Филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Астраханский государственный технический университет» в Ташкентской области Республики Узбекистан

ФАКУЛЬТЕТ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель исполнительного директора
_____ Д.С. Джумонов

Рабочая программа дисциплины
Физическая культура и спорт

Направление подготовки

05.03.06 Экология и природопользование
Профиль Экология

Квалификация (степень)
Бакалавр

Форма обучения
заочная

Автор:

Кадирова Александра Батировна

Распределение часов дисциплин

Курс	1		Итого	
Вид занятий	УП	РП	УП	РП
Лекции	4	4	4	4
Практические	6	6	6	6
Итого ауд.	10	10	10	10
Контактная работа	10	10	10	10
Сам. работа	58	58	58	58
Часы на контроль	4	4	4	4
Итого	72	72	72	72

Программу составил(и):

Кадирова Александра Батировна _____

Рецензент(ы):

*Д.т.н., профессор, Насриддинов С.С.*_____

Рабочая программа дисциплины

Физическая культура и спорт

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 05.03.06 Экология и природопользование (приказ Минобрнауки России от 07.08.2020 г. № 894)

составлена на основании учебного плана:

05.03.06 Экология и природопользование
Профиль Экология

утвержденного учёным советом вуза от 31.01.2024 протокол № 6.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Социально-гуманитарные и общепрофессиональные дисциплины

Протокол от 27.08.2024 г. № 1
Зав.кафедрой Насриддинов С.С. _____

Председатель УМС Джумонов Д.С. _____

Протокол от 28.08.2024 г. № 1

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
1.1	Формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	
Цикл (раздел) ОП:	Б1.О.
2.1	**Требования к предварительной подготовке обучающегося:**
2.1.1	Способность к обобщению, анализу, восприятию информации, постановке цели и выбору ее достижения
2.1.2	Готовность к самостоятельному пополнению своих знаний, совершенствованию умений и навыков, развитию компетенций
2.2	**Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:**
2.2.1	Современные виды двигательной активности
2.2.2	Спортивные игры

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	
Знать:	
Уровень 1	усвоено основное содержание, но излагается фрагментарно, не всегда последовательно, определения понятий недостаточно четкие, не используются в качестве доказательства выводы и обобщения из наблюдений, допускаются ошибки в их изложении, неточности в профессиональной терминологии
Уровень 2	определения понятий дает неполные, допускает незначительные нарушения в последовательности изложения, небольшие неточности при использовании научных категорий, формулировки выводов
Уровень 3	четко и правильно дает определения, полно раскрывает содержание понятий, верно использует терминологию, при этом ответ самостоятельный, использованы ранее приобретенные знания
Уметь:	
Уровень 1	выполняет не все операции действия, допускает ошибки в последовательности их выполнения, действие выполняется недостаточно осознанно
Уровень 2	выполняет все операции, последовательность их выполнения соответствует требованиям, но действие выполняется недостаточно осознанно
Уровень 3	выполняет все операции, последовательность их выполнения достаточно хорошо продумана, действие в целом осознано
Владеть:	
Уровень 1	владеет не всеми необходимыми навыками, имеющийся опыт фрагментарен
Уровень 2	в целом владеет необходимыми навыками и/или имеет опыт
Уровень 3	владеет всеми необходимыми навыками и/или имеет опыт

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен

3.1	**Знать:**
3.1.1	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
3.2	**Уметь:**
3.2.1	применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки; использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни
3.3	**Владеть:**
3.3.1	средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)						
Код занятия	**Наименование разделов и тем /вид занятия/**	**Курс**	**Часов**	**Компетенции**	**Литература**	**Примечание**
	Раздел 1. Основные понятия физической культуры и ее структурные компоненты. Содержание и организационные формы физической культуры в вузах. Структура урока физической культуры.					

1.1	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов /Ср/	1	2	УК-7	п.6	
1.2	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов /Ср/	1	2	УК-7	п.6	
1.3	Подготовка к опросу /Ср/	1	4	УК-7	п.6	
	Раздел 2. Основы здорового образа жизни	1				
2.1	Основы здорового образа жизни. Компоненты здорового образа жизни. Факторы обеспечения здоровья студентов. /Лек/	1	4	УК-7	п.6	
2.2	Основы здорового образа жизни. /Пр/	1	6	УК-7	п.6	
2.3	Подготовка к опросу /Ср/	1	4	УК-7	п.6	
	Раздел 3. Общая и специальная физическая подготовка.	1				
3.1	Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания. Физические качества и методика их развития. /Ср/	1	4	УК-7	п.6	
3.2	Подготовка к опросу /Ср/	1	4	УК-7	п.6	
	Раздел 4. Концептуальные основы ППФК.	1				
4.1	Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль в процессе занятий. /Ср/	1	4	УК-7	п.6	
4.2	Подготовка к опросу /Ср/	1	4	УК-7	п.6	
	Раздел 5. Профессиональные компетенции и профессионально-важные качества. Профессиография – основной метод анализа трудовой деятельности.	1				
5.1	Профессионально – прикладная физическая подготовка будущих специалистов /Ср/	1	4	УК-7	п.6	
5.2	Подготовка к опросу /Ср/	1	4	УК-7	п.6	
	Раздел 6. Профессионально-ориентированная физическая культура студентов вузов.	1				
6.1	Особенности занятий элективными дисциплинами по физической культуре и спорту в высших учебных заведениях /Ср/	1	4	УК-7	п.6	
6.2	Подготовка к опросу /Ср/	1	6	УК-7	п.6	
	Раздел 7. Критерии оценки сформированности и эффективности профессиональной физической культуры.	1			п.6	
7.1	Массовый спорт и спорт высших достижений /Ср/	1	4	УК-7	п.6	
7.2	Подготовка к опросу /Ср/	1	2	УК-7	п.6	
7.3	Подготовка к тестированию /Ср/	1	4	УК-7	п.6	
7.4	Тестирование /Ср/	1	2	УК-7	п.6	
	/Зачет/	1	4	УК-7	п.6	
5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ						

5.1. Контрольные вопросы и задания

Типовые контрольные вопросы для текущего контроля (опрос УК-7)

Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.

1. Дайте определение понятиям: «физическая культура», «физическое воспитание», «физическое развитие», «физическое совершенство», «физическая подготовка», «физическая и функциональная подготовленность», «психофизическая подготовка», «профессионально-прикладная физическая подготовка», «двигательная активность», «физическое образование», «спорт», «физическая рекреация», «двигательная реабилитация»
2. Раскройте общественный и личностный уровни ценностей физической культуры и спорта
3. Что представляет технологическая структура физической культуры личности
4. Дайте характеристику уровней физической культуры личности
5. Какие основные главы представлены в общей структуре Федерального закона РФ о физической культуре и спорте
6. Перечислите основные задачи физического воспитания студентов вузов
7. Раскройте трехкомпонентную структуру содержания физической культуры и кратко опишите направленность ее компонентов
8. Из каких разделов состоит учебный материал программы курса физического воспитания
9. Назовите обязанности студентов в процессе прохождения учебного курса физического воспитания
10. Обозначьте принципы разделения студентов на группы для занятий физической культурой
11. Назовите основные формы занятий физической культурой в вузе

Тема 2. Основы здорового образа жизни

1. Дайте определение понятию «здоровье» и назовите пять признаков здоровья
2. Назовите основные разновидности «здоровья» (раскрыть их содержание) и перечислить качественные характеристики индивидуального здоровья
3. Назовите структурные компоненты здорового образа жизни (ЗОЖ) и раскройте их содержание
4. Что такое «рациональная физическая активность», «личная гигиена» и «психогигиена»
5. Назовите факторы обеспечения здоровья и их роль в здоровьесбережении

Тема 3. Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания. Физические качества и методика их развития.

1. Дайте определение «общей физической подготовки» (ОФП), обозначьте ее основные задачи и средства
2. Дайте определение «специальной физической подготовки», назовите ее разновидности
3. Что такое профессионально-прикладная физическая подготовка
4. Что такое спортивная подготовка, ее основные направления и цели
5. Назовите основные разновидности спортивной подготовки
6. Дайте определение понятиям «техническая подготовленность» и «физическая подготовленность»
7. Раскройте содержание «тактической» и «психической» подготовленности
8. Дайте определение понятию «физические качества» и назовите основные физические качества человека
9. Дайте определение «силы», раскройте виды силовых способностей, назовите методы и средства развития силовых способностей
10. Дайте определение «скоростных способностей», назовите формы и методы их развития
11. Дайте определение «выносливости» и назовите виды, средства и методы развития выносливости
12. Дайте определение «координационных способностей», назовите виды координационных способностей, признаки оценки и средства их развития
13. Дайте определение «гибкости» и назовите виды и средства ее развития

Тема 4. Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль в процессе занятий.

1. Каковы основные формы самостоятельных занятий
2. В чем особенности самостоятельных занятий, направленных на активный отдых, коррекцию телосложения, развития физических и профессиональных качеств
3. Какой объем двигательной активности рекомендуется для студентов и как он зависит от цели самостоятельных занятий

5. По каким параметрам дозируется физическая нагрузка
6. Как определяется зависимость максимальной ЧСС от возраста
7. Каковы основные задачи и показатели самоконтроля
8. Как осуществляется корректировка содержания занятий по объективным показателям самоконтроля

Тема 5. Профессионально-прикладная физическая подготовка будущих специалистов.
1. Раскройте понятие «пригодности» и расскажите о различиях между «относительной» и «абсолютной» пригодностью.
2. Что такое «готовность» и какими компонентами она определяется
3. Опишите механизм формирования «динамического стереотипа».
4. Расскажите о явлениях «переноса тренированности» и классификация видов переноса физических качеств.
5. Раскройте «принцип доминанты» А.А. Ухтомского.
6. Дайте определение понятию «профессионально-прикладная физическая культура», назовите цель, объект, предмет и особенности ППФК.
7. Перечислите и раскройте содержание основных средств и методов ППФК.
8. Раскройте классификацию профилированной физической культуры.
9. Дайте определение понятиям «профилированное физическое воспитание», «профессионально -прикладная физическая подготовка», «профессионально-прикладной спорт».
10. Назовите основные и специфические функции ППФК.

Тема 6. Особенности занятий элективными дисциплинами по физической культуре и спорту в высших учебных заведениях.
1. Раскройте технические приемы владения мячом в водном поло
2. Дайте характеристику физической подготовке ватерполистов
3. Правила игры в водное поло
4. Перечислите и раскройте технические приемы владения мячом в мини-футболе
5. Дайте характеристику физической подготовке футболистов
6. Правила игры в мини-футбол
7. Раскройте основные приемы игры в баскетбол
8. Дайте характеристику физической подготовке баскетболистов
9. Основные правила игры в баскетбол
10. Раскройте основные приемы игры в волейбол
11. Дайте характеристику физической подготовке волейболистов
12. Перечислите и раскройте основные правила игры в волейбол
13. Раскройте основные приемы игры в настольный теннис
14. Дайте характеристику физической подготовке теннисиста
15. Расскажите правила игры в настольный теннис
16. Раскройте технические приемы игры в бадминтон
17. Дайте характеристику физической подготовке бадминтониста
18. Основные правила игры в бадминтон
19. Выбор методики занятия атлетической гимнастикой
20. Дайте характеристику техники плавания под водой
21. Дайте характеристику ныряния на глубину
22. Дайте характеристику спасение и транспортировка утопающих
23. Дайте характеристику физической подготовки в прикладном плавании
24. Особенности построения занятия в оздоровительной аэробике
25. Классификация элементов классической аэробики
26. Какие средства в оздоровительной аэробике применяются в общей физической и специальной подготовки

Тема 7. Массовый спорт и спорт высших достижений.
1. Раскройте понятие «Спорт» и его принципиальное отличие от других видов занятий физическими упражнениями
2. Дайте понятие массовый спорт и спорт высших достижений, раскройте их цель и задачи
3. Что представляет собой студенческий спорт, его организационные особенности
4. Где и когда проходили древнегреческие Олимпийские игры
5. Какие факторы способствовали возникновению международного спортивного и олимпийского движения
6. Первые медали Олимпийских игр современности
7. Каково значение Олимпийских игр
8. Кто принимает участие в Паралимпийских играх
9. Как формировался и развивался студенческий спорт
10. Назовите Астраханцев, учувствовавших в Олимпийских играх

Типовые контрольные задания для проведения промежуточной аттестации (зачет) УК-7
1. Дайте определение понятию «Физическая культура»
2. Дайте определение понятию «Физическое развитие»
3. Дайте определение понятию «Спорт»
4. Какую задачу решает профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)
5. Укажите основные формы физического воспитания в ВУЗе.
6. Какие три самостоятельных блока включает в содержании физической культуры студентов
7. Какие три основные задачи решаются в процессе физического воспитания
8. Что является целью физического воспитания в ВУЗе
9. По каким разделам предусмотрено изучение дисциплины «Физическая культура»
10. Дайте определение понятию «Физическая подготовка»
11. Что понимается под физическими качествами
12. Что такое здоровье человека (по определению, принятому Всемирной организацией здравоохранения)

13. Для чего проводится первичное медицинское обследование студентов
14. Что понимается под понятием «физическая работоспособность»
15. Какой принцип предусматривает оптимальное соответствие задач, средств и методов физической культуры возможностям занимающихся
16. Дайте определение понятию «Сила» (или силовые способности) в физическом воспитании
17. На какие две группы условно можно разделить силовые упражнения
18. Дайте определение понятию «Гибкость»
19. Дайте определение понятию «Выносливость»
20. Дайте определение понятию «Быстрота»
21. Что относится к признакам оценки координационных способностей
22. Что понимается под закаливанием
23. Что понимается под методами физического воспитания
24. Перечислите методы развития выносливости
25. Что называется процессом совершенствования физических качеств и формирования жизненно необходимых двигательных умений и навыков, направленных на всестороннее и гармоничное физическое развитие человека

5.2. Темы письменных работ

Не предусмотрено

5.3. Фонд оценочных средств

Фонд оценочных средств по данной дисциплине (модулю) представлен типовыми заданиями и тестами

Основные вопросы, выносимые для оценки сформированности компетенции УК-7 следующие:

1. Совокупность ценностей, норм и знаний, создаваемых и используемых обществом в целях физического и интеллектуального развития способностей человека, совершенствования его двигательной активности и формирования здорового образа жизни, социальной адаптации путем физического воспитания, физической подготовки и физического развития – это …
а) физическое воспитание
б) физическое образование
в) физическая культура
г) физическая подготовка

2. Педагогический процесс, направленный на морфологическое и функциональное совершенствование организма человека, повышения уровня физических способностей, формирование и развитие двигательных навыков – это …
а) физическая подготовка
б) физическая культура
в) физическое развитие
г) физическое воспитание

3. Специализированный педагогический процесс с использованием специально подобранных средств, форм и методов физического воспитания, обеспечивающий формирование и совершенствование специальных двигательных, психофизиологических и личностных свойств и качеств, определяющих успешность овладения профессией – это …
а) профессионально-прикладная физическая подготовка
б) физическая культура
в) двигательная активность
г) физическое воспитание

4. Педагогический процесс, направленный на формирование специальных знаний, умений, а также на развитие разносторонних физических способностей человека – это …
а) физическая культура
б) физическое образование
в) физическое воспитание
г) физическая подготовка

5. Процесс формирования двигательных навыков и развития физических способностей (качеств), необходимых в конкретной профессиональной или спортивной деятельности – это …
а) физическая подготовка
б) спорт
в) физическое воспитание
г) физическая культура

6. Составная часть физической культуры, основанная на использовании соревновательной деятельности и подготовки к ней, со стремлением занимающихся к достижению максимального результата – это …
а) профессионально-прикладная физическая подготовка
б) физическая культура
в) физическое воспитание
г) спорт

7. Процесс изменения морфологических и функциональных свойств организма в течение жизни человека – это …
а) физическая подготовка
б) физическое развитие
в) физическое воспитание
г) физическая культура

8. Содержание физической культуры студентов включает три относительно самостоятельных блока:
а) физическое воспитание, студенческий спорт, активный досуг
б) утренняя гимнастика, самостоятельные занятия, туризм
в) физическое развитие, активный досуг, учебные занятия
г) физическая подготовка, физические упражнения, туризм

9. Основные формы занятий физической культурой в вузе:
а) учебные занятия, самостоятельные занятия, физические упражнения в режиме дня, массовые оздоровительные, физкультурные и спортивные мероприятия
б) гигиеническая гимнастика, утренняя зарядка, водные процедуры, лечебная гимнастика, туризм, игры, спорт, двигательная реабилитация
в) познавательная деятельность, игровая деятельность, досуговое общение, спортивно-оздоровительная деятельность, социальное творчество
г) физические упражнения в режиме дня, массовые оздоровительные, спортивные мероприятия, водные процедуры, познавательная деятельность

10. Состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезни или физических дефектов – это …
а) образ жизни
б) здоровье
в) здоровый образ жизни
г) двигательная активность

11. Наиболее рациональный объем двигательной активности для студентов составляет — … в неделю.
а) 1–2 часа
б) 3–5 часов
в) 6–7 часов
г) 8–10 часов

12. Система гигиенических мероприятий, направленных на повышение стойкости организма к неблагоприятным воздействиям различных метеорологических факторов – это …
а) закаливание
б) личная гигиена
в) психогигиена
г) оздоровление

13. Процесс совершенствования физических способностей, направленных на всестороннее и гармоничное физическое развитие человека – это ….
а) физическая подготовленность
б) физическая подготовка
в) специальная физическая подготовка
г) общая физическая подготовка

14. Процесс, обеспечивающий преимущественное развитие тех физических способностей, которые необходимы для конкретной спортивной дисциплины (вида спорта) или вида трудовой деятельности, при этом она ориентирована на предельную степень развития данных способностей, называется …
а) физической подготовленностью
б) специальной физической подготовкой
в) физической подготовкой
г) общей физической подготовкой

15. Разновидность СФП, оформившаяся в самостоятельное направление физического воспитания и нацеленная на психофизическую подготовку человека к продуктивной трудовой деятельности, называется ...
а) профессионально-прикладной физической культурой
б) специальной физической подготовкой
в) профессионально-прикладной физической подготовкой
г) общей физической подготовкой

16. Целесообразное использование знаний, средств и методов, позволяющих направленно воздействовать на развитие спортсмена и обеспечивать необходимую степень его готовности к спортивным достижениям, называется …
а) спортивной подготовкой
б) специальной физической подготовкой

в) физической подготовкой
г) общей физической подготовкой

17. Возможности функциональных систем организма, которые отражают необходимый уровень развития тех физических качеств, от которых зависит соревновательный успех в определенном виде спорта, называется …….
а) психической подготовленностью
б) физической подготовленностью
в) тактической подготовленностью
г) технической подготовленностью

18. Врожденные (генетически унаследованные) морфофункциональные качества, благодаря которым возможна физическая активность человека, получающая свое полное проявление в целесообразной двигательной деятельности, называются …
а) психическими качествами
б) физическими качествами
в) тактическими качествами
г) техническими качествами

19. Способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему посредством мышечных напряжений, называют …
а) быстротой
б) выносливостью
в) силой
г) ловкостью

20. Комплекс функциональных свойств человека, обеспечивающих выполнение двигательных действий в минимальный для данных условий отрезок времени, называют …
а) скоростными способностями
б) скоростно – силовыми способностями
в) координационными способностями
г) двигательными способностями

21. Способность человека выполнять работу без снижения ее эффективности, несмотря на возникающее утомление, называют …
а) быстротой
б) выносливостью
в) силой
г) ловкостью

22. Способность человека выполнять движения с большой амплитудой, называют ...
а) быстротой
б) гибкостью
в) растяжкой
г) ловкостью

23. Специфическая деятельность, удовлетворяющая общественные и личностные потребности в развитии способностей, изучении, накоплении и распространении предметных и духовных ценностей в связи с подготовкой учащейся молодежи к учебной и предстоящей профессиональной деятельности, называется …
а) физической культурой
б) профессиональной физической культурой
в) профессионально-прикладной культурой
г) профессионально-прикладной физической культурой

24. Что относится к группе специфических методов профессионально-прикладной физической культуры:
а) соревновательный метод
б) игровой метод
в) все методы
г) метод строго регламентированного упражнения

25. Сколько следует затрачивать на мышечную работу в сутки практически здоровому молодому человеку, имеющему средний уровень физической подготовленности ...
1. от 300 до 500 ккал.
2. от 600 до 1100 ккал.
3. от 1200 до 2000 ккал.
4. от 2100 до 3000 ккал.

5.4. Перечень видов оценочных средств
Опрос (УК-7), тест (УК-7)

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1 Физическая культура и спорт: курс лекций : учебное пособие / Е. М. Ревенко, А. С. Зухов, О. Н. Кривощекова [и др.] ; под редакцией Е. М. Ревенко, М. Х. Спатаевой. — Омск: СибАДИ, 2023. — 147 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/338633

6.1.2 Физическая культура и спорт. Курс лекций : учебное пособие / А. С. Королев, Л. Н. Акулова, О. Г. Барышникова [и др.] ; научный редактор А. Н. Махинин. — Воронеж : ВГПУ, 2022. — 276 с. — ISBN 978-5-00044-881-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/253403

6.1.3 Бахтина, Т. Н. Физическая культура и спорт: курс лекций : учебное пособие / Т. Н. Бахтина. — Санкт-Петербург: СПбГЛТУ, 2021. — 200 с. — ISBN 978-5-9239-1260-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/191130

6.1.4 Антипов, О. В. Физическая культура и спорт (Курс лекций) : учебное пособие / О. В. Антипов, А. М. Сурков, Е. Ю. Суханова. — Москва : МГАВМиБ им. К.И. Скрябина, 2021. — 118 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/196249

6.1.5 Сидоров, Д. Г. Средства физической культуры для развития у студентов профессионально-прикладных навыков. ППФП в образовательной среде : учебно-методическое пособие / Д. Г. Сидоров, С. А. Овчинников, В. М. Щукин. — Нижний Новгород : Нижегородский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2023. — 36 с. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/131174.html

6.1.6 Буров, А. Э. Диагностика и оценка профессионально важных качеств в практике профессионально-прикладной физической культуры : практикум / А. Э. Буров, О. А. Ерохина. — Саратов : Вузовское образование, 2022. — 160 с. — ISBN 978-5-4487-0816-9. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/116614.html

6.1.7 Методика организации самостоятельной работы студентов в рамках учебной дисциплины «Физическая культура и спорт» в вузе : учебно-методическое пособие / В. А. Кувалдин, В. Н. Кувалдина, О. В. Масунова [и др.]. — Тюмень : Издательство «Титул», 2018. — 120 с. — ISBN 978-5-98249-097-1. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/107611.html

6.1.8 Стриханов, М. Н. Физическая культура и спорт в вузах : учебное пособие / М. Н. Стриханов, В. И. Савинков. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 160 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10524-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/515859

6.1.9 Теоретические основы физической культуры: учебное пособие для вузов / А. А. Горелов, О. Г. Румба, В. Л. Кондаков, Е. Н. Копейкина. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2023. — 194 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14341-6. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/519864

6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

6.2.1. Национальная база данных законодательства Республики Узбекистан – https://lex.uz/ru/

6.2.2. Национальная библиотека имени Алишера Навои - https://www.natlib.uz/

6.3. Перечень информационных технологий

6.3.1 Перечень программного обеспечения

6.3.1.1	Adobe Reader - Программа для просмотра электронных документов
6.3.1.2	ESET Endpoint Antivirus + ESET Server Security - Средство антивирусной защиты
6.3.1.3	Google Chrome - Браузер
6.3.1.4	Microsoft 365 - Программное обеспечение для работы с электронными документами
6.3.1.5	7-zip - Архиватор

6.3.2 Перечень информационных справочных систем и профессиональных баз данных

6.3.2.1	Электронно – библиотечная система «Лань»
6.3.2.2	Образовательная платформа «Юрайт»
6.3.2.3	Цифровой образовательный ресурс «**IPR SMART**»

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1	Для реализации программы бакалавриата предусмотрены кабинеты и аудитории, а также компьютерный класс с доступом в интернет:
7.2	- аудитория для лекционных и практических занятий и проведения текущего контроля и промежуточной аттестации доска меловая. Обеспечена возможность подключения аудио- и видеотехники, компьютера, проектора и установки переносного экрана. Рабочие места обучающихся и преподавателя.
7.3	- учебная аудитория, оборудованная рабочими местами для студентов и рабочим местом для преподавателя, обеспечена возможность подключения аудио- и видеотехники, ноутбука
7.4	- аудитория для групповых и индивидуальных консультаций. Техническое обеспечение включает 15 моноблоков.
7.5	- помещения для самостоятельной работы, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспеченные доступом к электронной информационно-образовательной среде филиала
7.6	Технические средства обучения: стационарные компьютеры, с выходом в сеть Интернет, обеспечивающее доступ к электронно – библиотечным системам издательств, к образовательному порталу филиала

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

Кадирова А.Б. Методические указания по выполнению самостоятельной работы по дисциплине «Физическая культура и спорт» для студентов заочной формы обучения направления подготовки 05.03.06 Экология и природопользование профиль Экология размещены на образовательном портале филиала ФГБОУ ВО "АГТУ" в Ташкентской области по адресу http://https://portal.astutr.uz/
Кадирова А.Б. Методические указания для практических занятий по дисциплине «Физическая культура и спорт» для студентов заочной формы обучения направления подготовки 05.03.06 Экология и природопользование профиль Экология размещены на образовательном портале филиала ФГБОУ ВО "АГТУ" в Ташкентской области по адресу http://https://portal.astutr.uz/

Приложение к рабочей программе
дисциплины (модуля)
«Физическая культура и спорт»

Особенности реализации РПД при наличии в контингенте обучающихся с ограниченными возможностями здоровья по зрению

В филиале в рамках создания безбарьерной образовательной среды для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья по зрению организованы информационные указатели с использованием тактильного шрифта по системе Брайля. Сайт имеет версию для слабовидящих.

1. Реализация РПД может осуществляться с использованием дистанционных технологий.
2. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля) представлены *на образовательном портале*.
3. Форма проведения промежуточной аттестации по дисциплине устанавливается для обучающихся с ОВЗ с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.).
4. При проведении промежуточного контроля обучающемуся при необходимости предоставляется ассистент.
5. При проведении промежуточного и текущего контроля с использованием ассистивных средств обучающемуся предоставляется дополнительное время для подготовки ответа.

Особенности реализации РПД при наличии в контингенте обучающихся с ограниченными возможностями здоровья по слуху

1. Реализация РПД может осуществляться с использованием дистанционных технологий.
2. При проведении занятий производится дублирование звуковой справочной информации визуальной.
3. Форма проведения промежуточной аттестации по дисциплине устанавливается для обучающихся с ОВЗ с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.).
4. При проведении промежуточного контроля обучающемуся при необходимости предоставляется ассистент.
5. При проведении промежуточного и текущего контроля с использованием ассистивных средств обучающемуся предоставляется дополнительное время для подготовки ответа.

Особенности реализации РПД при наличии в контингенте обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата

В филиале в рамках создания безбарьерной образовательной среды для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата, корпуса, в которых реализуется образовательная деятельность, укомплектованы необходимым оборудованием для облегчения доступа в аудитории и обслуживающие помещения.

1. Реализация РПД может осуществляться с использованием дистанционных технологий.
2. При проведении занятий обеспечивается возможность освоения практических навыков обучающимся с ОВЗ с учетом его индивидуальных физических возможностей.
3. Форма проведения промежуточной аттестации по дисциплине устанавливается для обучающихся с ОВЗ с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.).
4. При проведении промежуточного контроля обучающемуся при необходимости предоставляется ассистент.