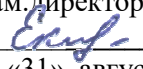


Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего  
образования  
«Сочинский государственный университет» в г. Анапе Краснодарского края

СОГЛАСОВАНО  
Зам.директора по УРиКО  
 Екимова В.В.  
«31» августа 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор филиала СГУ в г. Анапе  
 Леонова Е.В.  
«31» августа 2020 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**Б1.В.ДВ.04.03 Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Общая физическая подготовка для студентов с отклонениями в состоянии здоровья**

Шифр и направление подготовки 43.03.02«Туризм»  
Квалификация (степень выпускника) бакалавр  
Профиль подготовки бакалавра «Технология и организация туристского обслуживания»  
Форма обучения ОФО, ЗФО  
Выпускающая кафедра социально-культурного сервиса и туризма  
Кафедра-разработчик рабочей программы социально-культурного сервиса и туризма

Семестр/ курс	Трудо- ёмкость (час/зет)	Лекцион занятий, (час)	Практич занятий (час)	Лаборат занятий (час)	ИКР	СРС (час)	КР/КП (час)	РГР (час)	Форма промежут. контроля (экз/зачет)
<b>ОФО</b>									
1/1	54		54						
2/1	54		53,8						Зачёт (0,2)
3/2	54		53,8						Зачёт (0,2)
4/2	54		53,8						Зачёт (0,2)
5/3	54		53,8						Зачёт (0,2)
6/3	58		57,8						Зачёт (0,2)
Итого	328		327						Зачёт (1)
<b>ЗФО</b>									
2/1	328	4				320			Зачет(4)

Анапа 2020 г.

Рабочая программа «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Общая физическая подготовка для студентов с отклонениями в состоянии здоровья» составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО 3++ по направлению подготовки 43.03.02 Туризм (уровень ВО бакалавриат), утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 08.06.2017 г. № 516.

Рабочую программу составили:

Шаленко Александр Николаевич, старший преподаватель



Екимов С.А., директор ООО «Планета – Вижн»

(внешний эксперт)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА РАССМОТРЕНА И ОДОБРЕНА  
на заседании кафедры социально-культурного сервиса и туризма  
Протокол № 1 от « 31 » 08 2020 г.

Заведующий кафедрой

/Стародуб К.А. /

/подпись/

/Ф.И.О./

Рабочая программа одобрена на заседании Учебно-методического совета направления

Протокол № 1 от « 31 » 08 2020 г.

Председатель УМСН

/Екимова В.В./

/подпись/

/Ф.И.О/

Структура рабочей программы соответствует предъявленным требованиям

## ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ РПД

Рабочая программа переутверждена на 2021/2022 учебный год, протокол № 1 заседания кафедры от «31» августа 2021г.

В программу внесены дополнения и(или) изменения: Без изменений

Заведующий кафедрой

  
подпись

Стародуб К.А.  
ФИО

Рабочая программа переутверждена на 2021/2022 учебный год.

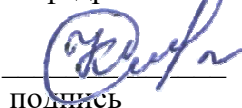
В программу внесены дополнения и (или) изменения:

Внесены изменения в раздел **5.4. Материально-техническое обеспечение дисциплины:**

п. 3 Перечня ПО заменен на продукт Dr.Web Desktop Security Suite, LBW-BC-12M-65-A-1 в связи с окончанием срока действия лицензионного сертификата на использование продукта Kaspersky Endpoint Security.

Протокол № 6 заседания кафедры от «02» февраля 2022 г.

Заведующий кафедрой

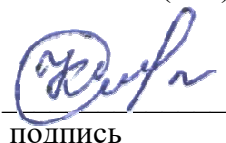
  
подпись

Стародуб К.А.  
ФИО

Рабочая программа переутверждена на 2022/2023 учебный год, протокол № 1 заседания кафедры от «31» августа 2022 г.

В программу внесены дополнения и(или) изменения: без изменений.

Заведующий кафедрой

  
подпись

Стародуб К.А.  
ФИО

Рабочая программа переутверждена на 202\_\_/202\_\_ учебный год, протокол №\_\_ заседания кафедры от «\_\_» \_\_\_\_\_ 202\_\_ г.

В программу внесены дополнения и(или) изменения:

Рабочая программа переутверждена на 202\_\_/202\_\_ учебный год, протокол №\_\_ заседания кафедры от «\_\_» \_\_\_\_\_ 202\_\_ г.

В программу внесены дополнения и(или) изменения:

## СОДЕРЖАНИЕ

1.	ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	5
2.	МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО	5
3.	ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	5
4.	СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ	6
4.1.	Тематический план дисциплины	6
4.2.	Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	9
4.3.	Формы и содержание текущей и промежуточной аттестации по дисциплине.	10
5.	УСЛОВИЯ ОСВОЕНИЯ И РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ	11
5.1.	Методические рекомендации студентам по изучению дисциплины	11
5.2.	Организация самостоятельной работы студента (СРС) по дисциплине	11
5.3.	Образовательные технологии	11
5.4.	Особенности реализации дисциплины	12
5.4.	Материально-техническое обеспечение дисциплины	12
	Приложение. АННОТАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	15

## 1 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью освоения дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Общая физическая подготовка для студентов с отклонениями в состоянии здоровья» является формирование физической культуры личности, адаптивно-компенсаторных механизмов организма, повышение уровня физической подготовленности и работоспособности, профессионально-прикладная подготовка к будущей профессиональной деятельности, показания и противопоказания для каждого обучающегося, имеющие корригирующую и оздоровительно-профилактическую направленность, использование средств физического воспитания, включая специальные средства для устранения отклонений в состоянии здоровья, физического развития и функционального состояния организма. Для достижения цели применяется индивидуально-дифференцированный подход в зависимости от уровня функциональной и физической подготовленности, характера и выраженности структурных и функциональных нарушений в организме, вызванных временными или постоянными патологическими факторами.

Задачи дисциплины:

1. Развитие и совершенствование двигательных (физических) способностей и физических качеств с применением средств и методов физической культуры, не имеющих противопоказаний для применения на практических занятиях в специальной медицинской группе.

2. Формирование потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом.

3. Овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья.

## 2 МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП НАПРАВЛЕНИЯ

Дисциплина «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Общая физическая подготовка для студентов с отклонениями в состоянии здоровья» относится к дисциплинам по выбору блока Б1.В.ДВ.

В таблице приведены предшествующие и последующие дисциплины, направленные на формирование определенных компетенций:

Таблица 1

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенции	Предшествующие дисциплины	Последующие дисциплины
<b>Универсальные компетенции</b>			
Самоорганизация и саморазвитие (в т.ч. здоровье-сбережение)	УК-7 Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Физическая культура	Нет

### 3 ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Таблица 2

Компетенции и индикаторы их достижения			В результате изучения дисциплины обучающиеся должны:
Категория компетенций	Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	
<b>Универсальные компетенции</b>			
Самоорганизация и саморазвитие (в т.ч. здоровьесбережение)	УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни	<b>Знать:</b> основные способы самоорганизации и саморазвития, нормы ЗОЖ; <b>Уметь:</b> поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; <b>Владеть:</b> навыками самоорганизации и саморазвития для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
		УК-7.2 Использует основы физической культуры и здорового образа жизни для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учётом внешних и внутренних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.	<b>Знать:</b> основы физической культуры и здорового образа жизни; <b>Уметь:</b> использовать основы физической культуры и здорового образа жизни для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий; <b>Владеть:</b> здоровьесберегающими технологиями с учётом внешних и внутренних условий при реализации конкретной профессиональной деятельности.
		УК-7.3 Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования.	<b>Знать:</b> средства и методы укрепления здоровья; <b>Уметь:</b> грамотно использовать средства и методы укрепления индивидуального здоровья для физического самосовершенствования; <b>Владеть:</b> средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования для успешной профессиональной деятельности.

## 4 СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 4.1 Тематический план дисциплины

Количество часов по учебному плану

(очная форма обучения)

Общая трудоемкость дисциплины составляет 328 часов

Всего часов – 328, из них: практические занятия – 328 часов.

№ раздела, темы	Наименование модуля (раздела, темы) дисциплины	Контактная работа обучающихся с преподавателем	Виды учебной нагрузки и их трудоемкость, часы				Всего часов
			лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	СРС	
	<b>1 курс</b>						
	1 семестр	54		54			54
1	Диагностика при занятиях физическими упражнениями и спортом для студентов с ОВЗ						
	2 семестр	54		53,8			53,8
2	Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или оздоровительных систем физических упражнений						
	Катт						0,2
	Зачет						
	<b>2 курс</b>						
	3 семестр	54		53,8			53,8
3	Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений						
	Катт						0,2
	Зачет						
	4 семестр	54		53,8			53,8
4	Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов с ОВЗ (ППФП)						
	Катт						0,2
	Зачет						
	<b>3 курс</b>						
	5 семестр	54		53,8			53,8
5	Силовые упражнения для мышц спины						
	Катт						0,2
	Зачет						
	6 семестр	58		57,8			57,8
6	Силовые упражнения для						

	мышц плечевого пояса					
	Катт					0,2
	Зачет					
	Итого:	<b>328</b>		<b>327</b>		<b>328</b>

#### 4.1.1 Лекционные занятия УП не предусмотрены

#### 4.1.2. Практические занятия

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Объем часов	Тема/Краткое содержание занятия	Формируемые Компетенции (коды)	Ссылка на литературу
1.	Диагностика при занятиях физическими упражнениями и спортом для студентов с ОВЗ	54	Врачебный контроль. Самодиагностика. Ведение дневника самоконтроля. Использование тестов для оценки физического состояния организма и физической подготовленности.	УК-7	1-3
2.	Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или оздоровительных систем физических упражнений	54	Определение понятия «спорт» и его отличие от других видов занятий физическими упражнениями. Массовый спорт, его цели и задачи. Спорт высших достижений. Студенческий спорт и его организационные особенности. Спорт в свободное время студентов, разновидности занятий и их организационная основа.	УК-7	1-3
3.	Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений	54	Характеристика возможностей влияния избранного вида спорта (системы физических упражнений) на физическое развитие, функциональную подготовленность, психические качества и свойства личности. Определение цели и задачи спортивной подготовки (системы физических упражнений), в избранном виде спорта в условиях вуза. Требования спортивной классификации и правила соревнований в избранном виде спорта.	УК-7	1-3
4.	Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)	54	Определение понятия ППФП, её цели и задачи. Основные факторы, определяющие содержание ППФП студентов.	УК-7	1-3



	студентов с ОВЗ		Организация и формы ППФП в вузе. ППФП студентов в учебных занятиях и во внеурочное время.		
	Силовые упражнения для мышц спины	54	ОРУ без предметов. ОРУ с предметами (гимнастические палки, мячи разные по качеству, мешочки с песком, гантели и др.). ОРУ на снарядах (гимнастическая стенка, скамейка, перекладина и т.д.). Упражнения на формирование навыка правильной осанки.	УК-7	1-3
	Силовые упражнения для мышц плечевого пояса	58	Лазание и перелезание (преодоление различных препятствий). Упражнения для развития мелкой моторики руки. ОРУ без предметов. ОРУ с предметами (гимнастические палки, мячи разные по качеству, мешочки с песком, гантели и др.).	УК-7	1-3
	Итого:	328		УК-7	1-3

#### 4.1.3 Самостоятельная работа УП не предусмотрена

#### 4.1.4. Интерактивные формы занятий

Занятия в интерактивной форме учебным планом не предусмотрены.

### 4.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

#### 4.2.1. Литература

1. Ростомашвили, Л. Н. Адаптивная физическая культура в работе с лицами со сложными (комплексными) нарушениями развития: учебное пособие / Л. Н. Ростомашвили. — 2-е изд. — Москва : Издательство «Спорт», 2020. — 164 с. — ISBN 978-5-907225-11-4. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/88510.html>

2. Физическая реабилитация обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья средствами ЛФК на занятиях физической культурой : учебное пособие / В.В. Андреев, А.И. Морозов, Л.Е. Школьников, А.В. Фоминых. — Набережные Челны : Набережночелнинский государственный педагогический университет, 2017. — 96 с. — ISBN 978-5-98452-148-2. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/73549.html>

3. Психология физической культуры: Учебник / Под ред. Яковлев Б.П. - Москва : Спорт, 2016. - 624 с. ISBN 978-5-906839-11-4. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/914634>

#### 4.2.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Русский Гуманитарный Интернет – Университет – Библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: URL: <http://www.i-u.ru/>

Федеральный образовательный портал ЭСМ [Электронный ресурс]. - Режим доступа: URL: <http://ecsocman.hse.ru/mags/vgu>

Экономический словарь [Электронный ресурс]. - Режим доступа: URL: <http://www.megabook.ru/business/>

Электронная библиотечная система «Университетская библиотека online» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: URL: <http://www.biblioclub.ru/>

#### 4.2.3 Нормативные документы

1. Постановление Правительства РФ от 09.10.2015 N 1085 (ред. от 18.07.2019) "Об утверждении Правил предоставления гостиничных услуг в Российской Федерации"[Электронный ресурс]: - Режим доступа:<http://www.consultant.ru> – (20.08.2019)

2. Постановление Правительства РФ от 16 февраля 2019 г. N 158 "Об утверждении Положения о классификации гостиниц"[Электронный ресурс] : - Режим доступа: <http://www.consultant.ru> – (20.08.2019)

3. Федеральный закон "Об основах туристской деятельности в Российской Федерации" от 24.11.1996 N 132-ФЗ (последняя редакция)

#### 4.2.4 Интернет-ресурсы и другие электронные информационные источники

Студентам обеспечивается доступ к базам данных и библиотечным фондам филиала. Филиал СГУ в городе Анапе обеспечивает оперативный обмен информацией с отечественными и зарубежными вузами и организациями с соблюдением требований законодательства РФ об интеллектуальной собственности и международных договоров РФ в области интеллектуальной собственности, а также доступ обучающихся к информационным справочным и поисковым системам.

В частности, обеспечивается доступ к следующим электронно-библиотечным системам и базам данных:

1) ЭБС «Znaniium.com» (Научно-исследовательский центр «ИНФРА-М») - [www.znaniium.com](http://www.znaniium.com), (доступ осуществляется с любого компьютера, в том числе домашнего и прочего устройства (планшета, смартфона), из любой точки, где есть выход в Интернет. Вход в электронно-библиотечную систему осуществляется с паролем. Данная электронно-библиотечная система представляет собой специализированный электронный ресурс, по которому предоставлена возможность работы с каталогом изданий и полной электронной версией книг, выпущенных издательствами Группы компаний «ИНФРА-М»);

2) ЭБС «IPR-books» - <http://www.iprbookshop.ru>

3) электронная библиотека диссертаций Российской государственной библиотеки ([diss/rsl.ru](http://diss.rsl.ru))(доступ осуществляется с компьютеров, находящихся в читальном зале библиотеки).

Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины соответствует библиотечному фонду филиала ФБГОУ ВО «СГУ» в г. Анапа

Зав. отделом библиотеки



Кузнецова Л.Н.

подпись

ФИО

#### 4.3. Формы и содержание текущей и промежуточной аттестации по дисциплине

Текущая аттестация по дисциплине осуществляется в форме выполнения нормативов. Форма промежуточной аттестации – зачет.

Содержание текущей и промежуточной аттестации по дисциплине раскрывается в комплекте оценочных средств (контролирующих материалов), предназначенных для проверки соответствия уровня подготовки по дисциплине требованиям ФГОС ВО.

Оценочные средства по дисциплине содержат вопросы к зачету.

Перечисленные фонды оценочных средств находятся на кафедре социально-культурного сервиса и туризма.

### **Вопросы к зачету**

1. Общепринятая терминология физических упражнений.
2. Влияние физических упражнений и регулярных занятий спортом на формирование скелета.
3. Закаливание и здоровье
4. Стресс и занятия физическими упражнениями.
5. Структура занятия по физической культуре
6. Правила составления комплекса физических упражнений
7. Упражнения для коррекции осанки.
8. Упражнения для профилактики плоскостопия.
9. Гимнастика для глаз. Упражнения для профилактики близорукости.
10. Упражнения на равновесие. Тренировка вестибулярного анализатора.
11. Для чего необходима разминка? Пример разминки перед выбранным видом спорта.
12. Дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой.
13. Строение и функции опорно-двигательного аппарата.
14. Роль суставов в движениях человека.
15. Влияние физических упражнений и регулярных занятий спортом на формирование мышечной системы.
16. Влияние занятий физическими упражнениями на обмен веществ в организме.
17. Энергетический баланс. Роль физических упражнений в регулировании энергозатрат человека.
18. Строение сердечно-сосудистой системы. Влияние занятий спортом на сердце. Показатели деятельности сердца здорового человека.
19. Строение и функции дыхательной системы. Влияние регулярных занятий спортом на состояние дыхательной системы.
20. Влияние занятий физическими упражнениями на состояние нервной системы.
21. Комплекс физических упражнений при длительной работе на персональном компьютере.
22. Комплекс физических упражнений после длительного сидения.
23. Применения средств физической культуры и спорта в режиме труда и отдыха с учетом меняющихся условий труда, быта и возрастных особенностей.
24. Основы составления и проведения комплексов общеразвивающих упражнений, комплексов специально-подготовительных упражнений, комплексов утренней гигиенической гимнастики.

## **5 УСЛОВИЯ ОСВОЕНИЯ И РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **5.1 Методические рекомендации обучающимся по изучению дисциплины**

Комплекс рекомендаций и разъяснений, позволяющих обучающемуся оптимальным образом организовать процесс изучения данной дисциплины составляют:

1. Регулярные посещения практических занятий.
2. Рекомендации по планированию и организации времени, необходимого на изучение дисциплины.
3. Рекомендации по изучению учебно-методических материалов.
4. Рекомендации по подготовке к зачёту.

## **5.2. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы студентов**

Самостоятельная работа студента учебным планом не предусмотрена.

## **5.3 Особенности преподавания дисциплины**

Проведение всех видов занятий (лекционные, практические) при преподавании дисциплин, проведение консультаций, промежуточная и текущая аттестация возможна с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

## 5.4 Материально-техническое обеспечение дисциплины

Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
Аудитория 201 для проведения занятий лекционного типа	Аудитория укомплектована специализированной мебелью, отвечающей всем установленным нормам и требованиям, учебно-наглядными материалами (стенд, презентации по дисциплине, видеофильмы), техническими средствами обучения: Ноутбук «Aser Extensa» - 1 шт. Проектор «RoverLight» - 1 шт. Интерактивная доска «Intrwrite» – 1 шт. Телевизор «Samsung» – 1 шт. Аудиосистема «Tordevice» - 1 шт.	Microsoft Windows Vista Business Russian Upgrade Academic OPEN No Level (бессрочные лицензии № 42588538 от 10.08.2007, №43777173 от 11.04.2008). Microsoft Office Professional Plus 2007 Russian Academic OPEN No Level (бессрочные лицензии № 42588538 от 10.08.2007, №43777173 от 11.04.2008, №46514573 от 12.02.2010). Kaspersky Endpoint Security лицензия 2434-191106-135919-303-2481 от 06.11.2019 г. (срок действия – до 29.12.2021 г.). «GTCO Calcomp Interwrite» (бессрочная лицензия коробочной версии)
Спортивный зал, стрелковый тир, открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий	Спортивный зал: Канат, перекладина, мячи, параллельные брусья, баскетбольные щиты, теннисные ракетки, теннисные шарики, гимнастические маты, козел для опорных прыжков. Стрелковый тир: Комплект плакатов, пневматическая винтовка, пулеулавливатель. Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий: Элементы полосы препятствий, волейбольная площадка, баскетбольная площадка, футбольная площадка.	-
Аудитории для самостоятельной работы (читальный зал, 210)	Читальный зал укомплектован специализированной мебелью, отвечающей всем установленным нормам и требованиям, помещение оснащено: ноутбук «Lenovo» - 3 шт., аудиомэгнитофон «Sony» - 1 шт.	Microsoft Windows Vista Business Russian Upgrade Academic OPEN No Level (бессрочные лицензии № 42588538 от 10.08.2007, №43777173 от 11.04.2008). Microsoft Office Professional Plus 2007 Russian Academic OPEN No Level (бессрочные лицензии № 42588538 от 10.08.2007, №43777173 от 11.04.2008, №46514573 от 12.02.2010). Kaspersky Endpoint Security лицензия 2434-191106-135919-303-2481 от 06.11.2019 г. (срок действия – до 29.12.2021 г.).
	Аудитория 210 укомплектована специализированной мебелью, отвечающей всем установленным нормам и требованиям, помещение технически оснащено: ПК (Pentium Dual-Core E5700, DDR2-2 ГБ, диск 500 ГБ, монитор «Samsung 943») - 12 шт., Проектор «BenqMP635» - 1 шт., Проекционный экран - 1 шт., Ноутбук «Acer» - 1 шт.	Microsoft Windows Vista Business Russian Upgrade Academic OPEN No Level (бессрочные лицензии № 42588538 от 10.08.2007, №43777173 от 11.04.2008). Microsoft Office Professional Plus 2007 Russian Academic OPEN No Level (бессрочные лицензии № 42588538 от 10.08.2007, №43777173 от 11.04.2008, №46514573 от 12.02.2010). Microsoft Visio Standard 2007 Russian Academic OPEN No Level (бессрочные лицензии № 42588538 от 10.08.2007). Kaspersky Endpoint Security лицензия 2434-

		191106-135919-303-2481 от 06.11.2019 г. (срок действия – до 29.12.2021 г.). Программа EхаExcursions (бессрочный лицензионный договор безвозмездной передачи неисключительных прав использования № 1702142 от 01.04.2017 г.).
--	--	---

При организации занятий, текущей и промежуточной аттестации с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий используются различные электронные образовательные ресурсы и онлайн сервисы, в том числе: Skype, Zoom, BigBlueButton, Moodle, Прометей, WhatsApp.

## АННОТАЦИЯ

рабочей программы дисциплины

**Б1.В.ДВ.04.03 Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Общая физическая подготовка для студентов с отклонениями в состоянии здоровья****Очная**

Составитель аннотации – Шаленко А.Н., старший преподаватель кафедры УЭиСГД

<b>Общая трудоемкость дисциплины (ЗЕТ/час)</b>	9/328
<b>Цель изучения дисциплины</b>	формирование физической культуры личности, адаптивно-компенсаторных механизмов организма, повышение уровня физической подготовленности и работоспособности, профессионально-прикладная подготовка к будущей профессиональной деятельности, показания и противопоказания для каждого обучающегося, имеющие корригирующую и оздоровительно-профилактическую направленность, использование средств физического воспитания, включая специальные средства для устранения отклонений в состоянии здоровья, физического развития и функционального состояния организма
<b>Содержание дисциплины</b>	<p>Диагностика при занятиях физическими упражнениями и спортом для студентов с ОВЗ</p> <p>Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или оздоровительных систем физических упражнений</p> <p>Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений</p> <p>Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студентов с ОВЗ</p> <p>Силовые упражнения для мышц спины</p> <p>Силовые упражнения для мышц плечевого пояса</p>
<b>Формируемые компетенции</b>	УК-7
<b>Наименование дисциплин, необходимых для освоения данной дисциплины</b>	Физическая культура и спорт
<b>Знания, умения и навыки, получаемые в результате изучения дисциплины</b>	<p><b>Знать:</b> основные способы самоорганизации и саморазвития, нормы ЗОЖ; основы физической культуры и здорового образа жизни; средства и методы укрепления здоровья.</p> <p><b>Уметь:</b> поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; использовать основы физической культуры и здорового образа жизни для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий; грамотно использовать средства и методы укрепления индивидуального здоровья для физического самосовершенствования;</p> <p><b>Владеть:</b> навыками самоорганизации и саморазвития для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; здоровьесберегающими технологиями с учётом</p>

	внешних и внутренних условий при реализации конкретной профессиональной деятельности; средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования для успешной профессиональной деятельности.
<b>Образовательные технологии</b>	Практические занятия
<b>Формы текущего контроля успеваемости</b>	Текущая аттестация: вопросы к зачету
<b>Форма промежуточной аттестации</b>	Зачет