

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«Национальный исследовательский ядерный университет «МИФИ»

**Обнинский институт атомной энергетики –**

филиал федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего образования  
«Национальный исследовательский ядерный университет «МИФИ»

**(ИАТЭ НИЯУ МИФИ)**

Одобрено на заседании

Ученого совета ИАТЭ НИЯУ МИФИ

протокол от 30.10.2023 г. №23.10

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**Элективные курсы по физической культуре**

*название дисциплины*

для студентов направления подготовки

06.03.01 Биология

Форма обучения: очная

г. Обнинск 2023 г.

## **1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

Цель дисциплины – формирование общекультурных компетенций: ОК-8 способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Задачи дисциплины –

1. сохранение и укрепление здоровья студентов, содействие правильному формированию и всестороннему развитию организма, поддержание высокой работоспособности на протяжении всего периода обучения;
2. понимание социальной значимости прикладной физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
3. знание научно - биологических, педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
4. формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
5. овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте;
6. приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
7. приобретение студентами необходимых знаний по основам теории, методике и организации физического воспитания и спортивной тренировки, подготовка к работе в качестве общественных инструкторов, тренеров и судей;
8. создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений;
9. совершенствования спортивного мастерства студентов – спортсменов.

## **2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ (далее – ОП) БАКАЛАВРИАТА**

Дисциплина реализуется в рамках части, формируемой участниками образовательных отношений и относится к модулю физической культуры.

Для освоения дисциплины необходимы компетенции, сформированные в рамках изучения следующих дисциплин «Физическая культура» (школьный курс)

Дисциплины и/или практики, для которых освоение данной дисциплины необходимо как предшествующее: «Педагогика и психология», «Безопасность жизнедеятельности».

Дисциплина изучается на 1-3 курсах в 1-6 семестрах.

## **4. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

В результате освоения ОП бакалавриата обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине:

Код компетенций	Наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<p>З-УК-7 Знать: виды физических упражнений; роль и значение физической культуры в жизни человека и общества; научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни</p> <p>У-УК-7 Уметь: применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности; использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни</p> <p>В-УК-7 Владеть: средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>

#### 4. ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ ДИСЦИПЛИНЫ

Направления/цели воспитания	Задачи воспитания (код)	Воспитательный потенциал дисциплин
Физическое воспитание	Формирование культуры здорового образа жизни, развитие способности к сохранению и укреплению здоровья (В8)	<p>Использование воспитательного потенциала дисциплин "Физическое воспитание" и "Военная подготовка" для:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирования у обучающихся ценностей здорового образа жизни, посредством популяризация физической культуры и позитивных жизненных установок, побуждения студентов к активному образу жизни и занятию спортом;</li> <li>- формирования навыков здорового образа жизни, потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом посредством проведения ежедневных физических тренировок, организации систематических занятий</li> </ul>

		обучающихся физической культурой, спортом и туризмом, в том числе в рамках спортивно-ориентированных секций.
--	--	--

**Организация интерактивных мероприятий и реализация специализированных заданий с воспитательным и социальным акцентом:**

1. Проведение внутривузовских соревнований по различным видам спорта, участие в студенческой спартакиаде НИЯУ МИФИ по летним видам спорта, в региональной спартакиаде среди студентов и др.;
2. Организация работы спортивных секций, тренажерных залов;
3. Участие студентов института в студенческих спартакиадах, региональных, всероссийских и международных чемпионатах и первенствах по различным видам спорта, в массовых спортивных и оздоровительных мероприятиях;
4. Участие студентов в сдаче норм ГТО.
5. Поддержка и развитие студенческого спортивного клуба «Атомные пантеры», киберспортивного клуба «Ядро», секции чирлидинга и др.
6. Организация и проведение мероприятий по популяризации здорового образа жизни (Дни здоровья, Дни донора, соревнования по «Лазертагу», туристические походы, флешмобы, лекции и беседы о вреде табакокурения, злоупотребления алкоголем, употребления наркотических, психотропных и психоактивных веществ и др.).

**5. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ В ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦАХ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ, ВЫДЕЛЕННЫХ НА КОНТАКТНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ПРЕПОДАВАТЕЛЕМ (ПО ВИДАМ ЗАНЯТИЙ) И НА САМОСТОЯТЕЛЬНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

Вид работы	Количество часов на вид работы по семестрам:						
	№ 1	№ 2	№3	№4	№5	№6	Всего
<b>Контактная работа обучающихся с преподавателем</b>							
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	54	54	54	54	54	58	328
В том числе:							
<i>лекции</i>	-	-	-	-	-	-	-
<i>практические занятия (из них в форме практической подготовки)</i>	54	54	54	54	54	58	328
<i>лабораторные занятия (из них в форме практической подготовки)</i>	-	-	-	-	-	-	-
<b>Промежуточная аттестация</b>							
В том числе:							
<i>зачет</i>							
<i>зачет с оценкой</i>	-	-	-	-	-	-	-
<i>экзамен</i>	-	-	-	-	-	-	-
<b>Самостоятельная работа</b>	-	-	-	-	-	-	-

<b>обучающихся</b>							
<b>Всего (часы):</b>	<b>54</b>	<b>54</b>	<b>54</b>	<b>54</b>	<b>54</b>	<b>58</b>	<b>328</b>
<b>Всего (зачетные единицы):</b>							

**6. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ, СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ) С УКАЗАНИЕМ ОТВЕДЕННОГО НА НИХ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ И ВИДОВ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ**

**6.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах)**

Неделя	Наименование раздела / темы дисциплины	Виды учебной работы				
		Лек	Пр	Лаб	Внеауд	СРО
1-2	1. Легкая атлетика (3,5 семестры) Общая физическая подготовка(2,4,6 семестры)		55			
3-4	2.Оздоровительная физическая культура		10			
5	3.Спортивные игры волейбол		30			
6	4.Силовая подготовка		28			
7	5.Оздоровительная физическая культура		10			
8-9	6.Спортивные игры баскетбол		55			
10	7.Оздоровительная физическая культура		10			
11-12	8.Настольный теннис		55			
13-14	9.Оздоровительная физическая культура		10			
15	10.Легкая атлетика (3,5 семестры) Общая физическая подготовка(2,4,6 семестры)		55			
16	11.Оздоровительная физическая культура		10			
	<b>Итого:</b>		328			
	<b>Всего:</b>		<b>328</b>			

Прим.: Лек – лекции, Пр – практические занятия / семинары, Лаб – лабораторные занятия, Внеауд – внеаудиторная контактная работа, СРО – самостоятельная работа обучающихся, ПП – практическая подготовка.

**6.2. Содержание дисциплины, структурированное по разделам (темам)**

Лекционный курс  
Не предусмотрен

Практические/семинарские занятия

*СЕМЕСТР 1*

Неделя	Наименование	Содержание
--------	--------------	------------

	раздела / темы дисциплины	
3-4	Оздоровительная физическая культура	<p>Легкая атлетика.</p> <p>Тема 1:</p> <p>1.1. Техника безопасности и пожарная безопасность на занятиях по физическому воспитанию. Инструктаж по видам спорта (настольный теннис, футбол, волейбол, баскетбол, шахматы).</p> <p>1.2. Ознакомление с дистанциями (спортивные залы ИАТЭ НИЯУ МИФИ, стадион «Старт» и т.д.) и оборудованием спортивных залов.</p> <p>1.3. Бег на короткие дистанции. Совершенствование техники спринтерского бега, высокий и низкий старт, до 40 м; стартовое ускорение, финиширование.</p> <p>1.4. Совершенствование техники спринтерского бега: бег с низкого старта со стартовым ускорением до 60 м.</p> <p>Тема 2:</p> <p>2.1. Тестирование физической подготовленности обучающегося. Тест Купера – 12' бег.</p> <p>2.2. Совершенствование техники длительного бега: бег в равномерном и переменном темпе.</p> <p>2.3. Спортивные игры (вид по выбору ведущего преподавателя).</p> <p>Тема 3:</p> <p>3.1 Особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности. Бег на дистанции 1000 м (юноши) и 500м (девушки). Техника бега, равномерный бег на местности средней интенсивности.</p> <p>3.2. Повторный бег на средние и длинные дистанции 1000 м, 2000 м. Техника бега: переменный бег средней и большой интенсивности, ОРУ.</p> <p>3.3. Спортивные игры (вид по выбору ведущего преподавателя).</p>
6	Силовая подготовка	<p>Легкая атлетика:</p> <p>Тема 4:</p> <p>4.1. Бег на длинные дистанции – 3000 м (юноши) и 2000 м (девушки). Техника бега, ОРУ, бег на равнинных участках по прямой и повороту, бег в гору и под уклон.</p> <p>4.2. Кросс с учетом времени 3000 м (юноши) и 2000 м (девушки).</p> <p>4.3. Спортивные игры (вид по выбору ведущего преподавателя).</p> <p>Тема 5:</p> <p>5.1. Длительный кроссовый бег (равномерный и переменный): до 40 мин (юноши); до 30 мин (девушки).</p> <p>5.2. Бег на средние дистанции – 600 м (юноши) и 300 м (девушки). Техника бега, специальные упражнения с ускорением – сериями на отрезках 20-80 м.</p> <p>5.4. Бег на средние дистанции – 600 м (юноши) и 300 м (девушки). Техника бега, специальные упражнения с ускорением; бег на равнинных участках по прямой и повороту, бег в гору и под уклон.</p> <p>5.3. Спортивные игры (вид по выбору ведущего преподавателя).</p> <p>Тема 6:</p> <p>6.1. Бег на короткие дистанции – 100 м (юноши и девушки). ОРУ. Выполнение специальных беговых упражнений сериями на отрезках – дистанции 20-60 м, бег с ускорением.</p> <p>6.2. Спортивные игры (вид по выбору ведущего преподавателя).</p>

8-9	Спортивные игры баскетбол	<p>Спортивные игры:</p> <p>Тема 7:</p> <p>7.1. Правила игры в баскетбол и волейбол: правила 3х, 5ти и 30ти секунд; понятие о взаимодействии игроков в нападении; правила перехода игроков; правила игры по зонам; правила выполнения нападающего удара.</p> <p>7.2. Совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов, стоек; комбинации из освоенных элементов техники передвижений; в парах в нападающей и защитной стойке.</p> <p>7.3. Спортивные игры (вид по выбору ведущего преподавателя).</p> <p>Тема 8:</p> <p>8.1. Совершенствование техники ловли и передачи мяча: варианты ловли и передач мяча без сопротивления и с сопротивлением защитника, различными способами на месте и в движении.</p> <p>8.2. Совершенствование техники ведения мяча: варианты ведения мяча без сопротивления и с сопротивлением защитника.</p> <p>8.3. Спортивные игры (вид по выбору ведущего преподавателя).</p> <p>Тема 9:</p> <p>9.1. Совершенствование техники бросков мяча: варианты бросков мяча; на точность и быстроту; в движении одной рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния и из под щита; штрафные броски; дистанционные броски.</p> <p>9.2. Совершенствование техники перемещений; тактики игры: индивидуальные, групповые и командные тактические действия: в нападении, в защите.</p> <p>9.3. Спортивные игры (вид по выбору ведущего преподавателя).</p>
11-12	Настольный теннис	<p>Спортивные игры (волейбол):</p> <p>Тема 10:</p> <p>10.1. Совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек в волейболе – комбинации из основных элементов техники передвижений (шагом, бегом, скачком, прыжком, нападением).</p> <p>10.2. Спортивные игры (вид по выбору ведущего преподавателя).</p> <p>Тема 11:</p> <p>11.1. Совершенствование техники приема и передач мяча (верхняя и нижняя): варианты техники приема и передач мяча.</p> <p>11.2. Спортивные игры (вид по выбору ведущего преподавателя).</p> <p>Тема 12:</p> <p>12.1. Совершенствование техники нападающего удара: имитация нижнего удара в прыжке толчком двумя ногами с места и с разбега в 1, 2, 3 шага; атакующие удары по ходу.</p> <p>12.2. Спортивные игры (вид по выбору ведущего преподавателя).</p> <p>Тема 13:</p> <p>13.1. Совершенствование техники защитных действий, тактики игры: индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите.</p> <p>13.2. Спортивные игры (вид по выбору ведущего преподавателя).</p> <p>Тема 14:</p> <p>14.1. Контроль за уровнем усвоения учебного материала: штрафные броски, дистанционные броски.</p> <p>14.2. Учебная игра с соблюдением правил, тактических и технических действий.</p> <p>14.3. Спортивные игры (вид по выбору ведущего преподавателя).</p>

15	Легкая атлетика (3,5 семестры) Общая физическая подготовка(2,4, 6 семестры)	Силовая подготовка: Тема 15: 15.1 Развитие двигательных качеств: силовые способности и силовая выносливость – сгибание и разгибание рук в упоре: юноши от пола, девушки с опорой руками на гимнастическую скамейку. 15.2 Спортивные игры (вид по выбору ведущего преподавателя). Тема 16: 16.1. Развитие двигательных качеств: силовые способности и силовая выносливость – подтягивание из виса на перекладине (юноши), из виса лежа (девушки). 16.2. Спортивные игры (вид по выбору ведущего преподавателя). Тема 17: 17.1 Развитие силовой выносливости: упражнения для укрепления мышц брюшного пресса на гимнастической скамейке (юноши и девушки). 17.2. Проверка уровня физической подготовленности – подъем прямых ног в висе на шведской стенке, сгибание и разгибание рук в упоре лежа от пола (юноши), от скамейки (девушки) 17.3. Спортивные игры (вид по выбору ведущего преподавателя). Тема 18: 18.1. Развитие двигательных качеств: гибкость – общеразвивающие упражнения с повышенной амплитудой для различных суставов; из седа (ноги вместе, врозь, одна нога в сторону и согнута в колене) наклонов вперед и с захватом ног. 18.2. Спортивные игры (вид по выбору ведущего преподавателя).
16	Оздоровительная физическая культура	Силовая подготовка: Тема 19: 19.1. Развитие двигательных качеств: скоростно-силовые способности – прыжки со скакалкой; передвижение на 10 – 15 м, подскоками в упоре лежа (юноши); передвижение ногами вперед в упоре сзади в быстром темпе. 19.2. Обучение технике прыжка в длину с места. 19.3. Проверка уровня физической подготовленности-прыжки в длину с места. 19.4. Спортивные игры (вид по выбору ведущего преподавателя). Тема 20: 20.1. Проверка уровня физической подготовленности – подтягивание на перекладине: из виса (юноши) и из виса лежа (девушки); приседание на правой и левой ноге. 20.2. Проверка уровня физической подготовленности – подъем прямых ног в висе на шведской стенке, сгибание и разгибание рук в упоре лежа от пола (юноши), от скамейки (девушки). Тема 21: Развитие двигательных качеств: координационные способности – челночный бег 10 x 9 м. Тема 22: Эстафеты и игры.

*СЕМЕСТР 2*

Неделя	Наименование раздела / темы дисциплины	Содержание
--------	--	------------

1-2	Легкая атлетика (3,5 семестры) Общая физическая подготовка(2,4, 6 семестры)	Тема 1: Техника безопасности и пожарная безопасность на занятиях по физическому воспитанию. Инструктаж по видам спорта (настольный теннис, футбол, волейбол, баскетбол, шахматы). Ознакомление с дистанциями (спортивные залы ИАТЭ НИЯУ МИФИ, стадион «Старт» и т.д.) и оборудованием спортивных залов.
1-2		Тема 2: Бег по пересеченной местности (комплекс упражнений общей физической подготовки)
1-2		Тема 3: Ведение и обводка, отбор мяча в футболе. Комплекс упражнений общей физической подготовки.
1-2		Тема 4: Отбор мяча, вбрасывание мяча. Комплекс упражнений общей физической подготовки.
1-2		Тема 5: Игра вратаря. Комплекс упражнений общей физической подготовки.
1-2		Тема 6: Бег по пересеченной местности. Челночный бег.
1-2		Тема 7: Оздоровительная физическая культура с элементами лечебной физической культуры.
3-4	Оздоровительная физическая культура	Тема 8: Оздоровительная физическая культура с элементами лечебной физической культуры.
5	Спортивные игры волейбол	Тема 9: Волейбол. Раскрытие систем розыгрыша. Выполнение нападающего удара. Контрольное тестирование.
5		Тема 10: Волейбол. Тактика игры волейболистов по зонам. Задачи игры «Либеро». Схемы розыгрыша. Выполнение блокировки нападающего удара. Контрольное тестирование.
6	Силовая подготовка	Тема 11: Пресс (силовая подготовка). Контрольное тестирование.
6-7	Силовая подготовка Оздоровительная физическая культура	Тема 12: Подтягивание (силовая подготовка): - девушки на нижней перекладине; - юноши из виса на высокой перекладине. Контрольное тестирование. Комплекс оздоровительной гимнастики (разучивание).
6-7	Силовая подготовка Оздоровительная физическая культура	Тема 13: Отжимание (силовая подготовка) для юношей и сгибание и разгибание рук в упоре лежа для девушек. Контрольное тестирование. Комплекс оздоровительной гимнастики (разучивание)
7	Оздоровительная физическая культура	Тема 14 (промежуточный контроль) Разучить и продемонстрировать комплекс оздоровительной гимнастики по выбору обучающегося).
8-9	Спортивные игры баскетбол	Тема 15: Стритбол. Средства и способы ведения игры. Техника безопасности. Выполнение штрафного броска в кольцо. Контрольное тестирование.
8-9		Тема 16: Техника и тактика игры в баскетбол. Передвижения в бас-

		кетболе. Стойка баскетболиста. Перемещение: бег, остановки, приставной шаг, прыжки. Выполнение 3-х очкового броска. Контрольное тестирование.
8-9,10	Спортивные игры баскетбол Оздоровительная физическая культура	Тема 17: Понятие «Тактика баскетбола», тактика защиты баскетбола(индивидуальные и групповые взаимодействия). Выполнение ведения мяча со сменой направления движения. Контрольное тестирование. Комплекс оздоровительной гимнастики (разучивание)
8-9,10	Спортивные игры баскетбол Оздоровительная физическая культура	Тема 18: Методика обучения ловли и передачам мяча. Держание мяча. Передача двумя руками от груди. Ловля мяча двумя руками. Выполнение ведения 2 мячей одновременно. Контрольное тестирование. Комплекс оздоровительной гимнастики (разучивание).
8-9,10	Спортивные игры баскетбол Оздоровительная физическая культура	Тема 19: Стратегия в спорте и соревновательной деятельности. Выполнение скрытной передачи мяча. Контрольное тестирование. Оздоровительная гимнастика.
11-12	Настольный теннис	Тема 20: Настольный теннис. Упражнения в парной игре. Специальные физические упражнения. Передвижения. Упражнения с ракеткой и шариком. Контрольное тестирование.
11-12		Тема 21: Настольный теннис. Упражнения в парной игре. Специальные физические упражнения. Силовые упражнения. Упражнения на выносливость. Техника подачи толчком. Контрольное тестирование.
11-12		Тема 22: Настольный теннис. Упражнения в парной игре. Специальные физические упражнения. Соревновательная практика. Игра толчком справа и слева. Контрольное тестирование.
11-12		Тема 23: Настольный теннис. Упражнения в парной игре. Специальные физические упражнения. Соревновательная практика. Атакующие удары по диагонали. Контрольное тестирование.
11-12		Тема 24: Настольный теннис. Упражнения в парной игре. Специальные физические упражнения. Соревновательная практика. Атакующие удары по линии. Контрольное тестирование.
10-12		Тема 25: Восстановительные мероприятия. Оздоровительная гимнастика.
13-14	Оздоровительная физическая культура	Тема 26 (промежуточный контроль) Принять участие в турнире по настольному теннису. Сдача комплекса оздоровительной гимнастики. (По выбору обучающегося).
15	Легкая атлетика Общая физическая	Тема 27: Бег по пересеченной местности, игра в футбол. Отработка общефизической подготовки (комплекс упражнений).
15		Тема 28:

	подготовка	Ведение и обводка, отбор мяча. Отработка общефизической подготовки (комплекс упражнений).
15		Тема 29: Отбор мяча, вбрасывание мяча. Отработка общефизической подготовки (комплекс упражнений).
15		Тема 30: Вбрасывание мяча, игра вратаря. Отработка общефизической подготовки (комплекс упражнений).
15		Тема 31: Тренировочная игра. Отработка общефизической подготовки (комплекс упражнений).
15-16	Легкая атлетика Общая физическая подготовка Оздоровительная физическая культура	Тема 32: Двухсторонняя игра. Отработка общефизической подготовки (комплекс упражнений). Оздоровительная гимнастика (разучивание комплекса).
		Тема 33: Учебно- тренировочная игра. Отработка общефизической подготовки (комплекс упражнений). Оздоровительная гимнастика (нетрадиционный вид по выбору обучающегося).
		Тема 34: Длительный бег в равномерном темпе. Подвижные игры и эстафеты с прыжками и преодолением препятствий. Оздоровительная гимнастика по методу Стрельниковой.

### СЕМЕСТР 3

Неделя	Наименование раздела / темы дисциплины	Содержание
1-2	Легкая атлетика Общая физическая подготовка	Тема 1: Техника безопасности и пожарная безопасность на занятиях по физическому воспитанию. Инструктаж по видам спорта (настольный теннис, футбол, волейбол, баскетбол, шахматы). Ознакомление с дистанциями (спортивные залы ИАТЭ НИЯУ МИФИ, стадион «Старт» и т.д.) и оборудованием спортивных залов.
		Тема 2: Тест Купера (юноши, девушки). Контрольное тестирование. Восстановительные мероприятия.
		Тема 3: Бег на короткие дистанции (юноши, девушки). Контрольное тестирование.
		Тема 4: Бег на длинные дистанции (юноши, девушки). Контрольное тестирование.
		Тема 5: Бег на средние дистанции (юноши, девушки). Контрольное тестирование.
		Тема 6: Прыжок в длину (юноши, девушки). Контрольное тестирование.
		Тема 7: Оздоровительная гимнастика. Нетрадиционные виды

		оздоровительной гимнастики.
3-4	Оздоровительная физическая культура	Тема 8: Оздоровительная гигиеническая гимнастика с элементами лечебной физической культуры.
5	Спортивные игры волейбол	Тема 9: Волейбол. Определение победителя в игре. Выполнение подачи мяча (силовой). . Контрольное тестирование.
		Тема 10: Волейбол. Задачи игроков нападения. Выполнение падения, переката через плечо. Контрольное тестирование.
6	Силовая подготовка	Тема 11: Пресс (силовая подготовка). Контрольное тестирование.
6-7	Силовая подготовка Оздоровительная физическая культура	Тема 12: Подтягивание (силовая подготовка): - девушки на нижней перекладине; - юноши из виса на высокой перекладине. Контрольное тестирование. Комплекс оздоровительной гимнастики (разучивание).
		Тема 13: Отжимание (силовая подготовка) для юношей и сгибание и разгибание рук в упоре лежа для девушек. Контрольное тестирование. Комплекс оздоровительной гимнастики (разучивание)
7	Оздоровительная физическая культура	Тема 14 (промежуточный контроль) Разучить и продемонстрировать комплекс оздоровительной гимнастики по выбору обучающегося).
8-9	Спортивные игры баскетбол	Тема 15: Стритбол. Спортивная тактика. Методика ведения мяча. Выполнение заслона. Контрольное тестирование.
		Тема 16: Техника и тактика игры в баскетбол. Передвижения в баскетболе. Стойка баскетболиста. Перемещение: бег, остановки, приставной шаг, прыжки. Выполнение 3-х очкового броска. Контрольное тестирование.
8-10	Спортивные игры баскетбол Оздоровительная физическая культура	Тема 17: Понятие «Тактика баскетбола», тактика нападения баскетбола (командные взаимодействия). Передача мяча с отскоком об пол
		Тема 18: Понятие «Тактика баскетбола», тактика нападения баскетбола (командные взаимодействия). Прыжок вверх отталкиваясь двумя ногами с места.Контрольное тестирование. Комплекс оздоровительной гимнастики (разучивание).
		Тема 19: Понятие «Тактика стритбола», тактика нападения баскетбола (командные взаимодействия). Передача мяча с отскоком об пол. Прыжок вверх отталкиваясь двумя ногами с места. Контрольное тестирование. Оздоровительная гимнастика.
11-12	Настольный теннис	Тема 20: Игра в защите. Упражнения на гибкость. Комбинации. Контрольное тестирование.
		Тема 21: Настольный теннис. Тактические схемы. Тактика атаки после толчка. Контрольное тестирование.

		<p>Тема 22: Настольный теннис. Игра с тренером. Тактика атаки после подрезки. Контрольное тестирование.</p> <p>Тема 23: Настольный теннис. Выполнение подач разными ударами. Контрольное тестирование.</p> <p>Тема 24: Настольный теннис. Оборудование, форматы соревнований, официальные правила Контрольное тестирование.</p>
11-14	<p>Настольный теннис</p> <p>Оздоровительная физическая культура</p>	<p>Тема 25: Восстановительные мероприятия. Оздоровительная гимнастика.</p>
14	Настольный теннис	<p>Тема 26 (промежуточный контроль) Принять участие в турнире по настольному теннису.</p>
15	<p>Легкая атлетика</p> <p>Общая физическая подготовка</p>	<p>Тема 27: Перемещения и остановки. Учебная игра. Отработка общефизической подготовки (комплекс упражнений).</p> <p>Тема 28: Ловля и передача мяча. Учебно- тренировочная игра. Отработка общефизической подготовки (комплекс упражнений).</p> <p>Тема 29: Перемещения и остановки, ловля и передача мяча. Учебно - тренировочная игра. Отработка общефизической подготовки (комплекс упражнений).</p> <p>Тема 30: Ведение мяча правой и левой рукой. Учебно- тренировочная игра. Отработка общефизической подготовки (комплекс упражнений).</p> <p>Тема 31: Броски мяча в кольцо с разных зон. Учебная игра. Отработка общефизической подготовки (комплекс упражнений).</p>
15-16	<p>Легкая атлетика</p> <p>Общая физическая подготовка</p> <p>Оздоровительная физическая культура 10,11</p>	<p>Тема 32: Овладение мячом и противодействия. Учебно - тренировочная игра. Отработка общефизической подготовки (комплекс упражнений). Оздоровительная гимнастика (разучивание комплекса).</p> <p>Тема 33: Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Отработка общефизической подготовки (комплекс упражнений). Оздоровительная гимнастика (нетрадиционный вид по выбору обучающегося).</p>
16	Оздоровительная физическая культура	<p>Тема 34: Длительный бег в равномерном темпе. Оздоровительная гимнастика для профессионально - прикладной физической культуры.</p>

		Тема 35: Оздоровительная гимнастика с элементами лечебной физической культуры).
		Тема 36: Длительный бег в равномерном темпе. Подвижные игры и эстафеты с прыжками и преодолением препятствий. Оздоровительная гимнастика по методу Стрельниковой.

#### 4 СЕМЕСТР

Неделя	Наименование раздела / темы дисциплины	Содержание
1-2	Легкая атлетика  Общая физическая подготовка	Тема 1: Техника безопасности и пожарная безопасность на занятиях по физическому воспитанию. Инструктаж по видам спорта (настольный теннис, футбол, волейбол, баскетбол, шахматы). Ознакомление с дистанциями (спортивные залы ИАТЭ НИЯУ МИФИ, стадион «Старт» и т.д.) и оборудованием спортивных залов.
		Тема 2: Прием мяча и передача мяча. Отработка общефизической подготовки (комплекс упражнений).
		Тема 3: Подача и прием мяча. Отработка общефизической подготовки (комплекс упражнений).
		Тема 4: Нападающий удар, блокирование мяча. Отработка общефизической подготовки (комплекс упражнений).
		Тема 5: Учебно - тренировочная игра. Отработка общефизической подготовки (комплекс упражнений).
		Тема 6: Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Отработка общефизической подготовки (комплекс упражнений).
		Тема 7: Групповые и тактические действия в нападении и защите. Отработка общефизической подготовки (комплекс упражнений). Оздоровительная гимнастика. Нетрадиционные виды оздоровительной гимнастики.
3-4	Оздоровительная физическая культура	Тема 8: Командные тактические действия в нападении и защите. Отработка общефизической подготовки (комплекс упражнений). Оздоровительная гимнастика (нетрадиционный вид по выбору обучающегося).
5	Спортивные игры волейбол	Тема 9: Волейбол. Раскрытие систем розыгрыша. Выполнение нападающего удара. Контрольное тестирование.
		Тема 10: Волейбол. Тактика игры волейболистов по зонам. Задачи игры «Либеро». Схемы розыгрыша. Выполнение блокировки

		нападающего удара. Контрольное тестирование.
6	Силовая подготовка	Тема 11: Пресс (силовая подготовка). Контрольное тестирование.
6-7	Силовая подготовка  Оздоровительная физическая культура	Тема 12: Подтягивание (силовая подготовка): - девушки на нижней перекладине; - юноши из виса на высокой перекладине. Контрольное тестирование. Комплекс оздоровительной гимнастики (разучивание).
		Тема 13: Отжимание (силовая подготовка) для юношей и сгибание и разгибание рук в упоре лежа для девушек. Контрольное тестирование. Комплекс оздоровительной гимнастики (разучивание)
7	Оздоровительная физическая культура	Тема 14 (промежуточный контроль) Разучить и продемонстрировать комплекс оздоровительной гимнастики по выбору обучающегося).
8-9	Спортивные игры баскетбол	Тема 15: Стритбол. Средства и способы ведения игры. Техника безопасности. Выполнение штрафного броска в кольцо. Контрольное тестирование.
		Тема 16: Техника и тактика игры в баскетбол. Передвижения в баскетболе. Стойка баскетболиста. Перемещение: бег, останов-ки, приставной шаг, прыжки. Выполнение 3-х очкового броска. Контрольное тестирование.
8-10	Спортивные игры баскетбол  Оздоровительная физическая культура	Тема 17: Понятие «Тактика баскетбола», тактика защиты баскетбола (индивидуальные и групповые взаимодействия). Выполнение ведения мяча со сменой направления движения. Контрольное тестирование. Комплекс оздоровительной гимнастики (разучивание)
		Тема 18: Методика обучения ловли и передачам мяча. Держание мяча. Передача двумя руками от груди. Ловля мяча двумя руками. Выполнение ведения 2 мячей одновременно. Контрольное тестирование. Комплекс оздоровительной гимнастики (разучивание).
		Тема 19: Стратегия в спорте и соревновательной деятельности. Выполнение скрытной передачи мяча. Контрольное тестирование. Оздоровительная гимнастика.
11-12	Настольный теннис	Тема 20: Настольный теннис. Упражнения в парной игре. Специальные физические упражнения. Передвижения. Упражнения с ракеткой и шариком. Контрольное тестирование.
		Тема 21: Настольный теннис. Упражнения в парной игре. Специальные физические упражнения. Силовые упражнения. Упражнения на выносливость. Техника подачи толчком. Контрольное тестирование.

		<p>Тема 22: Настольный теннис. Упражнения в парной игре. Специальные физические упражнения. Соревновательная практика. Игра толчком справа и слева. Контрольное тестирование.</p> <p>Тема 23: Настольный теннис. Упражнения в парной игре. Специальные физические упражнения. Соревновательная практика. Атакующие удары по диагонали. Контрольное тестирование.</p> <p>Тема 24: Настольный теннис. Упражнения в парной игре. Специальные физические упражнения. Соревновательная практика. Атакующие удары по линии. Контрольное тестирование.</p>
11-14	<p>Настольный теннис</p> <p>Оздоровительная физическая культура</p>	<p>Тема 25: Восстановительные мероприятия. Оздоровительная гимнастика.</p> <p>Тема 26 (промежуточный контроль) Принять участие в турнире по настольному теннису. Сдача комплекса оздоровительной гимнастики.( по выбору обучающегося).</p>
15	<p>Легкая атлетика</p> <p>Общая физическая подготовка</p>	<p>Тема 27: Техника безопасности и пожарная безопасность на занятиях по физическому воспитанию. Инструктаж по видам спорта (настольный теннис, футбол, волейбол, баскетбол, шахматы). Ознакомление с дистанциями (спортивные залы ИАТЭ НИЯУ МИФИ, стадион «Старт» и т.д.) и оборудованием спортивных залов.</p> <p>Тема 28: Тест Купера (юноши, девушки). Контрольное тестирование. Восстановительные мероприятия.</p> <p>Тема 29: Бег на короткие дистанции (юноши, девушки). Контрольное тестирование.</p> <p>Тема 30: Бег на длинные дистанции (юноши, девушки). Контрольное тестирование.</p> <p>Тема 31: Бег на средние дистанции (юноши, девушки). Контрольное тестирование.</p>
15-16	<p>Легкая атлетика</p> <p>Общая физическая подготовка</p> <p>Оздоровительная физическая культура</p>	<p>Тема 32: Прыжок в длину (юноши, девушки). Контрольное тестирование.</p> <p>Тема 33: Оздоровительная гимнастика. Нетрадиционные виды оздоровительной гимнастики.</p>
16	<p>Оздоровительная физическая культура</p>	<p>Тема 34: Оздоровительная гигиеническая гимнастика с элементами лечебной физической культуры.</p>

## 5 СЕМЕСТР

Неделя	Наименование раздела / темы дисциплины	Содержание
1-2	Легкая атлетика (3,5 семестры) Общая физическая подготовка (2,4,6 семестры)	Тема 1: Техника безопасности и пожарная безопасность на занятиях по физическому воспитанию. Инструктаж по видам спорта (настольный теннис, футбол, волейбол, баскетбол, шахматы). Ознакомление с дистанциями (спортивные залы ИАТЭ НИЯУ МИФИ, стадион «Старт» и т.д.) и оборудованием спортивных залов.
		Тема 2: Тест Купера (юноши, девушки). Контрольное тестирование. Восстановительные мероприятия.
		Тема 3: Бег на короткие дистанции (юноши, девушки). Контрольное тестирование.
		Тема 4: Бег на длинные дистанции (юноши, девушки). Контрольное тестирование.
		Тема 5: Бег на средние дистанции (юноши, девушки). Контрольное тестирование.
		Тема 6: Прыжок в длину (юноши, девушки). Контрольное тестирование.
		Тема 7: Оздоровительная гимнастика. Нетрадиционные виды оздоровительной гимнастики.
3-4	Оздоровительная физическая культура	Тема 8: Оздоровительная гигиеническая гимнастика с элементами лечебной физической культуры.
5	Спортивные игры волейбол	Тема 9: Волейбол. Тактические действия команды при игре в обороне. Выполнение контрольного норматива технической подготовки. Контрольное тестирование.
		Тема 10: Волейбол. Правила замены игроков, перерывов в партиях. Выполнение контрольного норматива интегральной подготовки. Контрольное тестирование.
6	Силовая подготовка	Тема 11: Пресс (силовая подготовка). Контрольное тестирование.
6-7	Силовая подготовка Оздоровительная физическая культура	Тема 12: Подтягивание (силовая подготовка): - девушки на нижней перекладине; - юноши из виса на высокой перекладине. Контрольное тестирование. Комплекс оздоровительной гимнастики (разучивание).
		Тема 13: Отжимание (силовая подготовка) для юношей и

		сгибание и разгибание рук в упоре лежа для девушек. Контрольное тестирование. Комплекс оздоровительной гимнастики (разучивание)
7	Оздоровительная физическая культура	Тема 14 (промежуточный контроль) Разучить и продемонстрировать комплекс оздоровительной гимнастики по выбору обучающегося).
8-9	Спортивные игры баскетбол	Тема 15: Изучение и практическое применение средств восстановления в баскетболе и повышение работоспособности. Выполнение оздоровительного комплекса. Контрольное тестирование.
		Тема 16: Техника и тактика игры в баскетбол. Методика обучения остановок после бега и ведения. Выполнение остановки прыжком. Контрольное тестирование.
8-10	Спортивные игры баскетбол  Оздоровительная физическая культура	Тема 17 Методика обучения остановок после бега и ведения. Выполнение остановки двумя шагами. Контрольное тестирование.
		Тема 18: Изучение физических качеств баскетболиста. Практическое изучение средств и методов развития физических качеств. Выполнение комплекса упражнений. Контрольное тестирование. Комплекс оздоровительной гимнастики (разучивание).
		Тема 19: Организация и проведение массовых мероприятий по баскетболу и стритболу. Выполнение прыжка в длину с места. Контрольное тестирование. Оздоровительная гимнастика.
11-12	Настольный теннис	Тема 20: Отработка ударов накатом. Отработка ударов срезкой. Упражнения в парной игре. Игра с тренером. Контрольное тестирование.
		Тема 21: Настольный теннис. Поочередные удары левой и правой стороной ракетки. Упражнения в парной игре. Игра с тренером. Контрольное тестирование.
		Тема 22: Настольный теннис. Атакующие удары справа, разной силы и направления. Упражнения в парной игре. Игра с тренером. Контрольное тестирование.
		Тема 23: Настольный теннис. Атакующие удары слева, разной силы и направления. Упражнения в парной игре. Игра с тренером. Контрольное тестирование.
		Тема 24: Настольный теннис. Топ спин справа. Топ спин слева. Упражнения в парной игре. Игра с тренером. Контрольное тестирование.
11-14	Настольный теннис  Оздоровительная физическая культура	Тема 25: Восстановительные мероприятия. Оздоровительная гимнастика.

11-12	Настольный теннис	Тема 26 (промежуточный контроль) Принять участие в турнире по настольному теннису.
15	Легкая атлетика Общая физическая подготовка	Тема 27: Бег на короткие дистанции. Отработка общефизической подготовки (комплекс упражнений).
		Тема 28: Бег по пересеченной местности. Отработка общефизической подготовки (комплекс упражнений).
		Тема 29: Бег на средние дистанции. Отработка общефизической подготовки (комплекс упражнений).
		Тема 30: Отработка общефизической подготовки в процессе ускорения (комплекс упражнений).
		Тема 31: Отработка общефизической подготовки в беге по повороту, стартовый разбег (комплекс упражнений).
15-16	Легкая атлетика Общая физическая подготовка  Оздоровительная физическая культура	Тема 32: Отработка общефизической подготовки (комплекс упражнений) - старт. Оздоровительная гимнастика (разучивание комплекса).
		Тема 33: Отработка общефизической подготовки (комплекс упражнений) - финиш. Оздоровительная гимнастика (нетрадиционный вид по выбору обучающегося).
16	Оздоровительная физическая культура	Тема 34 Длительный бег в равномерном темпе. Оздоровительная гимнастика для профессионально - прикладной физической культуры (специальность - физика).
		Тема 35 Оздоровительная гимнастика с элементами лечебной физической культуры).
		Тема 36: Длительный бег в равномерном темпе. Подвижные игры и эстафеты с прыжками и преодолением препятствий. Оздоровительная гимнастика по методу Стрельниковой.

## 6 СЕМЕСТР

Неделя	Наименование раздела / темы дисциплины	Содержание
1-2	Легкая атлетика Общая физическая подготовка	Тема 1: Техника безопасности и пожарная безопасность на занятиях по физическому воспитанию. Инструктаж по видам спорта (настольный теннис, футбол, волейбол, баскетбол, шахматы). Ознакомление с дистанциями (спортивные залы ИАТЭ НИЯУ МИФИ, стадион «Старт» и т.д.) и оборудованием спортивных залов.
		Тема 2:

		<p>Прием и передача мяча. Отработка общефизической подготовки (комплекс упражнений) - старт.</p> <p>Тема 3: Верхняя подача, нижняя подача. Отработка общефизической подготовки (комплекс упражнений) .</p> <p>Тема 4: Учебно - тренировочная игра. Отработка общефизической подготовки (комплекс упражнений) - старт. Участие в комплексной эстафете.</p> <p>Тема 5: Нападающий удар и блокирование мяча. Отработка общефизической подготовки (комплекс упражнений) - старт.</p> <p>Тема 6: Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Отработка общефизической подготовки (комплекс упражнений). Комплекс упражнений (распосовка)</p> <p>Тема 7: Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Отработка общефизической подготовки (комплекс упражнений). Оздоровительная гимнастика (разучивание комплекса).</p>
3-4	Оздоровительная физическая культура	<p>Тема 8: Учебно- тренировочная игра. Отработка общефизической подготовки (комплекс упражнений). Оздоровительная гимнастика (нетрадиционный вид по выбору обучающегося).</p>
5	Спортивные игры волейбол	<p>Тема 9: Волейбол. Тактические действия команды при игре в атаке. Выполнить игровые приемы техники нападения и защиты. Контрольное тестирование. Соревновательная практика.</p> <p>Тема 10: Волейбол. Изучение - какой способ приема мяча с подачи считается наиболее надежным. Выполнение. Контрольное тестирование. Соревновательная практика.</p>
6	Силовая подготовка	<p>Тема 11: Пресс (силовая подготовка). Контрольное тестирование.</p>
6-7	Силовая подготовка Оздоровительная физическая культура	<p>Тема 12: Подтягивание (силовая подготовка): - девушки на нижней перекладине; - юноши из виса на высокой перекладине. Контрольное тестирование. Комплекс оздоровительной гимнастики (разучивание).</p> <p>Тема 13: Отжимание (силовая подготовка) для юношей и сгибание и разгибание рук в упоре лежа для девушек. Контрольное тестирование. Комплекс оздоровительной гимнастики (разучивание)</p>
7	Оздоровительная физическая культура	<p>Тема 14 (промежуточный контроль) Разучить и продемонстрировать комплекс оздоровительной гимнастики по выбору обучающегося).</p>
8-9	Спортивные игры баскетбол	<p>Тема 15: Средства спортивной тренировки. Тренировочные и соревновательные нагрузки. Методика проведения разминки(общеразвивающие упражнения). Выполнение</p>

		комплекса ОРУ. Контрольное тестирование.
		Тема 16: Методика совершенствования передач в движении. Выполнение передачи в парах. Контрольное тестирование.
8-10	Спортивные игры баскетбол Оздоровительная физическая культура	Тема 17: Методика совершенствования передач в движении. Выполнение передачи в тройках. Контрольное тестирование. Комплекс оздоровительной гимнастики (разучивание)
		Тема 18: Методика совершенствования передач в движении. Игра без ведения контрольное тестирование. Комплекс оздоровительной гимнастики (разучивание).
		Тема 19: Положение о соревнованиях, Методика составления, основные разделы. Методика проведения разминки (упражнения беговые). Контрольное тестирование. Оздоровительная гимнастика.
11-12	Настольный теннис	Тема 20: Настольный теннис. Упражнения в парной игре. Удар подставкой. Техника выполнения ударов по высокому мячу. Упражнения в парной игре. Игра с тренером. Контрольное тестирование.
		Тема 21: Настольный теннис. Упражнения в парной игре. Удары срезкой справа. Упражнения в парной игре. Игра с тренером. Контрольное тестирование.
		Тема 22: Настольный теннис. Упражнения в парной игре. Удары срезкой слева. Стиль игры подрезка + атакующий удар. Упражнения в парной игре. Игра с тренером. Контрольное тестирование.
		Тема 23: Настольный теннис. Упражнения в парной игре. Удары накатом справа. Упражнения в парной игре. Игра с тренером. Соревновательная практика. Атакующие удары по диагонали. Контрольное тестирование.
		Тема 24: Настольный теннис. Упражнения в парной игре. Удары накатом слева Упражнения в парной игре. Игра с тренером. Соревновательная практика. Атакующие удары по линии. Контрольное тестирование.
13-14	Настольный теннис Оздоровительная физическая культура	Тема 25: Восстановительные мероприятия. Оздоровительная гимнастика.
11-12	Настольный теннис	Тема 26 (промежуточный контроль) Принять участие в турнире по настольному теннису.
15	Легкая атлетика Общая физическая подготовка	Тема 27: Техника безопасности и пожарная безопасность на занятиях по физическому воспитанию. Инструктаж по видам спорта (настольный теннис, футбол, волейбол, баскетбол, шахматы). Ознакомление с дистанциями (спортивные залы ИАТЭ НИЯУ МИФИ, стадион «Старт» и т.д.) и оборудованием спортивных

		залов.
		Тема 28: Тест Купера (юноши, девушки). Контрольное тестирование. Восстановительные мероприятия.
		Тема 29: Бег на короткие дистанции (юноши, девушки). Контрольное тестирование.
		Тема 30: Бег на длинные дистанции (юноши, девушки). Контрольное тестирование.
		Тема 31: Бег на средние дистанции (юноши, девушки). Контрольное тестирование.
15-16	Легкая атлетика Общая физическая подготовка  Оздоровительная физическая культура	Тема 32: Прыжок в длину (юноши, девушки). Контрольное тестирование.  Тема 33: Учебно- тренировочная игра. Отработка общефизической подготовки (комплекс упражнений). Оздоровительная гимнастика (нетрадиционный вид по выбору обучающегося).

*Лабораторные занятия*  
Не предусмотрены

## **7. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

1. Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка: учебное пособие для среднего профессионального образования / А.А. Зайцев, В. Ф. Зайцева, С.Я. Луценко, Э. В. Мануйленко. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 227 с.
2. Элективные курсы по физической культуре и спорту: учебно-методическое пособие / составители Е. В. Климова [и др.]. — Новосибирск: СГУПС, 2019. — 42 с.
3. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Е.С. Григорович [и др.]. — Электрон, текстовые данные. — Минск: Вышэйшая школа, 2014. — 351 с.
4. Ахметов А.М. Теоретический курс по дисциплине «Физическая культура» [Электронный ресурс]: лекции/ Ахметов А.М.— Электрон, текстовые данные. — Набережные Челны: Набережночелнинский государственный педагогический университет, 2013. — 213 с
5. Тихонов А.М. Физическая культура. Системнодеятельностный подход в преподавании [Электронный ресурс]: направление подготовки: 050100 - «Педагогическое образование». Профиль подготовки: «Физическая культура». Квалификация (степень) выпускника: бакалавр/ Тихонов А.М., Кечкин Д.Д.— Электрон, текстовые данные. — Пермь: Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2013. — 104 с

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

### **8.1. Связь между формируемыми компетенциями и формами контроля их освоения**

№ п/п	Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Индикатор достижения компетенции	Наименование оценочного средства текущей и промежуточной аттестации
<b>Текущая аттестация, 1-6 семестр</b>			
1.	Раздел 1-11	<p>З-УК-7 Знать: виды физических упражнений; роль и значение физической культуры в жизни человека и общества; научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни</p> <p>У-УК-7 Уметь: применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности; использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни</p> <p>В-УК-7 Владеть: средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	Сдача норматива
<b>Промежуточная аттестация, 1-6 семестр</b>			
	зачет	<p>З-УК-7 Знать: виды физических упражнений; роль и значение физической культуры в жизни человека и общества; научно-практические основы физической культуры, профилактики</p>	Сдача нормативов

		<p>вредных привычек и здорового образа и стиля жизни</p> <p>У-УК-7 Уметь: применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности; использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни</p> <p>В-УК-7 Владеть: средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	
--	--	--	--

## **8.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков, характеризующих этапы формирования компетенций**

Фонд оценочных средств по дисциплине обеспечивает проверку освоения планируемых результатов обучения (компетенций и их индикаторов) посредством мероприятий текущей и промежуточной аттестации по дисциплине.

Оценочные средства приведены в Приложении «Фонд оценочных средств».

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

- Итоговая аттестация по дисциплине является интегральным показателем качества теоретических и практических знаний и навыков обучающихся по дисциплине и складывается из оценок, полученных в ходе текущей и промежуточной аттестации.
- Текущая аттестация в семестре проводится с целью обеспечения своевременной обратной связи, для коррекции обучения, активизации самостоятельной работы обучающихся.
- Промежуточная аттестация предназначена для объективного подтверждения и оценивания достигнутых результатов обучения после завершения изучения дисциплины.

- Текущая аттестация осуществляется два раза в семестр:
  - контрольная точка № 1 (КТ № 1) – выставляется в электронную ведомость не позднее 8 недели учебного семестра. Включает в себя оценку мероприятий текущего контроля аудиторной и самостоятельной работы обучающегося по разделам/темам учебной дисциплины с 1 по 8 неделю учебного семестра.
  - контрольная точка № 2 (КТ № 2) – выставляется в электронную ведомость не позднее 16 недели учебного семестра. Включает в себя оценку мероприятий текущего контроля аудиторной и самостоятельной работы обучающегося по разделам/темам учебной дисциплины с 9 по 16 неделю учебного семестра.

*Исключение:* текущая аттестация в 8 семестре обучения по образовательным программам бакалавриата, в котором единственная контрольная точка № 1 (КТ № 1) – выставляется в электронную ведомость не позднее 6 недели учебного семестра. Включает в себя оценку мероприятий текущего контроля аудиторной и самостоятельной работы обучающегося по разделам/темам учебной дисциплины с 1 по 6 неделю учебного семестра.

В качестве критериев результативности учебно-тренировочных занятий выступают требования и показатели, основанные на использовании двигательной активности не ниже определенного минимума - регулярности посещения обязательных занятий; контрольных нормативов, разрабатываемых кафедрой физического воспитания для обучающихся.

Оперативный контроль обеспечивает информацию о ходе выполнения студентами конкретного раздела, вида учебной работы. Текущий - позволяет оценить степень освоения раздела, темы, вида учебной работы. Итоговый контроль (зачеты) дает возможность выявить уровень сформированности физической культуры студента и самоопределения в ней через комплексную проверку знаний, методических и практических умений, характеристику общей физической, спортивно-технической подготовленности обучающегося, его психофизической готовности к профессиональной деятельности.

- Результаты текущей и промежуточной аттестации подводятся по шкале балльно-рейтинговой системы.

Этап рейтинговой системы / Оценочное средство	Неделя	Балл	
		Минимум*	Максимум**
<b>Текущая аттестация</b>	<b>1-16</b>	<b>36 - 60% от максимума</b>	<b>60</b>
<b>Контрольная точка № 1</b>	<b>7-8</b>	<b>18 (60% от 30)</b>	<b>30</b>
<i>Оценочное средство № 1.1</i>	8	60% от М1	М1
<b>Контрольная точка № 2</b>	<b>15-16</b>	<b>18 (60% от 30)</b>	<b>30</b>
<i>Оценочное средство № 2.1</i>	16	60% от Т1	Т1
<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>-</b>	<b>24 – (60% 40)</b>	<b>40</b>
Зачет	-		
<b>ИТОГО по дисциплине</b>		<b>60</b>	<b>100</b>

\* - Минимальное количество баллов за оценочное средство – это количество баллов, набранное обучающимся, при котором оценочное средство засчитывается, в противном случае обучающийся должен ликвидировать появившуюся академическую задолженность по текущей или промежуточной аттестации. Минимальное количество баллов за текущую аттестацию, в т.ч. отдельное оценочное средство в ее составе, и промежуточную аттестацию составляет 60% от соответствующих максимальных баллов.

#### 8.4. Шкала оценки образовательных достижений

Итоговая аттестация по дисциплине оценивается по 100-балльной шкале и представляет сумму баллов, заработанных студентом при выполнении заданий в рамках текущей и промежуточной аттестации

<b>Сумма баллов</b>	<b>Оценка по 4-х балльной шкале</b>	<b>Оценка ECTS</b>	<b>Требования к уровню освоения учебной дисциплины</b>
<b>90-100</b>	5- «отлично»/ «зачтено»	A	Оценка «отлично» выставляется студенту, если он глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, использует в ответе материал монографической литературы
<b>85-89</b>	4 - «хорошо»/ «зачтено»	B	Оценка «хорошо» выставляется студенту, если он твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос
<b>75-84</b>		C	
<b>70--74</b>		D	
<b>65-69</b>	3 - «удовлетворительно»/ «зачтено»	D	Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала
<b>60-64</b>		E	
<b>0-59</b>	2 - «неудовлетворительно»/ «не зачтено»	F	Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, который не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки. Как правило, оценка «неудовлетворительно» ставится студентам, которые не могут продолжить обучение без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине

## **9. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

Список учебной литературы, имеющейся в фонде библиотеки ИАТЭ НИЯУ МИФИ и электронно-библиотечных системах ИАТЭ НИЯУ МИФИ по дисциплине «Элективные курсы

по физической культуре (прикладная физическая культура)», сформирован по согласованию с в соответствии с требованиями ФГОС ВО.

В перечень основной литературы включены издания, имеющиеся в фондах библиотеки ИАТЭ НИЯУ МИФИ (в электронно-библиотечной системе и (или) электронной библиотеке ИАТЭ НИЯУ МИФИ).

Таблица 7.1

Обеспечение дисциплины основной и дополнительной литературой по дисциплине

N п/п	Автор	Название	Место издания	Наименование издательства	Год издания	Количество экземпляров
<b>Основная литература</b>						
1	Мироненко Е.Н и др.	Физическая культура: учебник/ [Электронный ресурс] ., Трещева О.Л., Штучная Е.Б., Муллер А.И. <a href="http://www.knigafund.ru/books/173626">http://www.knigafund.ru/books/173626</a>	г. Москва	ИНТУИТ	2012	1
2	Под ред. А.В. Самсоновой, Р.Б. Цаллаговой	Естественно-научные основы физической культуры и спорта: учебник [Электронный ресурс] <a href="http://www.knigafund.ru/books/172689">http://www.knigafund.ru/books/172689</a>	г. Москва	Советский спорт	2014	1
3	Б.А.Карпушин	Карпушин Б.А. Педагогика физической культуры: учебник [Электронный ресурс] <a href="http://www.knigafund.ru/books/172702">http://www.knigafund.ru/books/172702</a>	г. Москва	Советский спорт	2013	1
4	С.С.Михайлов	Михайлов С.С. Спортивная биохимия: учебник для вузов и колледжей физической культуры [Электронный ресурс ] <a href="http://www.knigafund.ru/books/172706">http://www.knigafund.ru/books/172706</a>	г. Москва	Советский спорт	2013	1
<b>Дополнительная литература</b>						
1	Н.В.Решетников, Ю.Л. Кислицын	Физическая культура: учебное пособие	г. Москва	Академия	2002	3
2	Ю.Д.Железняк	Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование: учебное пособие	г. Москва	Академия	2002	5
3	Ю.Д. Железняк, П.К.Петров.	Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: учебное пособие	г. Москва	Академия	2008	10
4	Ж.К.Холодов, В.С.Кузнецов.	Практикум по теории и методике физического воспитания: учеб. пособ.	г. Москва	Академия	2005	5

5	В.С. Рубин	Разделы теории и методики физической культуры: учеб. пособие	г. Москва	Физическая культура	2006	2
6	С.И. Изаак	Мониторинг физического развития и физической подготовленности: теория и практика: монография	г. Москва	Советский спорт	2005	2
7	Ю. В. Менхин.	Физическое воспитание: теория, методика, практика : учеб. пособие	г. Москва	СпортАкадемПресс	2006	10
8	Е. П. Врублевский., О. Е. Лихачева., Л. Г. Врублевская.	Выпускная квалификационная работа: подготовка, оформление, защита : учеб. пособие	г. Москва	Физкультура и спорт	2006	8
9	В.И.Дубровский	Лечебная физическая культура(кинезотерапия) : Учебник	г. Москва	ВЛАДОС	2004	3
10	Н.В.Решетников,Ю.Л.Кислицын	Физическая культура : Учебное пособие	г. Москва	Академия	2002	6
11	Под ред.Ю.Д.Железняк	Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование : Учебное пособие	г. Москва	Академия	2002	10

## **10. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ» (ДАЛЕЕ - СЕТЬ «ИНТЕРНЕТ»), НЕОБХОДИМЫХ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

1. <http://www.libsport.ru/> – Российская Спортивная Энциклопедия;
2. <http://e.lanbook.com/> –ЭБС «Лань»;
3. <http://mephi.ru/> – ЭБС НИЯУ МИФИ.

## **11. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ**

Итоговый контроль: зачет

Вопросы к зачету выдаются студентам в электронном и распечатанном виде в начале семестра. Подготовка к зачету требует более тщательного изучения материала по теме или блоку тем, акцентирования внимания на определениях, терминах, содержании понятий, датах, именах, характеристиках отдельных событий. Как правило, при подготовке к тестированию и экзамену используется основной учебник, рекомендованный в рабочей программе, а также конспекты лекций и научной литературы, составленные в ходе изучения всего курса.

В конце каждого семестра студент сдает все необходимые спортивные нормативы. Для этого необходимо в течение семестра совершенствовать и тренировать необходимые навыки.

## **12. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ, ВКЛЮЧАЯ ПЕРЕЧЕНЬ ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ И ИНФОРМАЦИОННЫХ СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ (ПРИ НЕОБХОДИМОСТИ)**

Использование информационных технологий при осуществлении образовательного процесса по дисциплине осуществляется в соответствии с утвержденным Положением об Электронной информационно-образовательной среде ИАТЭ НИЯУ МИФИ.

Электронная система управления обучением (LMS) используется для реализации образовательных программ при очном, дистанционном и смешанном режиме обучения. Система реализует следующие основные функции:

- 1) Создание и управление классами,
- 2) Создание курсов,
- 3) Организация записи учащихся на курс,
- 4) Предоставление доступа к учебным материалам для учащихся,
- 5) Публикация заданий для учеников,
- 6) Оценка заданий учащихся, проведение тестов и отслеживание прогресса обучения,
- 7) Организация взаимодействия участников образовательного процесса.

Система интегрируется с дополнительными сервисами, обеспечивающими возможность использования таких функций как рабочий календарь, видео связь, многопользовательское редактирование документов, создание форм опросников, интерактивная доска для рисования. Авторизация пользователей в системе осуществляется посредством корпоративных аккаунтов, привязанных к домену oiate.ru.

### **12.1. Перечень информационных технологий**

«Не требуется»

### **12.2. Перечень программного обеспечения**

«Не требуется»

### **12.3. Перечень информационных справочных систем**

Доступ к электронным библиотечным ресурсам и электронной библиотечной системе (ЭБС) осуществляется посредством специальных разделов на официальном сайте ИАТЭ НИЯУ МИФИ. Обеспечен доступ к электронным каталогам библиотеки ИАТЭ НИЯУ МИФИ, а также электронным образовательным ресурсам (ЭИОС), сформированным на основании прямых договоров с правообладателями учебной и учебно-методической литературы, методических пособий:

- 1) Информационные ресурсы Сети Консультант Плюс, [www.consultant.ru](http://www.consultant.ru) (информация нормативно-правового характера на основе современных компьютерных и телекоммуникационных технологий);
- 2) Электронно-библиотечная система НИЯУ МИФИ, [http://libcatalog.mephi.ru/cgi/irbis64r/cgiirbis\\_64.exe?C21COM=F&I21DBN=BOOK&Z21ID=&P21DBN=BOOK](http://libcatalog.mephi.ru/cgi/irbis64r/cgiirbis_64.exe?C21COM=F&I21DBN=BOOK&Z21ID=&P21DBN=BOOK);
- 3) ЭБС «Издательства Лань», <https://e.lanbook.com/>;
- 4) Электронно-библиотечная система BOOK.ru, [www.book.ru](http://www.book.ru);
- 5) Базы данных «Электронно-библиотечная система elibrary» (ЭБС elibrary);
- 6) Базовая версия ЭБС IPRbooks, [www.iprbooks.ru](http://www.iprbooks.ru);
- 7) Базы данных «Электронная библиотека технического ВУЗа» [www.studentlibrary.ru](http://www.studentlibrary.ru);
- 8) Электронно-библиотечная система «Айбукс.ру/ibooks.ru»;
- 9) <http://ibooks.ru/home.php?routine=bookshelf>
- 10) Электронно-библиотечная система «ЭБС ЮРАЙТ», <http://urait.ru/>.

## **13. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Практические занятия:

Материально-техническое обеспечение кафедры физической культуры и спорта ИАТЭ НИЯУ МИФИ соответствует требованиям учебного процесса, уровню развития науки и техники, требованиям охраны труда и промсанитарии.

Наименование специализированных аудиторий:

Футбольное поле (корпус 3).

Спортивный зал (корпус 1, 3).

Тренажёрный зал (корпус 1, 3).

Гимнастический зал (корпус 2).

Спортивная лаборатория (корпус 2).

Спортивный зал оборудован современными баскетбольными щитами, волейбольным оборудованием, гимнастической стенкой и другим спортивным инвентарем, и оборудованием, позволяющим тренировать сборную команду института и проводить любые городские состязания.

Тренажёрный зал оснащен следующим оборудованием:

- тренажером для развития широчайших мышц спины;
- тренажером для развития четырехглавой и двуглавой мышц бедра;
- станком для развития мышц живота;
- скамьей изменения угла наклона для выполнения различных упражнений с отягощением;
- станком для жима лежа с изменением угла наклона;
- велотренажерами (2 шт.);
- тренажером «Студио – 6»;
- наклонными скамьями (2 шт.);
- перекладинами для сгибания рук в висе (4 шт.);
- стенкой гимнастической;
- стойками для жима лежа;
- беговой дорожкой;
- комплексным тренажером;
- эллиптический тренажер.

Прочее:

- рабочее место преподавателя, оснащенное компьютером с доступом в Интернет.

#### **14. ИНЫЕ СВЕДЕНИЯ И (ИЛИ) МАТЕРИАЛЫ**

##### ***14.1. Перечень образовательных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине***

<b>№ пп</b>	<b>Наименование темы дисциплины</b>	<b>Вид занятий (лекция, семинары, практические занятия) (в соответствии с РУП)</b>	<b>Количество ак. ч.</b>	<b>Наименование активных и интерактивных форм проведения занятий</b>
1				
2				
3				
....				

**14.2. Формы организации самостоятельной работы обучающихся (темы, выносимые для самостоятельного изучения; вопросы для самоконтроля; типовые задания для самопроверки)**

1. Планирование в физическом воспитании – это:

**1) заранее намеченная система деятельности, предусматривающая порядок, последовательность и сроки выполнения работ;**

2) предварительная разработка и определение на предстоящую деятельность целевых установок и задач, содержания, методики, форм организации и методов учебно-воспитательного процесса с конкретным контингентом занимающихся;

3) упорядоченная деятельность преподавателя (тренера) по реализации цели обучения (образовательных, воспитательных, оздоровительных задач), обеспечение информирования, воспитания, осознания и практического применения знаний, двигательных умений и навыков;

4) упорядочение дидактического процесса по определенным критериям, придание ему необходимой формы для наилучшей реализации поставленной цели.

2. Результатом физической подготовки является:

1) физическое развитие индивидуума;

2) физическое воспитание;

**3) физическая подготовленность;**

4) физическое совершенство.

3. Специализированный процесс, содействующий успеху в конкретной деятельности (вид профессии, спорта и др.), предъявляющий специализированные требования к двигательным способностям человека, называется:

1) спортивной тренировкой;

**2) специальной физической подготовкой;**

3) физическим совершенством;

4) профессионально-прикладной физической подготовкой.

4. Укажите, какое понятие (термин) подчеркивает прикладную направленность физического воспитания к трудовой или иной деятельности:

**1) физическая подготовка;**

2) физическое совершенство;

3) физическая культура;

4) физическое состояние.

5. На каком этапе обучения формируется двигательный навык?

1) при разучивании движения;

2) при ознакомлении с движением;

**3) при совершенствовании движения.**

6. Укажите, что послужило основой (источником) возникновения физического воспитания в обществе:

1) результаты научных исследований;

2) прогрессивные идеи о содержании и путях воспитания гармонически развитой личности;

**3) осознанное понимание людьми явления упражняемости (повторяемости действий), важности так называемой предварительной подготовки человека к жизни и установление связи между ними;**

4) желание заниматься физическими упражнениями.

7. На современном этапе развития общества основными критериями физического совершенства служат:

1) показатели телосложения;

- 2) показатели здоровья;
  - 3) уровень и качество сформированных двигательных умений и навыков;
  - 4) нормативы и требования государственных программ по физическому воспитанию в сочетании с нормативами единой спортивной классификации.**
8. Физическая культура - это:
- 1) стремление к высшим спортивным достижениям;
  - 2) разновидность развлекательной деятельности человека;
  - 3) часть человеческой культуры.**
9. Физическая подготовленность характеризуется:
- 1) высокой устойчивостью организма к стрессовым ситуациям;
  - 2) уровнем развития физических качеств;**
  - 3) хорошим развитием систем дыхания и кровообращения;
  - 4) высокими результатами в учебной и трудовой деятельности.
10. Что является основными средствами физического воспитания?
- 1) учебные занятия;
  - 2) физические упражнения;**
  - 3) средства обучения;
  - 4) средства закаливания.
11. Реализация цели физического воспитания осуществляется через решение:
- 1) двигательных, гигиенических и просветительских задач;
  - 2) закаливающих, психологических и философских задач;
  - 3) задач развития дыхательной и сердечно – сосудистой систем;
  - 4) оздоровительных, образовательных и воспитательных задач.**
12. Здоровье это:
- 1) система государственных и общественных мероприятий по предупреждению заболеваний и лечению заболевших;
  - 2) динамическое состояние физического, духовного и социального благополучия;**
  - 3) уровень жизни – степень удовлетворения основных материальных и духовных потребностей.
13. Основные компоненты образа жизни:
- 1) внешняя среда и природно-климатические условия, здравоохранение;
  - 2) климат, погода, экологическая обстановка, быт.
  - 3) соматический, физический, психический, нравственный;**
14. Основными факторами, определяющими здоровье человека, являются:
- 1) уровень жизни, качество жизни и стиль жизни;
  - 2) образ жизни, биология и наследственность, внешняя среда и природно-климатические условия, здравоохранение;**
  - 3) соблюдение правил личной гигиены, закаливание, психогигиена.
15. Основная форма организации физического воспитания в школе:
- 1. Урок**
  2. Тренировка;
  3. Соревнования;
  4. Физкультпауза;
16. Под физическое самовоспитание понимается:
- 1) процесс обеспечивающий полноценное выполнение человеком трудовых, психических и биологических функций при максимальной продолжительности жизни;
  - 2) педагогический процесс целенаправленной, сознательной, планомерной работы над собой и**

**ориентированный на формирование физической культуры личности;**

3) процесс, отражающий степень удовлетворения содержательных потребностей, которые проявляются в возможностях самоутверждения, самовыражения, саморазвития и самоуважения.

17. Чем характеризуется утомление:

1) отказом от работы;

**2) временным снижением работоспособности организма;**

3) повышенной ЧСС.

18. Возрастной период, наиболее чувствительный для воздействий, характеризующийся оптимальными возможностями для ускоренного развития какой-либо стороны психики или психомоторики (памяти, мышления, двигательных навыков, физических качеств и др.), а также обучения и воспитания, называется:

1) дошкольным;

2) школьным;

**3) сенситивным;**

4) базовым.

19. Первая помощь при ушибах заключается в том, что поврежденное место следует:

**1) охладить;**

2) постараться положить на возвышение и постараться обратиться к врачу;

3) нагреть, наложить теплый компресс.

20. Главной причиной нарушения осанки является:

**1) привычка определенным позам;**

2) слабость мышц;

3) отсутствие движения во время школьных уроков;

4) ношение сумки, портфеля в одной руке.

21. Укажите норму частоты сердечных сокращений (ЧСС) в покое у здорового нетренированного человека:

1) 85-90 уд. /мин.;

2) 80-84 уд. /мин.;

**3) 60-80 уд. /мин.**

22. К специфическим методам физического воспитания относятся:

1) словесные методы (распоряжения, команды, указания) и методы наглядного воздействия;

**2) методы строго регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы;**

3) методы срочной информации;

4) практический метод, видеометод, методы самостоятельной работы, методы контроля и самоконтроля.

23. Наиболее информативным, объективным и широко используемым в практике физического воспитания и спорта показателем реакции организма на физическую нагрузку является:

1) время выполнения двигательного действия;

**2) величина частоты сердечных сокращений (ЧСС);**

3) продолжительность сна;

4) коэффициент выносливости.

24. Отношение педагогически оправданных (рациональных) затрат времени к общей продолжительности урока называется:

1) физической нагрузкой;

2) интенсивностью физической нагрузки;

3) моторной плотностью урока;

#### 4) общей плотностью урока.

25. Что понимается под закаливанием:

- 1) купание в холодной воде и хождение босиком;
- 2) приспособление организма к воздействиям внешней среды;
- 3) сочетание воздушных и солнечных ванн с физическими упражнениями.

### 14.3. Краткий терминологический словарь

**Физическая культура** — вид культуры человека и общества. Это деятельность и ее результаты по формированию физической готовности к жизни; это, с одной стороны, специфический процесс, а с другой — результат человеческой деятельности, а также средство и способ физического совершенствования людей.

**Физическая культура** — это вид культуры, который представляет собой специфический процесс и результат человеческой деятельности, средство и способ физического совершенствования людей для выполнения ими своих социальных обязанностей

**Физическое воспитание**— вид физической культуры, процесс формирования потребности в занятиях физическими упражнениями в интересах всестороннего развития личности, положительного отношения к физической культуре, выработке ценностных ориентации, убеждений, вкусов, привычек, наклонностей

**Спорт**— вид физической культуры, игровая, соревновательная деятельность и подготовка к ней, основанные на использовании физических упражнений и направленные на достижение наивысших результатов

**Физическая рекреация**— вид физической культуры: использование физических упражнений, а также видов спорта в упрощенных формах для активного отдыха людей, получения удовольствия от этого процесса, развлечения, переключения с одного вида деятельности на другой, отвлечения от обычных видов трудовой, бытовой, спортивной, военной деятельности. Она составляет основное содержание массовых форм физической культуры и представляет собой рекреативную деятельность

**Двигательная реабилитация** — вид физической культуры: целенаправленный процесс использования физических упражнений для восстановления или компенсации частично или временно утраченных двигательных способностей, лечения травм и их последствий. Этот процесс осуществляется комплексно, под воздействием специально подобранных физических упражнений, массажа, водных и физиотерапевтических процедур и некоторых других средств. Это восстановительная деятельность.

**Физическое развитие**— процесс изменения форм и функций организма либо под воздействием естественных условий (питания, труда, быта), либо под воздействием целенаправленного использования специальных физических упражнений. Это также и результат воздействия указанных средств и процессов, который можно измерить в данный конкретный момент (размеры тела и его частей, показатели различных двигательных качеств и способностей, функциональные возможности систем организма).

**Физические упражнения** — движения или действия, используемые для развития физических способностей (качеств), органов и систем, для формирования и совершенствования двигательных навыков. С одной стороны — это средство физического совершенствования, телесного преобразования человека, его биологической, психической, интеллектуальной, эмоциональной и социальной сущности. С другой — это метод (способ) физического развития человека. Физические упражнения являются основным, «сквозным» средством всех видов

физической культуры (неспециального физкультурного образования, спорта, физической рекреации и двигательной реабилитации).

**Физические упражнения** — это основное и специфическое средство физического совершенствования, особый вид двигательной деятельности, при помощи которого осуществляется направленное воздействие на занимающегося.

**Длительность движения** — это время, затраченное на выполнение движения. В технике физических упражнений большое значение имеет длительность отдельных частей (в плавании, например, это старт, плавание по дистанции, поворот, финиширование), фаз (замаха и удара в подаче мяча в волейболе), периодов (опоры и полета в беге), циклов (двух скользящих шагов в беге на коньках), элементов движений или движений отдельных частей тела. От длительности зависят практические достижения во многих двигательных действиях. Продолжительность каждой фазы, периода, цикла в упражнении можно измерить и определить ее влияние на результат (например, длительность периодов опоры и полета в беге). Изменение времени выполнения двигательного действия может влиять на деятельность соответствующих органов и систем организма занимающихся.

**Темп движения** — это частота относительно равномерного повторения каких-либо движений, например, шагов в беге, гребков в гребле, и т.п. При однократных движениях (одиночных прыжках, метании) темп, естественно, не наблюдается. Темп определяется количеством повторных движений в единицу времени, обычно в одну минуту. Так, темп 120 в ходьбе равен 120 шагам в минуту. Темп движений находится в обратно пропорциональной зависимости от их длительности: чем она меньше, тем он выше. Например, уменьшение длительности шага в беге на коньках на определенной дистанции ведет к повышению частоты шагов.

**Скорость движения** — это отношение длины пути, пройденного телом (или какой-то частью тела), к затраченному на этот путь времени. При определении скорости в поступательном движении ее обычно измеряют в метрах в секунду (линейная скорость), а при вращательном — в радианах в секунду (угловая скорость).

**Сила движения** — это мера физического воздействия движущейся части тела (или всего тела) на какие-либо материальные объекты, например, почву (при беге, прыжках и т.д.), какие-либо предметы (при поднимании, метании и т.п.) и т.д. Именно такую меру физического воздействия необходимо иметь в виду, когда говорят о силе отталкивания в прыжках, силе удара в боксе, силе рывка в метаниях и т.д.

**Выносливость** — способность человека к длительному выполнению какойлибо двигательной деятельности без снижения ее эффективности.

**Общая выносливость** — это способность человека к продолжительному и эффективному выполнению работы неспецифического характера, оказывающая положительное влияние на развитие специфических компонентов работоспособности человека, благодаря повышению адаптации к нагрузкам и наличию явлений «переноса» тренированности с неспецифических видов деятельности на специфические.

**Специальная выносливость** — это способность к эффективному выполнению работы и преодолению утомления в условиях, определяемых требованиями конкретного вида деятельности.

**Гибкость** — комплекс морфологических свойств опорно-двигательного аппарата, обуславливающих подвижность отдельных звеньев человеческого тела относительно друг друга.

## **15. ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

Организация образовательного процесса лиц с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья (далее – ОВЗ), помимо указанных в разделе «Общие сведения о программе», строится в соответствии с: - требованиями к организации образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ОВЗ в профессиональных образовательных организациях, в том числе оснащению образовательного процесса (письмо Минобрнауки России от 18 марта 2014 г. № 06-281); - методическими рекомендациями по организации образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ОВЗ в образовательных организациях высшего образования, в том числе оснащённости образовательного процесса (письмо Минобрнауки России от 16 апреля 2014 г., № 05-785); - индивидуальной программой реабилитации инвалида (ИПР).

Особенности преподавания Модуля для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в соответствии с нозологией

### **Для лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению**

#### **1. Специальные условия, обеспечиваемые в процессе преподавания**

- предоставление образовательного контента в текстовом электронном формате, позволяющем переводить плоскочечатную информацию в аудиальную форму;
- возможность использовать индивидуальные устройства и средства, позволяющие адаптировать материалы, осуществлять приём и передачу информации с учетом индивидуальных особенностей и состояния здоровья студента;
- предоставление возможности предкурсового ознакомления с содержанием учебной дисциплины и материалом по курсу за счёт размещения информации на корпоративном образовательном портале;
- использование чёткого и увеличенного по размеру шрифта и графических объектов в мультимедийных презентациях;
- использование инструментов «лупа», «проектор» при работе с интерактивной доской;
- озвучивание визуальной информации, представленной обучающимся в ходе занятий;
- обеспечение раздаточным материалом, дублирующим информацию, выводимую на экран;
- наличие подписей и описания у всех используемых в процессе обучения рисунков и иных графических объектов, что даёт возможность перевести письменный текст в аудиальный;
- обеспечение особого речевого режима преподавания: лекции читаются громко, разборчиво, отчётливо, с паузами между смысловыми блоками информации, обеспечивается интонирование, повторение, акцентирование, профилактика рассеивания внимания;
- минимизация внешнего шума и обеспечение спокойной аудиальной обстановки;
- возможность вести запись учебной информации студентами в удобной для них форме (аудиально, аудиовизуально, в виде пометок в заранее подготовленном тексте).
- увеличение доли методов социальной стимуляции (обращение внимания, апелляция к ограничениям по времени, контактные виды работ, групповые задания и др.) на практических и лабораторных занятиях;
- минимизирование заданий, требующих активное использование зрительной памяти и зрительного внимания;

- применение поэтапной системы контроля, более частый контроль выполнения заданий для самостоятельной работы

## **2. Адаптационные и вспомогательные технологии, используемые в процессе преподавания дисциплины**

**Технологии озвучивания текста:** обеспечиваются применением компьютерных программ, предоставляющих возможность озвучивать плоскочечатную информацию (программа «синтезатор речи», «программа экранного доступа для чтения с экрана», «программа оптического распознавания текста»). Основные функции программ речевого доступа: озвучивание информации, вводимой с клавиатуры; автоматическое озвучивание текстовой информации, выводимой на экран другими программами; чтение фрагментов экрана по командам пользователя; отслеживание изменений на экране и оповещение о них пользователя.

**Технологии здоровьесбережения:** обеспечиваются применением интерактивных досок с функцией «прожектора» и «лупы»; соблюдением требований к экранному тексту (большой размер элементов управления; чёткий курсор; чёткие границы между элементами; возможность работы в ограниченной области экрана; преимущество к использованию модальных окон, позволяющих переходить друг к другу без закрытия предыдущего. Во время проведения занятия учитывается допустимая продолжительность непрерывной зрительной нагрузки

**Технологии дистанционного обучения:** обеспечиваются наличием корпоративного образовательного портала. Образовательный портал предоставляет студентам с ОВЗ и инвалидностью возможность выполнять различные операции: получать варианты заданий и отправлять выполненные; узнавать результаты выполненных работ и знакомиться с рецензией на них; получать различную справочную информацию, касающуюся учебного процесса и посылать сообщения преподавателю и любому из администраторов; отправлять материалы, относящиеся к дисциплинам текущего семестра, а также отчеты по практике и другие файлы; иметь дистанционный доступ к информационным ресурсам: учебным и учебно-методическим материалам, расписанию занятий и т.д.; задавать вопросы преподавателю по его учебной дисциплине, получать конкретную информацию по тем или иным учебным и/или организационным вопросам, проходить тестирование, выполняя задания на выбор правильных ответов, установление соответствия, заполнение пропусков, установление истинности или ложности, а также давать развёрнутые ответы на поставленные вопросы. Для студентов, не имеющих возможности посещать очные занятия, осуществляются онлайн-консультирование. Консультации предполагают дополнительный разбор учебного материала и восполнение пробелов в знаниях студентов.

**Технологии индивидуализации обучения:** обеспечиваются возможностью применения индивидуальных устройств и средств, персональный компьютер (ПК), учётом темпов работы и утомляемости, предоставлением дополнительных консультаций.

## **3. Адаптация процедуры проведения промежуточной аттестации**

В ходе проведения промежуточной аттестации предусмотрено:

- предъявление обучающимся печатных и (или) электронных материалов в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья;
- возможность пользоваться индивидуальными устройствами и средствами, позволяющими адаптировать материалы, осуществлять приём и передачу информации с учетом их индивидуальных особенностей;
- увеличение продолжительности проведения аттестации; - возможность присутствия ассистента и оказания им необходимой помощи (занять рабочее место, передвигаться, прочитать и оформить задание, общаться с преподавателем).

**Для лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата** (маломобильные студенты, студенты, имеющие трудности передвижения и патологию верхних конечностей)

## 1. Специальные условия, обеспечиваемые в процессе преподавания дисциплины

- возможность использовать специальное программное обеспечение и специальное оборудование, предоставляемое по линии ФСС и позволяющее компенсировать двигательный дефект (коляски, ходунки, трости и др.);
- предоставление возможности предкурсового ознакомления с содержанием учебной дисциплины и материалом по курсу за счёт размещения информации на корпоративном образовательном портале;
- применение дополнительных средств активизации процессов запоминания и повторения;
- опора на определенные и точные понятия;
- использование для иллюстрации конкретных примеров;
- применение вопросов для мониторинга понимания;
- разделение изучаемого материала на небольшие логические блоки;
- увеличение доли конкретного материала и соблюдение принципа от простого к сложному при объяснении материала;
- наличие чёткой системы и алгоритма организации самостоятельных работ и проверки заданий с обязательной корректировкой и комментариями;
- увеличение доли методов социальной стимуляции (обращение внимания, апелляция к ограничениям по времени, контактные виды работ, групповые задания др.);
- обеспечение беспрепятственного доступа в помещения, а также пребывания них;
- наличие возможности использовать индивидуальные устройства и средства, позволяющие обеспечить реализацию эргономических принципов и комфортное пребывание на месте в течение всего периода учёбы (подставки, специальные подушки и др.).

## 2. Адаптационные и вспомогательные технологии, используемые в процессе преподавания дисциплины

**Технологии здоровьесбережения:** обеспечиваются соблюдением ортопедического режима (использование ходунков, инвалидных колясок, трости), регулярной сменой положения тела в целях нормализации тонуса мышц спины, профилактикой утомляемости, соблюдение эргономического режима и обеспечением архитектурной доступности среды (окружающее пространство, расположение учебного инвентаря и оборудования аудиторий обеспечивают возможность доступа в помещении и комфортного нахождения в нём).

**ИКТ технологии:** обеспечены возможностью применения ПК и специализированных индивидуальных компьютерных средств (специальные клавиатуры, мыши, компьютерная программа «виртуальная клавиатура» и др.).

**Технологии индивидуализации обучения:** обеспечиваются возможностью применения индивидуальных устройств и средств, ПК, учётом темпов работы и утомляемости, предоставлением дополнительных консультаций.

## 3. Адаптация процедуры проведения промежуточной аттестации

В ходе проведения промежуточной аттестации предусмотрено:

- предъявление обучающимся печатных и (или) электронных материалов в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья;
- возможность пользоваться индивидуальными устройствами и средствами, позволяющими адаптировать материалы, осуществлять приём и передачу информации с учетом их индивидуальных особенностей;
- увеличение продолжительности проведения аттестации; - возможность присутствия ассистента и оказания им необходимой помощи (занять рабочее место, передвигаться, прочитать и оформить задание, общаться с преподавателем).

## Для лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху

### 1. Специальные условия, обеспечиваемые в процессе преподавания дисциплины

- предоставление образовательного контента в текстовом электронном формате, позволяющем переводить аудиальную форму лекции в плоскочечатную информацию;
- наличие возможности использовать индивидуальные звукоусиливающие устройства и сурдотехнические средства, позволяющие осуществлять приём и передачу информации; осуществлять взаимообратный перевод текстовых и аудиофайлов (блокнот для речевого ввода), а также запись и воспроизведение зрительной информации.
- наличие системы заданий, обеспечивающих систематизацию вербального материала, его схематизацию, перевод в таблицы, схемы, опорные тексты, глоссарий;
- наличие наглядного сопровождения изучаемого материала (структурно-логические схемы, таблицы, графики, концентрирующие и обобщающие информацию, опорные конспекты, раздаточный материал);
- наличие чёткой системы и алгоритма организации самостоятельных работ и проверки заданий с обязательной корректировкой и комментариями;
- обеспечение практики опережающего чтения, когда студенты заранее знакомятся с материалом и выделяют незнакомые и непонятные слова и фрагменты;
- особый речевой режим работы (отказ от длинных фраз и сложных предложений, хорошая артикуляция; чёткость изложения, отсутствие лишних слов; повторение фраз без изменения слов и порядка их следования; обеспечение зрительного контакта во время говорения и чуть более медленного темпа речи, использование естественных жестов и мимики);
- чёткое соблюдение алгоритма занятия и заданий для самостоятельной работы (называние темы, постановка цели, сообщение и запись плана, выделение основных понятий и методов их изучения, указание видов деятельности студентов и способов проверки усвоения материала, словарная работа);
- соблюдение требований к предъявляемым учебным текстам (разбивка текста на части; выделение опорных смысловых пунктов; использование наглядных средств);
- минимизация внешних шумов;
- предоставление возможности соотносить вербальный и графический материал; комплексное использование письменных и устных средств коммуникации при работе в группе;
- сочетание на занятиях всех видов речевой деятельности (говорения, слушания, чтения, письма, зрительного восприятия с лица говорящего)

### 2. Адаптационные и вспомогательные технологии, используемые в процессе преподавания дисциплины

**Технологии активизации речевой деятельности:** обеспечиваются соблюдением режима слухо-зрительного восприятия речи, использованием различных видов коммуникации; активизацией всех сторон и видов словесной речи (устная, письменная).

**Технологии индивидуализации обучения:** обеспечиваются возможностью применения индивидуальных устройств и средств, ПК, учётом темпов работы и утомляемости, предоставлением дополнительных консультаций.

**Технологии визуализации:** обеспечиваются дублированием аудиальной информации зрительной, применением средств программного и методического обеспечения наглядности обучения (мультимедийная среда для изложения и наглядного отображения информации, интерактивные доски).

### 3. Адаптация процедуры проведения промежуточной аттестации

В ходе проведения промежуточной аттестации предусмотрено:

- предъявление обучающимся печатных и (или) электронных материалов в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья;
- возможность пользоваться индивидуальными устройствами и средствами, позволяющими адаптировать материалы, осуществлять приём и передачу информации с учетом их индивидуальных особенностей
- увеличение продолжительности проведения аттестации;
- возможность присутствия ассистента и оказания им необходимой помощи (занять рабочее место, передвигаться, прочитать и оформить задание, общаться с преподавателем).

## **Для лиц с нарушениями речи**

### **1. Специальные условия, обеспечиваемые в процессе преподавания дисциплины**

- наличие возможности использовать индивидуальные устройства и средства, позволяющие осуществлять приём и передачу информации;
- наличие системы заданий, обеспечивающих систематизацию вербального материала, его схематизацию, перевод в таблицы, схемы, опорные тексты, глоссарий;
- наличие наглядного сопровождения изучаемого материала;
- наличие чёткой системы и алгоритма организации самостоятельных работ и проверки заданий с обязательной корректировкой и комментариями;
- обеспечение практики опережающего чтения, когда студенты заранее знакомятся с материалом и выделяют незнакомые и непонятные слова и фрагменты;
- предоставление возможности соотносить вербальный и графический материал; комплексное использование письменных и устных средств коммуникации при работе в группе;
- сочетание на занятиях всех видов речевой деятельности (говорения, слушания, чтения, письма, зрительного восприятия с лица говорящего).

### **2. Адаптационные и вспомогательные технологии, используемые в процессе преподавания дисциплины**

**Технологии активизации речевой деятельности:** обеспечиваются соблюдением режима слухо-зрительного восприятия речи, использованием различных видов коммуникации; активизацией всех сторон и видов словесной речи (устная, письменная).

**Технологии индивидуализации обучения:** обеспечиваются возможностью применения индивидуальных устройств и средств, ПК, учётом темпов работы и утомляемости, предоставлением дополнительных консультаций.

**Технологии визуализации:** обеспечиваются дублированием аудиальной информации зрительной, применением средств программного и методического обеспечения наглядности обучения (мультимедийная среда для изложения и наглядного отображения информации, интерактивные доски).

### **3. Адаптация процедуры проведения промежуточной аттестации**

В ходе проведения промежуточной аттестации предусмотрено:

- предъявление обучающимся печатных и (или) электронных материалов в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья;
- возможность пользоваться индивидуальными устройствами и средствами, позволяющими адаптировать материалы, осуществлять приём и передачу информации с учетом их индивидуальных особенностей - увеличение продолжительности проведения аттестации;
- возможность присутствия ассистента и оказания им необходимой помощи (занять

рабочее место, передвигаться, прочитать и оформить задание, общаться с преподавателем).

**Для лиц с соматическими заболеваниями (заболевания эндокринной, центральной нервной и сердечно-сосудистой систем, онкологические заболевания)**

### **1. Специальные условия, обеспечиваемые в процессе преподавания дисциплины**

- предоставление образовательного контента в текстовом электронном формате;
- возможность использовать индивидуальные устройства и средства, позволяющие адаптировать материалы, осуществлять приём и передачу информации с учетом индивидуальных особенностей и состояния здоровья студента;
- предоставление возможности предкурсового ознакомления с содержанием учебной дисциплины и материалом по курсу за счёт размещения информации на корпоративном образовательном портале;
- возможность вести запись учебной информации студентами в удобной для них форме (аудиально, аудиовизуально, в виде пометок в заранее подготовленном тексте).
- применение поэтапной системы контроля, более частый контроль выполнения заданий для самостоятельной работы,
- стимулирование выработки у студентов навыков самоорганизации и самоконтроля;
- наличие пауз для отдыха и смены видов деятельности по ходу занятия.

### **2. Адаптационные и вспомогательные технологии, используемые в процессе преподавания дисциплины**

**Технологии активизации интеллектуальной деятельности:** обеспечиваются средствами программного и методического обеспечения образовательного процесса, увеличивающие информационную ценность материалов, стимулирующие активность студентов в переработке информации.

**Технологии здоровьесбережения:** обеспечиваются чередованием режима труда и отдыха, соблюдением эргономических и гигиенических требований к условиям умственного труда и продолжительности непрерывной нагрузки.

**Технологии индивидуализации обучения:** обеспечиваются возможностью применения индивидуальных устройств и средств, ПК, учётом темпов работы и утомляемости, предоставлением дополнительных консультаций.

### **3. Адаптация процедуры проведения промежуточной аттестации**

В ходе проведения промежуточной аттестации предусмотрено:

- предъявление обучающимся печатных и (или) электронных материалов в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья;
- возможность пользоваться индивидуальными устройствами и средствами, позволяющими адаптировать материалы, осуществлять приём и передачу информации с учетом их индивидуальных особенностей - увеличение продолжительности проведения аттестации;
- возможность присутствия ассистента и оказания им необходимой помощи (занять рабочее место, передвигаться, прочитать и оформить задание, общаться с преподавателем).

Примечание: Фонды оценочных средств, включающие типовые задания и методы оценки, критерии оценивания, позволяющие оценить результаты освоения данной дисциплины обучающимися с ОВЗ могут входить в состав РПД на правах отдельного документа.

**Программу составил (а) (и):**

И.О. Фамилия, должность, ученая степень, ученое звание

....

**Рецензент (ы):**

И.О. Фамилия, должность, ученая степень, ученое звание

.

## ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

**Дисциплина ИОПП  
по учебному плану**

<p>Программа рассмотрена на заседании кафедры Название кафедры ИОПП (протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.)</p>	<p>Заведующий/и.о.заведующего кафедры Наименование кафедры ИОПП «__» _____ 20__ г. _____ И.О.Фамилия</p> <p>Руководитель ИОПП «__» _____ 20__ г. _____ И.О.Фамилия</p>
<p>Программа рассмотрена на заседании отделения Наименование отделения (протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.)</p>	<p>Руководитель образовательной программы 00.00.00 Наименование специальности/направления подготовки «__» _____ 20__ г. _____ И.О.Фамилия</p> <p>Начальник отделения Название отделения «__» _____ 20__ г. _____ И.О.Фамилия</p> <p>Научный руководитель магистерской программы (при необходимости) 00.00.00 Наименование направления подготовки «__» _____ 20__ г. _____ И.О.Фамилия</p>

## ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина своего отделения (например, ОИКС читает для ОИКС)  
по учебному плану

<p>Программа рассмотрена на заседании отделения <b>Наименование отделения</b> (протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.)</p>	<p>Руководитель образовательной программы 00.00.00 <b>Наименование</b> специальности/направления подготовки «__» _____ 20__ г. _____ И.О.Фамилия</p> <p>Начальник отделения <b>Название отделения</b> «__» _____ 20__ г. _____ И.О.Фамилия</p> <p>Научный руководитель магистерской программы (<b>при необходимости</b>) 00.00.00 <b>Наименование</b> специальности/направления подготовки «__» _____ 20__ г. _____ И.О.Фамилия</p>
---	---

## ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина другого отделения (например, ОБТ (обеспечивающее отделение) читает для ОЯФиТ)  
по учебному плану

Программа рассмотрена на заседании отделения Наименование отделения (обеспечивающего) (протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.)	Начальник отделения (обеспечивающего) «__»____20__ г. ____ И.О.Фамилия
Программа рассмотрена на заседании отделения Наименование отделения (протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.)	Руководитель образовательной программы 00.00.00 Наименование специальности/направления подготовки «__»____20__ г. ____ И.О.Фамилия  Начальник отделения Название отделения «__»____20__ г. ____ И.О.Фамилия  Научный руководитель магистерской программы (при необходимости) 00.00.00 Наименование специальности/направления подготовки «__»____20__ г. ____ И.О.Фамилия

## ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина кафедры медфакультета для медфакультета  
по учебному плану

Программа рассмотрена на заседании кафедры Название кафедры медфакультета (протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.)	Заведующий/и.о.заведующего кафедры Наименование кафедры медфакультета «__» _____ 20__ г. _____ И.О.Фамилия  Начальник отделения Название биотехнологий «__» _____ 20__ г. _____ И.О.Фамилия
---	--

## ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина другого отделения (например, кафедра медфакультета (обеспечивающее подразделение) читает для ОЯФиТ)  
по учебному плану

<p>Программа рассмотрена на заседании кафедры Название кафедры медфакультета (обеспечивающее подразделение) (протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.)</p>	<p>Заведующий/и.о.заведующего кафедры Наименование кафедры медфакультета (обеспечивающее подразделение) «__» _____ 20__ г. _____ И.О.Фамилия</p> <p>Начальник отделения биотехнологий «__» _____ 20__ г. _____ И.О.Фамилия</p>
<p>Программа рассмотрена на заседании отделения Наименование отделения (протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.)</p>	<p>Руководитель образовательной программы 00.00.00 Наименование специальности/направления подготовки «__» _____ 20__ г. _____ И.О.Фамилия</p> <p>Начальник отделения <b>Название отделения</b> <b>(если кафедра медфакультета читает для обт, то убрать пункт)</b> «__» _____ 20__ г. _____ И.О.Фамилия</p> <p>Научный руководитель магистерской программы <b>(при необходимости)</b> 00.00.00 Наименование специальности/направления подготовки «__» _____ 20__ г. _____ И.О.Фамилия</p>