Л.Л., Слушкина Е.А., Шишкина А.В., Добрынин И.М. Физическая культура: спортивно-оздоровительная тренировка студентов в отделении лыжных гонок. Учебно-методические пособие. Екатеринбург. УрФУ. 2013. 116 с. (ЗНБ УрФУ)
6. Добрынин И.М., Слушкина Е.А. Лыжная подготовка. Учебное пособие / Екатеринбург: Издательство ГОУ ВПО «Ури ГПС МЧС РФ», 2009. – С.57. (ЗНБ УрФУ)
7. И.М. Добрынин, М.С. Бородулина Основы развития физических качеств. Учебное пособие. Екатеринбург: УрФУ, 2012 – 60 с. (ЗНБ УрФУ)
8. Легкая атлетика. Авторы: Воробьев Л.П., Воробьева В.М. Екатеринбург, УГТУ-УПИ – 2005 (ЗНБ УрФУ)
9. Мухтарова Т.Л. Спортивное плавание. Учебное пособие. Часть I. Екатеринбург. 2006. 162 с. (ЗНБ УрФУ)
10. Мухтарова Т.Л. Физическая культура. Легкая атлетика: учебное пособие/ Мухтарова Т.Л., В.В. Бисеров, И.В. Рукина. Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2008. 219 с. (ЗНБ УрФУ)
11. Мухтарова Т.Л. Физическая культура: учебное пособие/ Мухтарова Т.Л., В.В. Бисеров, И.В. Рукина, Т.Л. Мухтарова, М.С. Бородулина, Л.Л. Брехова. Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2008. 275 с. (ЗНБ УрФУ)
12. Физическая культура. Лыжные гонки. Авторы: Шишкина А.В., Брехова Л.Л., Тарбеева Н.М., Гусева Н.А. Екатеринбург. изд. Уральского университета. 2013.145 с. (ЗНБ УрФУ)
13. Физическая культура. Лыжный спорт. Авторы: Шишкина А.В., Брехова Л.Л., Тарбеева Н.М., Гусева Н.А. 2009. 127 с. 72 с. (ЗНБ УрФУ)
14. Ягодин В.В. Атлетическая гимнастика для студентов Учебное пособие. Екатеринбург. УГТУ-УПИ. 2009 г.104 с. (ЗНБ УрФУ)

Отделение физического воспитания

1. Зайцева Е.В., Артемьева Л.Б., Красовская В.И. Занятия по физическому воспитанию со студентами специальной медицинской группы. Учебно-методические пособие. Екатеринбург. УрФУ. 2013. 40 с.
2. И.М. Добрынин, М.С. Бородулина Основы развития физических качеств. Учебное пособие. Екатеринбург: УрФУ, 2012 – 60 с.
3. Добрынин И.М., Слушкина Е.А. Лыжная подготовка. Учебное пособие / Екатеринбург: Издательство ГОУ ВПО «УрИ ГПС МЧС РФ», 2009. – С.57.
4. Брехова Л.Л., Слушкина Е.А., Шишкина А.В., Добрынин И.М. Физическая культура: спортивно-оздоровительная тренировка студентов в отделении лыжных гонок. Учебно-методические пособие. Екатеринбург. УрФУ. 2013. 116 с.
5. И.М. Добрынин Общеразвивающие упражнения в физической подготовке. Учебно-методические пособие. Екатеринбург. УрФУ. 2011. 40 с.

9.3. Программное обеспечение

Пакет программ Microsoft Office

9.4. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

Не используются

9.5. Электронные образовательные ресурсы

Не используются

10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Сведения об оснащённости дисциплины специализированным и лабораторным оборудованием

Практические занятия студентов по дисциплине «Прикладная физическая культура» проходят на территории специализированных спортивных сооружений на базе УрФУ:

Зал бокса (с инвентарным обеспечением).

Зал борьбы (с инвентарным обеспечением).

Зал гимнастики (с инвентарным обеспечением).

Зал тяжелой атлетики (с инвентарным обеспечением).

Легкоатлетический манеж.

Лыжная база под трибунами стадиона.

Скалодром в л/а манеже.

Спортивный комплекс игровых видов спорта имени Б.Н. Ельцина (2 зала)

Специализированный баскетбольный зал

Стадион с л/а дорожками и футбольным полем.

Тренажерный зал под трибунами стадиона УрФУ.

Физкультурно-оздоровительный комплекс (с инвентарным обеспечением).

Бассейн УрФУ (с инвентарным обеспечением).

Медицинский контроль за состоянием здоровья студентов осуществляется в медико-санитарной части университета.

6. ПРОЦЕДУРЫ КОНТРОЛЯ И ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ В РАМКАХ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

6.1. Весовой коэффициент значимости дисциплины – ____

6.2. Процедуры текущей и промежуточной аттестации по дисциплине

1 семестр

| | | |
|--|--|-------------------------------------|
| 1. Лекции: не предусмотрены | | |
| 2. Практические/семинарские занятия: коэффициент значимости совокупных результатов практических/семинарских занятий – 1 | | |
| Текущая аттестация на практических/семинарских занятиях | Сроки – семестр, учебная неделя | Максимальная оценка в баллах |
| Посещение практических занятий (34) | I, 1-17 | 34 |
| Контрольное мероприятие № 1 | I, 8-15 | 40 |
| Контрольное мероприятие № 2* | I, по календарю соревнований 1-17 | 26 |
| Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по практическим/семинарским занятиям – 0.6 | | |
| Промежуточная аттестация по практическим/семинарским занятиям – зачет | | |
| Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по практическим/семинарским занятиям – 0.4 | | |
| 3. Лабораторные занятия: не предусмотрены | | |

2 семестр

| | | |
|--|--|-------------------------------------|
| 1. Лекции: не предусмотрены | | |
| 2. Практические/семинарские занятия: коэффициент значимости совокупных результатов практических/семинарских занятий – 1 | | |
| Текущая аттестация на практических/семинарских занятиях | Сроки – семестр, учебная неделя | Максимальная оценка в баллах |
| Посещение практических занятий (34) | II, 1-17 | 34 |
| Контрольное мероприятие № 3 | II, 8-15 | 40 |
| Контрольное мероприятие № 4* | II, по календарю соревнований 1-17 | 26 |
| Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по практическим/семинарским занятиям – 0.6 | | |
| Промежуточная аттестация по практическим/семинарским занятиям – зачет | | |
| Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по практическим/семинарским занятиям – 0.4 | | |
| 3. Лабораторные занятия: не предусмотрены | | |

3 семестр

| | | |
|--|--|-------------------------------------|
| 1. Лекции: не предусмотрены | | |
| 2. Практические/семинарские занятия: коэффициент значимости совокупных результатов практических/семинарских занятий – 1 | | |
| Текущая аттестация на практических/семинарских занятиях | Сроки – семестр, учебная неделя | Максимальная оценка в баллах |
| Посещение практических занятий (34) | III, 1-17 | 34 |
| Контрольное мероприятие № 5 | III, 8-15 | 40 |
| Контрольное мероприятие № 6* | III, по календарю соревнований 1-17 | 26 |
| Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по практическим/семинарским занятиям – 0.6 | | |
| Промежуточная аттестация по практическим/семинарским занятиям – зачет | | |
| Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по практическим/семинарским занятиям – 0.4 | | |
| 3. Лабораторные занятия: не предусмотрены | | |

4 семестр

| | | |
|--|--|-------------------------------------|
| 1. Лекции: не предусмотрены | | |
| 2. Практические/семинарские занятия: коэффициент значимости совокупных результатов практических/семинарских занятий – 1 | | |
| Текущая аттестация на практических/семинарских занятиях | Сроки – семестр, учебная неделя | Максимальная оценка в баллах |
| Посещение практических занятий (34) | IV, 1–17 | 34 |
| Контрольное мероприятие № 7 | IV, 8-15 | 40 |
| Контрольное мероприятие № 8* | IV, по календарю соревнований 1-17 | 26 |
| Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по практическим/семинарским занятиям– 0.6 | | |
| Промежуточная аттестация по практическим/семинарским занятиям– зачет | | |
| Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по практическим/семинарским занятиям– 0.4 | | |
| 3. Лабораторные занятия: не предусмотрены | | |

5 семестр

| | | |
|--|--|-------------------------------------|
| 1. Лекции: не предусмотрены | | |
| 2. Практические/семинарские занятия: коэффициент значимости совокупных результатов практических/семинарских занятий – 1 | | |
| Текущая аттестация на практических/семинарских занятиях | Сроки – семестр, учебная неделя | Максимальная оценка в баллах |
| Посещение практических занятий (34) | V, 1–17 | 34 |
| Контрольное мероприятие № 9 | V, 8-15 | 40 |
| Контрольное мероприятие № 10* | V, по календарю соревнований 1-17 | 26 |
| Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по практическим/семинарским занятиям– 0.6 | | |
| Промежуточная аттестация по практическим/семинарским занятиям– зачет | | |
| Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по практическим/семинарским занятиям– 0.4 | | |
| 3. Лабораторные занятия: не предусмотрены | | |

* для студентов без отклонений в состоянии здоровья предоставляется возможность набрать баллы по мероприятию, выполнив нормы Всероссийского комплекса «Готов к труду и обороне»:
 Золотой значок ГТО – 26 баллов;
 Серебряный значок ГТО – 20 баллов;
 Бронзовый значок ГТО – 10 баллов

6.3. Процедуры текущей и промежуточной аттестации курсовой работы/проекта
 Не предусмотрено

6.4. Коэффициент значимости семестровых результатов освоения дисциплины

| Порядковый номер семестра по учебному плану, в котором осваивается дисциплина | Коэффициент значимости результатов освоения дисциплины в семестре |
|--|--|
| Семестр I | 0,20 |
| Семестр II | 0,20 |
| Семестр III | 0,20 |
| Семестр IV | 0,20 |
| Семестр V | 0,20 |

7. ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ В РАМКАХ НЕЗАВИСИМОГО ТЕСТОВОГО КОНТРОЛЯ

Дисциплина и ее аналоги, по которым возможно тестирование, отсутствуют на сайте ФЭПО <http://fepo.i-exam.ru>.

Дисциплина и ее аналоги, по которым возможно тестирование, отсутствуют на сайте Интернет-тренажеры <http://training.i-exam.ru>.

Дисциплина и ее аналоги, по которым возможно тестирование, отсутствуют на портале СМУДС УрФУ.

В связи с отсутствием Дисциплины и ее аналогов, по которым возможно тестирование, на сайтах ФЭПО, Интернет-тренажеры и портале СМУДС УрФУ, тестирование в рамках НТК не проводится.

8. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

8.1. КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ В РАМКАХ БРС

В рамках БРС применяются утвержденные на кафедре критерии оценивания достижений студентов по каждому контрольно-оценочному мероприятию. Система критериев оценивания, как и при проведении промежуточной аттестации по модулю, опирается на три уровня освоения компонентов компетенций: пороговый, повышенный, высокий.

| Компоненты компетенций | Признаки уровня освоения компонентов компетенций | | |
|----------------------------|--|---|---|
| | пороговый | повышенный | высокий |
| Знания | Студент демонстрирует знание-знакомство, знание-копию: узнает объекты, явления и понятия, находит в них различия, проявляет знание источников получения информации, может осуществлять самостоятельно репродуктивные действия над знаниями путем самостоятельного воспроизведения и применения информации. | Студент демонстрирует аналитические знания: уверенно воспроизводит и понимает полученные знания, относит их к той или иной классификационной группе, самостоятельно систематизирует их, устанавливает взаимосвязи между ними, продуктивно применяет в знакомых ситуациях. | Студент может самостоятельно извлекать новые знания из окружающего мира, творчески их использовать для принятия решений в новых и нестандартных ситуациях. |
| Умения | Студент умеет корректно выполнять предписанные действия по инструкции, алгоритму в известной ситуации, самостоятельно выполняет действия по решению типовых задач, требующих выбора из числа известных методов, в предсказуемо изменяющейся ситуации | Студент умеет самостоятельно выполнять действия (приемы, операции) по решению нестандартных задач, требующих выбора на основе комбинации известных методов, в непредсказуемо изменяющейся ситуации | Студент умеет самостоятельно выполнять действия, связанные с решением исследовательских задач, демонстрирует творческое использование умений (технологий) |
| Личностные качества | Студент имеет низкую мотивацию учебной деятельности, проявляет безразличное, безответственное отношение к учебе, порученному делу | Студент имеет выраженную мотивацию учебной деятельности, демонстрирует позитивное отношение к обучению и будущей трудовой деятельности, проявляет активность. | Студент имеет развитую мотивацию учебной и трудовой деятельности, проявляет настойчивость и увлеченность, трудолюбие, самостоятельность, творческий подход. |

8.2. КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ НЕЗАВИСИМОГО ТЕСТОВОГО КОНТРОЛЯ

– Не предусмотрено

8.3. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

8.3.1. Примерные задания для проведения мини-контрольных в рамках учебных занятий

«не предусмотрено»

8.3.2. Примерные контрольные задачи в рамках учебных занятий

«не предусмотрено»

8.3.3. Примерные контрольные кейсы

«не предусмотрено»

8.3.4. Перечень примерных вопросов для зачета

«не предусмотрено»

8.3.5. Перечень примерных вопросов для экзамена

«не предусмотрено»

8.3.6. Ресурсы АПИМ УрФУ, СКУД УрФУ для проведения тестового контроля в рамках текущей и промежуточной аттестации

«не используются»

8.3.7. Ресурсы ФЭПО для проведения независимого тестового контроля

«не используются»

8.3.8. Интернет-тренажеры

«не используются»

8.3.9 Контрольные нормативы отделений кафедры физической культуры и нормативы Всероссийского комплекса ГТО

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
 федеральное государственное автономное образовательное учреждение
 высшего образования
 «Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б.Н.Ельцина»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

| Перечень сведений о рабочей программе дисциплины | | | | Учетные данные |
|--|--------------------------------------|--|--|---|
| Модуль <i>ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ</i> | | | | Код модуля <i>1119041</i> |
| Уровень подготовки образовательной программы | | | | Бакалавриат Специалитет |
| Сведения об образовательных программах, для которых реализуется универсальный модуль | | | | |
| № п/п | Коды направлений и уровня подготовки | Направление подготовки образовательной программы | Наименования образовательных программ | Реквизиты приказа Минобрнауки РФ об утверждении ФГОС ВО |
| 1. | 27.03.03 | Системный анализ и управление | Системный анализ и управление | ПРИКАЗ от 11 марта 2015 г. N 195 |
| 2. | 38.03.05 | Бизнес-информатика | Бизнес-информатика | ПРИКАЗ от 11 августа 2016 г. N 1002 |
| 3. | 38.03.02 | Менеджмент | Международный и корпоративный менеджмент | ПРИКАЗ от 12 января 2016 г. N 7 |
| 4. | 38.03.02 | Менеджмент | Промышленный менеджмент и инвестиционно-строительный бизнес | ПРИКАЗ от 12 января 2016 г. N 7 |
| 5. | 38.03.02 | Менеджмент | Инвестиционно-строительный бизнес и управление недвижимостью | ПРИКАЗ от 12 января 2016 г. N 7 |
| 6. | 38.03.02 | Менеджмент | Менеджмент промышленного предприятия | ПРИКАЗ от 12 января 2016 г. N 7 |
| 7. | 38.03.02 | Менеджмент | Международный менеджмент | ПРИКАЗ от 12 января 2016 г. N 7 |
| 8. | 38.03.02 | Менеджмент | Маркетинг | ПРИКАЗ от 12 января 2016 г. N 7 |
| 9. | 38.03.02 | Менеджмент | Корпоративный менеджмент | ПРИКАЗ от 12 января 2016 г. N 7 |


| | | | | |
|-----|----------|--|--|---|
| 10. | 38.03.02 | Менеджмент | Бизнес и менеджмент в нефтегазохимическом комплексе | ПРИКАЗ от 12 января 2016 г. N 7 |
| 11. | 38.03.02 | Менеджмент | Менеджмент в энергетике и высокотехнологичных отраслях | ПРИКАЗ от 12 января 2016 г. N 7 |
| 12. | 09.03.03 | Прикладная информатика | Прикладная информатика в экономике | ПРИКАЗ от 12 марта 2015г. № 207 |
| 13. | 38.03.01 | Экономика | Прикладная экономика и финансы | ПРИКАЗ от 12 ноября 2015 г. N 1327 |
| 14. | 38.03.01 | Экономика | Мировая экономика и международный бизнес | ПРИКАЗ от 12 ноября 2015 г. N 1327 |
| 15. | 38.03.01 | Экономика | Экономика предприятия | ПРИКАЗ от 12 ноября 2015 г. N 1327 |
| 16. | 38.03.01 | Экономика | Прикладная экономика | ПРИКАЗ от 12 ноября 2015 г. N 1327 |
| 17. | 38.03.01 | Экономика | Финансы и кредит | ПРИКАЗ от 12 ноября 2015 г. N 1327 |
| 18. | 38.03.01 | Экономика | Бухгалтерский учет, анализ и аудит | ПРИКАЗ от 12 ноября 2015 г. N 1327 |
| 19. | 38.03.02 | Менеджмент | Менеджмент в энергетике и высокотехнологичных отраслях | ПРИКАЗ от 12 января 2016 г. N 7 |
| 20. | 42.03.02 | Журналистика | Журналистика | ПРИКАЗ от 7 августа 2014 г. N 951 |
| 21. | 42.03.05 | Медиакоммуникации | Медиакоммуникации и мультимедийные технологии | ПРИКАЗ от 25 марта 2015 г. № 271 |
| 22. | 45.03.01 | Филология | Филология | ПРИКАЗ от 7 августа 2014 г. N 947 |
| 23. | 54.03.01 | Дизайн | Дизайн | ПРИКАЗ от 11 августа 2016 г. N 1004 |
| 24. | 45.03.03 | Фундаментальная и прикладная лингвистика | Фундаментальная и прикладная лингвистика | ПРИКАЗ от 6 марта 2015 г. N 181 |
| 25. | 42.03.03 | Издательское дело | Издательское дело | ПРИКАЗ от 20 октября 2015 г. N 1168 |

| | | | | |
|-----|----------|--------------------------------------|---|---|
| 26. | 43.03.01 | Сервис | Сервис | ПРИКАЗ от 20 октября 2015 г. N 1169 |
| 27. | 46.03.01 | История | История | ПРИКАЗ от 7 августа 2014 г. N 950 |
| 28. | 46.03.03 | Антропология и этнология | Антропология и этнология | ПРИКАЗ от 7 августа 2014 г. N 948 |
| 29. | 43.03.02 | Туризм | Туризм | ПРИКАЗ от 14 декабря 2015 г. N 1463 |
| 30. | 46.03.02 | Документоведение и архивоведение | Документоведение и архивоведение | ПРИКАЗ от 6 марта 2015 г. N 176 |
| 31. | 47.03.02 | Прикладная этика | Прикладная этика | ПРИКАЗ от 7 августа 2014 г. N 934 |
| 32. | 50.03.03 | История искусств | История искусств | ПРИКАЗ от 7 августа 2014 г. N 936 |
| 33. | 51.03.01 | Культурология | Культурология | ПРИКАЗ от 3 декабря 2015 г. N 1412 |
| 34. | 51.03.03 | Социально-культурная деятельность | Социально- культурная деятельность | ПРИКАЗ от 11 августа 2016 г. N 995 |
| 35. | 38.03.03 | Управление персоналом | Управление персоналом | ПРИКАЗ от 14 декабря 2015 г. N 1461 |
| 36. | 42.03.01 | Реклама и связи с общественностью | Коммуникативные технологии в рекламе и связях с общественностью | ПРИКАЗ от 11 августа 2016 г. N 997 |
| 37. | 45.03.02 | Лингвистика | Перевод и переводоведение в языковой паре: иностранные языки (англ., нем., франц., китайский, испанский) и русский | ПРИКАЗ от 7 августа 2014 г. N 940 |
| 38. | 41.03.01 | Зарубежное регионоведение | Зарубежное регионоведение | ПРИКАЗ от 12 марта 2015 г. N 202 |
| 39. | 58.03.01 | Востоковедение и африканистика | Востоковедение и африканистика | ПРИКАЗ от 7 августа 2014 г. N 941 |
| 40. | 41.03.04 | Политология | Политология | ПРИКАЗ от 7 августа 2014 г. N 939 |
| 41. | 45.03.02 | Лингвистика | Лингвистика в сфере деловых и профессиональных коммуникаций и информационных | ПРИКАЗ от 7 августа 2014 г. N 940 |

| | | | | |
|-----|----------|---|--|--|
| | | | технологий | |
| 42. | 47.03.01 | Философия | Философия | ПРИКАЗ от 6 марта 2015 г. N 167 |
| 43. | 39.03.02 | Социальная работа | Социальная работа | ПРИКАЗ от 12 января 2016 г. N 8 |
| 44. | 45.03.04 | Интеллектуальные системы в гуманитарной сфере | Интеллектуальные системы в гуманитарной сфере | ПРИКАЗ от 7 августа 2014 г. N 933 |
| 45. | 41.03.05 | Международные отношения | Международные отношения | ПРИКАЗ от 21 апреля 2016 г. N 465 |
| 46. | 47.03.03 | Религиоведение | Религиоведение | ПРИКАЗ от 6 марта 2015 г. N 183 |
| 47. | 39.03.01 | Социология | Социология | ПРИКАЗ от 12 ноября 2015 г. N 1328 |
| 48. | 37.03.01 | Психология | Психология | ПРИКАЗ от 7 августа 2014 г. N 946 |
| 49. | 45.03.02 | Лингвистика | Современный перевод и переводоведение | ПРИКАЗ от 7 августа 2014 г. N 940 |
| 50. | 37.05.01 | Клиническая психология | Психологическое обеспечение в чрезвычайных и экстремальных ситуациях | ПРИКАЗ от 12 сентября 2016 г. N 1181 |

Екатеринбург, 2017

Рабочая программа дисциплины составлена авторами:

| № п/п | ФИО | Ученая степень, ученое звание | Должность | Кафедра | Подпись |
|-------|-----------|----------------------------------|---------------|---|---|
| 1 | Гайл В.В. | К.п.н., доцент | Зав. кафедрой | Кафедра теории фи- зической культуры |  |

Руководитель модуля



В.В. Гайл

Рекомендовано учебно-методическим советом института физической культуры, спорта и молодежной политики

Председатель учебно-методического совета
Протокол № 7 от 09.06.2014 г.



В.В. Гайл

Рекомендовано Методическим советом УрФУ

Председатель Методического совета
Протокол № 11 от 26.06.2014 г.



Е.В. Вострецова

Согласовано:

Дирекция образовательных программ



Р.Х. Токарева

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

1.1. Аннотация содержания дисциплины

Реализация дисциплины «Физическая культура» ориентирована на овладение теоретико-методическими основами одноименной сферы деятельности и технологиями проектирования индивидуальной прикладной физической культуры. Относится гуманитарному циклу и играет большую роль в формировании способности организовывать учебную и профессиональную деятельность.

1.2. Язык реализации программы - русский

1.3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Результатом обучения в рамках дисциплины является формирование у студента следующих компетенций:

УОК-1: способность самостоятельно применять средства и методы физической культуры с целью повышения адаптационных резервов организма, укрепления здоровья и достижения должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

УОК-2: способность использовать средства и методы физической культуры для нравственного и физического самосовершенствования;

УОК-3: способность организовывать свою жизнь в соответствии с социально-значимыми представлениями о здоровом образе жизни

В результате освоения дисциплины студент должен:

Знать:

- ценности физической культуры и спорта, её роль в развитии общества.
- факторы, определяющие здоровье человека.
- о влиянии вредных привычек на здоровье человека.
- принципы, средства и методы физического воспитания.
- методические основы прикладной физической культуры
- основы общей, специальной и прикладной физической подготовки в системе физического воспитания и спортивной тренировки

Уметь:

- оценивать функциональное состояние организма в период занятий физической культурой и спортом.
- использовать различные системы физических упражнений как условие формирования здорового образа жизни.
- самостоятельно выбирать виды спорта или систему физических упражнений для укрепления здоровья в условиях продуктивной профессиональной деятельности.
- определять должный уровень физической подготовленности, необходимый для освоения профессиональных умений навыков.

Владеть (демонстрировать навыки и опыт деятельности):

- различными современными понятиями, категориями, системами в области физической культуры
- современными технологиями формирования здорового образа жизни
- принципами, средствами и методами прикладной физической культуры

1.4. Объем дисциплины
очная форма, традиционное обучение

| № п/п | Виды учебной работы | Объем дисциплины | | Распределение объема дисциплины по семестрам (час.) |
|-------|--|------------------|---------------------------------|---|
| | | Всего часов | В т.ч. контактная работа (час.) | 6 семестр |
| 1. | Аудиторные занятия | 51 | 51 | 51 |
| 2. | Лекции | 0 | 0 | 0 |
| 3. | Практические занятия | 51 | 51 | 51 |
| 4. | Лабораторные работы | 0 | 0 | 0 |
| 5. | Самостоятельная работа студентов, включая все виды текущей аттестации | 17 | 5.10 | 17 |
| 6. | Промежуточная аттестация | 4 | 0.25 | 3, 4 |
| 7. | Общий объем по учебному плану, час. | 72 | 56.35 | 72 |
| 8. | Общий объем по учебному плану, з.е. | 2 | | 2 |

(очно-заочная, заочная форма, традиционное обучение; дистанционное обучение)

| № п/п | Виды учебной работы | Объем дисциплины | | Распределение объема дисциплины по семестрам (час.) |
|-------|--|------------------|---------------------------------|---|
| | | Всего часов | В т.ч. контактная работа (час.) | 6 семестр |
| 1. | Аудиторные занятия | 6 | 6 | 6 |
| 2. | Лекции | 6 | 6 | 6 |
| 3. | Практические занятия | 0 | 0 | 0 |
| 4. | Лабораторные работы | 0 | 0 | 0 |
| 5. | Самостоятельная работа студентов, включая все виды текущей аттестации | 62 | 0.9 | 62 |
| 6. | Промежуточная аттестация | 4 | 0,25 | 3, 4 |
| 7. | Общий объем по учебному плану, час. | 72 | 7.15 | 72 |
| 8. | Общий объем по учебному плану, з.е. | 2 | | 2 |

2. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

| Код раздела, темы | Раздел, тема дисциплины | Содержание |
|-------------------|--|--|
| P1 | Теоретические основы физической культуры | Обеспечивает формирование системы научно-практических и специальных знаний, необходимых для понимания природных и социальных процессов функционирования физической культуры общества и личности, умения их творческого использования для личностного и профессионального развития, |

| | | |
|------|---|---|
| | | самосовершенствования, организации здорового стиля жизни при выполнении учебной, профессиональной и социальной деятельности. |
| P1T1 | Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов | Современное состояние физической культуры и спорта, Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации». Физическая культура личности. Деятельностная сущность физической культуры в различных сферах жизни, Ценности физической культуры, Физическая культура как учебная дисциплина высшего профессионального образования и целостного развития личности, Ценностные ориентации и отношение студентов к физической культуре и спорту. Основные положения организации физического воспитания в высшем учебном заведении. |
| P1T2 | Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура и обеспечение здоровья | Здоровье человека как ценность и факторы, его определяющие. Взаимосвязь общей культуры студента и его образа жизни. Структура жизнедеятельности студентов и её отражение в образе жизни. Здоровый образ жизни и его составляющие. Личное отношение к здоровью как условие формирования здорового жизни. Физическое воспитание и самосовершенствование в здоровом образе жизни. Критерии эффективности здорового образа жизни |
| P2 | Практико-методические основы физической культуры | Методические занятия в основном учебном отделении базируются на применении разнообразных средств физической культуры, спортивной и профессионально-прикладной физической подготовки. Средства методического раздела (в том числе и виды спорта) определяются кафедрами самостоятельно. В методическом разделе могут использоваться физические упражнения из различных видов спорта, оздоровительных систем физических упражнений. На занятиях могут применяться тренажеры и компьютерно-тренажерные системы. |
| P2T1 | Психологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности | Психофизиологическая характеристика интеллектуальной деятельности и учебного труда студента. Динамика работоспособности студентов в учебном году и факторы, её определяющие. Основные причины психофизического состояния студентов в период экзаменационной сессии, критерии нервно - эмоционального и психофизического утомления. Особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности, профилактики нервно-эмоционального и психофизического утомления студентов, повышения эффективности учебного труда. |
| P2T2 | Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания. | Методы, принципы физического воспитания. Основы обучения движениям. Основы совершенствования физических качеств формирование психических качеств в процессе физического воспитания. Общая и специальная физическая подготовка, её цели и задачи. Структура подготовленности спортсмена. Зоны и интенсивность физических нагрузок. Значение мышечной релаксации. Возможность и условия коррекции физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами физической культуры и спорта в студенческом возрасте. Формы занятий физическими упражнениями. Овладение физическими качествами , обеспечивающими преимущественное развитие тех двигательных |

| | | |
|------|--|---|
| | | способностей , которые необходимы для конкретного вида спорта. |
| P2T3 | Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями | Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий. Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями различной направленности. Характер содержания занятий в зависимости от возраста. Особенности самостоятельных занятий для женщин. Планирование и управление самостоятельными занятиями. Границы интенсивности нагрузок в условиях самостоятельных занятий у лиц различного возраста.. Самоконтроль за эффективностью самостоятельных занятий |
| P2T4 | Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом | Диагностика и самодиагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом. Врачебный и педагогический контроль, его содержание. Самоконтроль, его основные методы, показатели и дневник самоконтроля. Использование методов стандартов, антропометрических индексов, номограмм функциональных проб, упражнений-тестов для оценки физического развития, телосложения, функционального состояния организма, физической подготовленности. Коррекция содержания и методики занятий физическими упражнениями и спортом по результатам показателей контроля |
| P2T5 | Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста. | Производственная физическая культура. Производственная гимнастика. Особенности выбора форм, методов и средств физической культуры и спорта в рабочее и свободное время специалистов. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры. Дополнительные средства повышения общей и профессиональной работоспособности. Влияние индивидуальных особенностей, географо-климатических условий и других факторов на содержание физической культуры специалистов, работающих на производстве. Роль будущих специалистов по внедрению физической культуры в производственном коллективе Методические основы производственной гимнастики, Методика составления комплексов упражнений в различных видах производственной гимнастики |

3. РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ

3.1. Распределение аудиторной нагрузки и мероприятий самостоятельной работы по разделам дисциплины

4. ОРГАНИЗАЦИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ, САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

4.1. Лабораторные работы «не предусмотрено»

4.2. Практические занятия

Для очной формы, традиционное обучение

| Код раздела, темы | Номер занятия | Тема занятия | Время на проведение занятия (час.) |
|-------------------|---------------|---|------------------------------------|
| P1T1 | 1 | Система научно- практических и специальных знаний , необходимых для понимания природных и социальных процессов функционирования физической культуры общества и личности | 2 |
| P1T2 | 2 | Ценностные ориентации и отношение студентов к физической культуре и спорту. Основные положения организации физического воспитания в высшем учебном заведении. | 2 |
| P2T1 | 3-8 | Психологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности | 12 |
| P2T2 | 9-18 | Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания. | 12 |
| P2T3 | 19-26 | Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями | 10 |
| P2T4 | 27-31 | Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом | 8 |
| P2T5 | 32-35 | Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста. | 5 |
| Всего: | | | 51 |

4.3.Примерная тематика самостоятельной работы

(для очно-заочной, заочной формы, традиционное обучение; дистанционного обучения)

4.3.1. Примерный перечень тем домашних работ

«не предусмотрено»

4.3.2. Примерный перечень тем графических работ

«не предусмотрено»

4.3.3. Примерный перечень тем рефератов (эссе, творческих работ)

- Психофизиологическая характеристика интеллектуальной деятельности и учебного труда студента;
- Динамика работоспособности студентов в учебном году и факторы, её определяющие;
- Основные причины психофизического состояния студентов в период экзаменационной сессии;
- Критерии нервно - эмоционального и психофизического утомления;
- Особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности;
- Особенности использования средств физической культуры для профилактики нервно-эмоционального и психофизического утомления студентов;
- Особенности использования средств физической культуры для повышения эффективности учебного труда
- Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями различной направленности;
- Характер содержания занятий физическими упражнениями в зависимости от возраста;

- Особенности самостоятельных занятий физическими упражнениями для женщин;
- Планирование и управление самостоятельными занятиями физическими упражнениями;
- Диагностика и самодиагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- Самоконтроль, его основные методы, показатели и дневник самоконтроля;
- Коррекция содержания и методики занятий физическими упражнениями и спортом по результатам показателей контроля.

4.3.4 Примерная тематика индивидуальных или групповых проектов

«не предусмотрено»

4.3.4. Примерный перечень тем расчетных работ (программных продуктов)

«не предусмотрено»

4.3.6. Примерный перечень тем расчетно-графических работ

«не предусмотрено»

4.3.7. Примерный перечень тем курсовых проектов (курсовых работ)

«не предусмотрено»

4.3.8. Примерная тематика контрольных работ

«не предусмотрено»

4.3.9. Примерная тематика коллоквиумов

«не предусмотрено»

5. СООТНОШЕНИЕ РАЗДЕЛОВ, ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ПРИМЕНЯЕМЫХ ТЕХНОЛОГИЙ ОБУЧЕНИЯ

| Код раздела, темы дисциплины | Активные методы обучения | | | | | Дистанционные образовательные технологии и электронное обучение | | | | | | |
|------------------------------|--------------------------|-------------|--------------|---------------------|------------------|---|-----------------------|------------------------------------|-----------------------------|--|---|-------------------------|
| | Проектная работа | Кейс-анализ | Деловые игры | Проблемное обучение | Командная работа | Другие (указать, какие) | Сетевые учебные курсы | Виртуальные практикумы и тренажеры | Вебинары и видеоконференции | Асинхронные web-конференции и семинары | Совместная работа и разработка контента | Другие (указать, какие) |
| P.1 | | | | ■ | ■ | | | | | | | |
| P.2 | | | | ■ | ■ | | | | | | | |

6. ПРОЦЕДУРЫ КОНТРОЛЯ И ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ (Приложение 1)

7. ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ В РАМКАХ НЕЗАВИСИМОГО ТЕСТОВОГО КОНТРОЛЯ (Приложение 2)

8. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (Приложение 3)

9. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

9.1.Рекомендуемая литература

9.1.1.Основная литература

1. Евсеев, Ю. И. Физическая культура / Ю. И. Евсеев. Ростов н/Д.: Феникс, 2010. 380 с. (ЗНБ УрФУ)

9.1.2.Дополнительная литература

1. Амосов, И. М. Раздумья о здоровье. / И. М. Амосов. М.: ФиС, 1987. 214 с.
2. Апанасенко, Г. Л. Медицинская валеология / Г. Л. Апанасенко, Л. А. Попова / Серия «Гиппократ». - Ростов н/Д.: Феникс, 2000. 248 с.
3. Бальсевич, В. А. Физическая активность человека. / В. А. Бальсевич, В. А. Запорожанов. Киев: Здоровья, 1987. 112 с.
4. Бароненко, В. А. Здоровье и физическая культура: учебное пособие / В. А. Бароненко, А. Рапорт. М. Альфа-М., 2003. 351с. (ЗНБ УрФУ)
5. Бароненко, В. А. Культура здоровья студента / В. А. Бароненко, Л. А. Рапорт. Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2003. 224с. (ЗНБ УрФУ)
6. Бароненко, В. А. Основы здорового образа жизни: учебное пособие / В. А. Бароненко, В. Н. Люберцев, Л. А. Рапорт. Екатеринбург: УГТУ, 2001. 405с. (ЗНБ УрФУ)
7. Бисеров, В. В. Физическая культура: учебное пособие / В. В. Бисеров, И. В. Рукина, Т. Л. Мухтарова, М. С. Бородулина, Л. Л. Брехова. Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2008. 275 с. (ЗНБ УрФУ)
8. Бойцова, Т. Л. Основные термины физической культуры и спорта / Т. Л. Бойцова, В. В. Бисеров. Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2010. 80 с. (ЗНБ УрФУ)
9. Бутин, И.М. Лыжный спорт: учебное пособие для студентов педагогических ВУЗов по специальности физическая культура. / И.М. Бутин. М.: Академия, 2000. 368 с.
10. Виленский, М. Я. Физическая культура работников умственного труда / М. Я. Виленский, В. И. Ильинич. М.: Знание, 1987. 123 с.
11. Воробьев, Л. П. Легкая атлетика: учебное пособие / Л. П. Воробьев, В. М. Воробьева. Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2008. 244 с. (ЗНБ УрФУ)
12. Вострецов, Е. А. Атлетизм: учебно-методическое пособие / Е. А. Вострецов. Екатеринбург: ГОУ ВПО УГТУ-УПИ, 2004. 105 с.
13. Грачев, О. К. Физическая культура: учебное пособие / О. К. Грачев. / Под ред. доцента Е. В. Харламова. М.: ИКЦ «МарТ»; Ростов н/Д: Издательский центр «МарТ», 2005. 464 с.
14. Дерябина, М. А. Применение дыхательных упражнений в спортивной тренировке: учебное пособие / М. А. Дерябина: Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2009. 66 с. (ЗНБ УрФУ)
15. Долганов, О. В. Дзюдо. История дзюдо. Правила соревнований. Аттестация дзюдоистов: Учебное пособие / О. В. Долганов, Л. А. Капник, М. В. Попов. Екатеринбург: УГТУ- УПИ, 2002. 127 с. (ЗНБ УрФУ)
16. Долганов, О. В. Дзюдо: учебное пособие для начинающих: учебное пособие / О. В. Долганов, Л. А. Капник, М. В. Попов. Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2001. 58 с. (ЗНБ УрФУ)
17. Евсеев, Ю. И. Физическая культура / Ю. И. Евсеев. Ростов н/Д.: Феникс, 2003. 382 с. (ЗНБ УрФУ)
18. Еремеев, В. Н. Баскетбол: учебно-методическое пособие / В. Н. Еремеев, Д. С. Цыганков. Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2007.
19. Ефимова, И. В. Психофизиологические основы здоровья студентов : учеб. пособие / И. В. Ефимова, Е. В. Будыга, Р. Ф. Проходовская. Иркутск: Иркут, гос. ун-т, 2003. 124 с.
20. Ильинич, В. И. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов вузов. /В. И. Ильинич. М.: Высшая школа, 1978/
21. Кислицын, Ю. Л. Физиологическое обоснование учебного процесса по физическому воспитанию учащейся молодежи (теоретические и методико-практические аспекты): учеб. пособие / Ю. Л. Кислицын, Л. Ю. Кислицына, И. А. Пермяков. М.: РУДН, 2006. 169 с.
22. Кунышева, С. Д. Волейбол: учебное пособие / С. Д. Кунышева, Д. А. Травулька, О. А. Симанов. Екатеринбург: изд-во «Новый день», 2010.
23. Лебедихин, А. В. Основы альпинизма и скалолазания: учебное пособие / А. В. Лебедихин. Екатеринбург: ГОУ ВПО УГТУ-УПИ, 2005. 133 с. (ЗНБ УрФУ)
24. Лебедихин, А. В. Физическая культура: учебное пособие / А. В. Лебедихин, Т. М. Лебедихина. Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2009. 133 с. (ЗНБ УрФУ)
25. Лебедихина, Т. М. Оздоровительная аэробика: учебное пособие / Т. М. Лебедихина,

- Л. А. Коваль. Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2009. 96с. *(ЗНБ УрФУ)*
26. Легкая атлетика: учебник для институтов физической культуры; под редакцией Н. Г. Озолина / И. В. Воронкин, Ю. В. Примаков, М.: ФиС, 1989. 671с.
27. Лечебная физическая культура: учебник для студентов вузов, обучающихся по специальности 022500 - Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физ. культура) / [С. Н. Попов, Н. М. Валеев, Т. С. Гарасева и др.]; под ред. С. Н. Попова. 2-е изд., стер. - М.: Academia, 2005. 416 с.
28. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта: учебная книга для завершающих уровней высш. физкультурного образования / Л. П. Матвеев. М.: 4-й филиал Воениздата, 1997. 304 с. *(ЗНБ УрФУ)*
29. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры: учебник для ин-тов физ. культуры / Л. П. Матвеев. М.: Физкультура и спорт, 1991. 543 с. *(ЗНБ УрФУ)*
30. Мехович, Г. И. Гандбол: учебное издание / Г. И. Мехович, Е. А. Гончарова, О. В. Прохорова. Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2009. *(ЗНБ УрФУ)*
31. Нэт Браун. Подготовка лыж. Полное руководство: Пер. с англ. Немцов А. / Браун Нэт. Мурманск, 2004. 168 с.
32. Прохорова, О.В. Подвижные игры: учебное пособие для студентов очной и заочной форм обучения / О. В. Прохорова, О. Г. Акуленко, А. В. Мельникова, Е. С. Набойченко. Екатеринбург: УрФУ, Екатеринбург. 2010. *(ЗНБ УрФУ)*
33. Раевский, Р. Т. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов технических вузов / Р. Т. Раевский. М.: Высшая школа, 1985. 123 с.
34. Разумов, А. Н. Оздоровительная физкультура в восстановительной медицине / А. Н. Разумов, О. В. Ромашин. Изд. 2-е перераб. и доп. М.: МДВ, 2007. 264 с.
35. Рапопорт, Л. А. Студенческий спорт: реальность и тенденции развития / Л.А. Рапопорт. Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2001. 211 с. *(ЗНБ УрФУ)*
36. Реабилитация здоровья студентов средствами физической культуры: Учебное пособие / Волков В. Ю., Волкова Л. М. СПб. Гос. техн. ун-т. Санкт-Петербург, 1998. 97 с.
37. Семенов, Л. А. Мониторинг кондиционной физической подготовленности в образовательных учреждениях: / Л. А. Семенов. М.: Советский спорт, 2007. 168 с.
38. Серова Н.Б. Физическая культура: электр. учебное пособие для студентов http://studv.ustu.ru/umk/subjects_list.aspx?ds_id=10. Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2007.
39. Степанов, С. В. Кёкусин каратэ-до: Учебное пособие. / С. В. Степанов. Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2004. 156 с. *(ЗНБ УрФУ)*
40. Степанов, С. В. Киокушинкай каратэ-до. Философия, теория практика: Учебник. / С. В. Степанов. Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2003. 384 с. *(ЗНБ УрФУ)*
41. Федеральный закон "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" от 29.04.99 № 80-ФЗ. *(ЗНБ УрФУ)*
42. Фурманов, А. Г. Оздоровительная физическая культура: учебник для студентов вузов / А. Г. Фурманов, М. Б. Юспа. - Минск: Тесей, 2003. 528 с.
43. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. М., Академия, 2001. 479 с. *(ЗНБ УрФУ)*
44. Шихов, А. В. Основы рационального питания: учебное пособие / А. В. Шихов. Екатеринбург: ГОУ ВПО УГТУ-УПИ, 2007. 106 с. *(ЗНБ УрФУ)*
45. Шишкина А.В. Физическая культура: лыжные гонки. Учебное пособие // А.В. Шишкина, Н.М. Тарбеева, Л.Л. Брехова, Н.А. Гусева, Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2009. 128 с. *(ЗНБ УрФУ)*
46. Шлыков, В. П. Движения человека. Основные термины: учебное пособие / В. П. Шлыков. Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2001. 88 с. *(ЗНБ УрФУ)*
47. Шлыков, В. П. Физическое воспитание в специальных медицинских группах: учебное пособие / В. П. Шлыков. Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2008. 404 с. *(ЗНБ УрФУ)*
48. Ягодин, В. В. Атлетическая гимнастика для студентов: учебное пособие / В. В.

9.2.Методические разработки

1. Банников, С. Е. Играйте в футбол: учебно-методическое пособие / С. Е. Банников. Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2006. (ЗНБ УрФУ)
2. Банников, С. Е. Футбол: учебно-методическое пособие / С. Е. Банников, Р. И. Миняев, А. Г. Босоногов, Н. А. Стайн. Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2006. (ЗНБ УрФУ)
3. Бойцова, Т. Л. Физическая культура методика самостоятельных занятий: учебное пособие / Т. Л. Бойцова. Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2010. 73 с. (ЗНБ УрФУ)
4. Полозов, А. А. Модули психологической структуры в спорте / А. А. Полозов. Изд-во «Советский спорт», 2009.
5. Полозов, А. А. Рейтинг в спорте: вчера, сегодня, завтра. Монография. / А. А. Полозов. Изд-во «Советский спорт», 2006, 450с.
6. Попов, М. В. Дзюдо. Правила соревнований / М. В. Попов, Л. А. Капник, О. В. Долганов. Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2009. 58 с. (ЗНБ УрФУ)
7. Рожков, Б. А. Организация и правила проведения соревнований по гиревому спорту в вузе: методическая разработка / Б. А. Рожков, О. И. Тютюнник. Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2009. 26 с. (ЗНБ УрФУ)
8. Серова Н.Б. Врачебно-педагогические основы физического воспитания: учебно-методическое пособие: Екатеринбург: ГОУ ВПО «УГТУ-УПИ». 2006. 60 с. (ЗНБ УрФУ)
9. Серова Н.Б. Лечебная физическая культура и массаж: электр. УП: http://studv.ustu.ru/umk/subjects_list.aspx?ds_id=4, Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2005. (ЗНБ УрФУ)
10. Спирина, М. П. Вводный контроль на занятиях в специальной медицинской группе: методические указания / М. П. Спирина. Екатеринбург: УГТУ. 1997. 20 с. (ЗНБ УрФУ)
11. Тютюнник О. И. Организация занятий пауэрлифтингом в техническом вузе: методическая разработка / О. И. Тютюнник, Б. А. Рожков. Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2009. (ЗНБ УрФУ)
12. Тютюнник, О. И. Оздоровительные системы и программы отечественных и зарубежных учёных, врачей, целителей: методическая разработка / О. И. Тютюнник. Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2009. 35 с(ЗНБ УрФУ)
13. Тютюнник, О. И. Организация и правила проведения соревнований по пауэрлифтингу в техническом вузе: учебное пособие. / О. И. Тютюнник, С. М. Проскурнин. Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2009. 46 с. (ЗНБ УрФУ)
14. Шлыков, В. П. Навигатор составления индивидуальной оздоровительной программы: методические указания / сост. В. П. Шлыков, П. В. Шлыков, М. П. Спирина. Екатеринбург: ГОУ ВПО УГТУ-УПИ, 2007. 31 с(ЗНБ УрФУ)
15. Шлыков, В. П. Общеразвивающие гимнастические упражнения: методические указания / В. П. Шлыков. Екатеринбург: УГТУ, 1999. 27 с(ЗНБ УрФУ)
16. Шлыков, В. П. основы теории и методики развития силовых способностей у студентов специальных медицинских групп: методические указания / В. П. Шлыков. Екатеринбург: ГОУ ВПО УГТУ-УПИ, 2002. 32 с(ЗНБ УрФУ)
17. Шлыков, В. П. Рекомендации по выполнению физических упражнений при различных заболеваниях: методические указания / сост. В. П. Шлыков. Екатеринбург: ГОУ ВПО УГТУ-УПИ, 2006. 37 с. (ЗНБ УрФУ)
18. Шлыков, П. В. Оценка физического развития и уровня физической подготовленности студентов специальной медицинской группы: методические указания / П. В. Шлыков, М. П. Спирина. Екатеринбург: УГТУ-УПИ, 2001. 26 с(ЗНБ УрФУ)

9.3.Программное обеспечение

Пакет программ Microsoft Office

9.4. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

1. //study.urfu.ru/umk/subjects list.aspx?ds id=
2. [//studv.urfu.ru/umk/subjects list.aspx?ds id=10](http://studv.urfu.ru/umk/subjects list.aspx?ds id=10)

9.5.Электронные образовательные ресурсы

Не используются

10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Сведения об оснащённости дисциплины специализированным и лабораторным оборудованием

Практические занятия студентов по дисциплине «Физическая культура» проходят на территории специализированных спортивных сооружений на базе УрФУ:

Зал бокса (с инвентарным обеспечением).

Зал борьбы (с инвентарным обеспечением).

Зал гимнастики (с инвентарным обеспечением).

Зал тяжелой атлетики (с инвентарным обеспечением).

Легкоатлетический манеж.

Лыжная база под трибунами стадиона.

Скалодром в л/а манеже.

Спортивный комплекс игровых видов спорта имени Б.Н. Ельцина (2 зала)

Специализированный баскетбольный зал Стадион с л/а дорожками и футбольным полем.

Тренажерный зал под трибунами стадиона.

Физкультурно-оздоровительный комплекс (с инвентарным обеспечением).

Медицинский контроль за состоянием здоровья студентов осуществляется в медикосанитарной части университета.

6. ПРОЦЕДУРЫ КОНТРОЛЯ И ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ В РАМКАХ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

6.1. Весовой коэффициент значимости дисциплины – ____

6.2. Процедуры текущей и промежуточной аттестации по дисциплине

| | | |
|--|--|-------------------------------------|
| 1. Лекции: не предусмотрены | | |
| 2. Практические/семинарские занятия: коэффициент значимости совокупных результатов практических/семинарских занятий – 1 | | |
| Текущая аттестация на практических/семинарских занятиях | Сроки – семестр, учебная неделя | Максимальная оценка в баллах |
| <i>Посещаемость</i> | 6, 1-17 | 34 |
| <i>Контрольное мероприятие № 1</i> | 6,7 | 40 |
| <i>Контрольное мероприятие № 2</i> | 6, 11 | 26 |
| Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по практическим/семинарским занятиям – 0.6 | | |
| Промежуточная аттестация по практическим/семинарским занятиям – зачет | | |
| Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по практическим/семинарским занятиям – 0.4 | | |
| 3. Лабораторные занятия: не предусмотрены | | |

6.3. Процедуры текущей и промежуточной аттестации курсовой работы/проекта
Не предусмотрено

6.4. Коэффициент значимости семестровых результатов освоения дисциплины

| | |
|--|--|
| Порядковый номер семестра по учебному плану, в котором осваивается дисциплина | Коэффициент значимости результатов освоения дисциплины в семестре |
| Семестр 6 | 1 |

ПРИЛОЖЕНИЕ 2
к рабочей программе дисциплины

7. ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ В РАМКАХ НЕЗАВИСИМОГО ТЕСТОВОГО КОНТРОЛЯ

Для проведения промежуточной аттестации используется *СМУДС УрФУ*
Структура тестовых материалов при использовании СМУДС УрФУ

| Код раздела | Раздел дисциплины | Код темы | Тема | Индекс вариации и темы | Наименование вариации | Число заданий в тесте |
|--------------------|---|-----------------|---|-------------------------------|------------------------------|------------------------------|
| 01 | Общие вопросы физической культуры и спорта | 010 | Эстетика физической культуры и спорта | | | 10 |
| | | 020 | Биологические и социально-биологические основы физической культуры | | | 15 |
| | | 030 | Физическая культура и спорт в общекультурной и профессиональной подготовке студента | | | 55 |
| 02 | Психофизиологические аспекты физкультурной и учебной деятельности | 110 | Физиологическая характеристика двигательной активности и формирования движений | | | 80 |
| | | 120 | Основы здорового образа жизни студента | | | 25 |
| | | 130 | Психофизиологические основы учебного труда студентов | | | 46 |
| | | 140 | Индивидуальный выбор видов спорта и систем физического воспитания | | | 62 |
| 03 | Педагогические аспекты физической | 210 | Педагогические основы физического | | | 50 |

| | | | | | | |
|----------------------|---|-----|---|--|--|------------|
| | культуры | | воспитания | | | |
| | | 220 | Общая и специальная физическая подготовка | | | 15 |
| | | 230 | Врачебный, педагогический контроль и самоконтроль при занятиях физической культурой | | | 30 |
| | | 240 | Основы методики самостоятельных занятий | | | 42 |
| 04 | Профессиональные аспекты физкультурной деятельности | 310 | Профессионально-прикладная подготовка студентов | | | 30 |
| | | 320 | Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра и специалиста | | | 40 |
| Всего заданий | | | | | | 500 |

Номер спецификации: <http://ls.urfu.ru/bank/disciplines/36/parts>

Время тестирования 25 мин.

Число заданий в тесте 50 шт.

Выбор заданий – случайным образом из соответствующего раздела, без повторения.

8. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

8.1. КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ В РАМКАХ БРС

В рамках БРС применяются утвержденные на кафедре критерии оценивания достижений студентов по каждому контрольно-оценочному мероприятию. Система критериев оценивания, как и при проведении промежуточной аттестации по модулю, опирается на три уровня освоения компонентов компетенций: пороговый, повышенный, высокий.

| Компоненты компетенций | Признаки уровня освоения компонентов компетенций | | |
|----------------------------|--|---|---|
| | пороговый | повышенный | высокий |
| Знания | Студент демонстрирует знание-знакомство, знание-копию: узнает объекты, явления и понятия, находит в них различия, проявляет знание источников получения информации, может осуществлять самостоятельно репродуктивные действия над знаниями путем самостоятельного воспроизведения и применения информации. | Студент демонстрирует аналитические знания: уверенно воспроизводит и понимает полученные знания, относит их к той или иной классификационной группе, самостоятельно систематизирует их, устанавливает взаимосвязи между ними, продуктивно применяет в знакомых ситуациях. | Студент может самостоятельно извлекать новые знания из окружающего мира, творчески их использовать для принятия решений в новых и нестандартных ситуациях. |
| Умения | Студент умеет корректно выполнять предписанные действия по инструкции, алгоритму в известной ситуации, самостоятельно выполняет действия по решению типовых задач, требующих выбора из числа известных методов, в предсказуемо изменяющейся ситуации | Студент умеет самостоятельно выполнять действия (приемы, операции) по решению нестандартных задач, требующих выбора на основе комбинации известных методов, в непредсказуемо изменяющейся ситуации | Студент умеет самостоятельно выполнять действия, связанные с решением исследовательских задач, демонстрирует творческое использование умений (технологий) |
| Личностные качества | Студент имеет низкую мотивацию учебной деятельности, проявляет безразличное, безответственное отношение к учебе, порученному делу | Студент имеет выраженную мотивацию учебной деятельности, демонстрирует позитивное отношение к обучению и будущей трудовой деятельности, проявляет активность. | Студент имеет развитую мотивацию учебной и трудовой деятельности, проявляет настойчивость и увлеченность, трудолюбие, самостоятельность, творческий подход. |

8.2. КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ НЕЗАВИСИМОГО ТЕСТОВОГО КОНТРОЛЯ

При проведении независимого тестового контроля как формы промежуточной аттестации применяется методика оценивания результатов, предлагаемая разработчиками тестов. Процентные показатели результатов независимого тестового контроля переводятся в баллы промежуточной аттестации по 100-балльной шкале в БРС:

- в случае балльной оценки по тесту (блокам, частям теста) переводится процент набранных баллов от общего числа возможных баллов по тесту;
- при отсутствии балльной оценки по тесту переводится процент верно выполненных заданий теста, от общего числа заданий.

8.3. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

8.3.1. Примерные задания для проведения мини-контрольных в рамках учебных занятий

Общая и специальная физическая подготовка, её цели и задачи;

Зоны и интенсивность физических нагрузок;

Формы занятий физическими упражнениями;

Особенности выбора форм, методов и средств физической культуры и спорта в рабочее и свободное время специалистов;

Методические основы производственной гимнастики

8.3.2. Примерные контрольные задачи в рамках учебных занятий

«не предусмотрено»

8.3.3. Примерные контрольные кейсы

«не предусмотрено»

8.3.4. Перечень примерных вопросов для зачета

«не предусмотрено»

8.3.5. Перечень примерных вопросов для экзамена

«не предусмотрено»

8.3.6. Ресурсы АПИМ УрФУ, СКУД УрФУ для проведения тестового контроля в рамках текущей и промежуточной аттестации

«Физическая культура» <http://ls.urfu.ru/bank/disciplines/36/parts>]

8.3.7. Ресурсы ФЭПО для проведения независимого тестового контроля

«не используются»

8.3.8. Интернет-тренажеры

«не используются»