

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ИНКЛЮЗИВНОГО ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО ЭКОНОМИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ»

---

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебно-методической работе

Е.С. Сахарчук

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Индекс Б1.О.05 Физическая культура и спорт

наименование дисциплины

образовательная программа направления подготовки 43.03.02 Туризм  
шифр, наименование

**Направленность (профиль)**

**Социальный туризм**

Квалификация (степень) выпускника: бакалавр

Форма обучения очная

Курс 1 семестр 1

Москва 2022

Рабочая программа дисциплины (модуля) разработана на основании федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – бакалавриата по направлению подготовки 43.03.02 Туризм, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 516 от 08.06.2017г., учебного плана по основной профессиональной образовательной программе высшего образования - программы бакалавриата по направлению подготовки 43.03.02 Туризм, с учетом следующих профессиональных стандартов, сопряженных с профессиональной деятельностью выпускника:

– 04.005 «Экскурсовод (гид)».

Разработчик ОПОП ВО: **заместитель декана факультета экономики**  
место работы, занимаемая должность

Крюкова Е.М.

Рабочая программа утверждена на заседании кафедры управления и предпринимательства (протокол № 4 от «11» ноября 2022 г.)

на заседании Учебно-методического совета МГГЭУ  
(протокол № 2 от «23» ноября 2022 г.)

СОГЛАСОВАНО:

Начальник учебно-методического управления  
И.Г. Дмитриева

Начальник методического отдела  
Д.Е. Гапеенок

Заведующий библиотекой  
В.А. Ахтырская

# СОДЕРЖАНИЕ

|   |           |
|---|-----------|
| РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) .....   | 4         |
| 1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля).....  | 4         |
| 1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования- программы бакалавриата.....   | 4         |
| 1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата .....                       | 4         |
| РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).....   | 5         |
| 2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работу обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося .....   | 5         |
| 2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля) .....   | 6         |
| РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ) .....   | 7         |
| 3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю).....  | 7         |
| 3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю) .....   | 8         |
| РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ) .....   | 12        |
| 4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю).....  | 12        |
| 4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы .....  | 12        |
| 4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания .....   | 13        |
| 4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы ..... | 15        |
| 4.5 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.....   | 16        |
| РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) .....  | 16        |
| 5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля) ..  | 16        |
| 5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля) .....  | 17        |
| 5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....  | 17        |
| 5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплины (модуля).....   | 19        |
| 5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю) .....  | 20        |
| 5.6 Образовательные технологии .....  | 20        |
| РАЗДЕЛ 6. ОСОБЕННОСТИ ОБУЧЕНИЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОВЗ.....   | 22        |
| <b>ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ.....</b>  | <b>23</b> |

## РАЗДЕЛ 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### 1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля)

Цель дисциплины (модуля) заключается в получении обучающимися теоретических знаний о средствах, методах и организационных формах физической культуры, позволяющие выпускнику методически обоснованно и целенаправленно использовать их при организации деятельности по удовлетворению особых образовательных потребностей различных групп населения, направленных на повышение уровня их социальной адаптации и реабилитации, обеспечения здорового образа жизни.

Задачи дисциплины (модуля):

1. Формирование личной физической культуры студента;
2. Развитие знаний о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
3. Формирование готовности применять спортивные и оздоровительные технологии для достижения высокого уровня физического здоровья и поддержания его в процессе обучения, и дальнейшей профессиональной деятельности

### 1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования- программы бакалавриата

Дисциплина (модуль) «Физическая культура и спорт (модуля)» реализуется в основной части основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 43.03.02 Туризм, очной формы обучения.

Изучение дисциплины (модуля) «Физическая культура и спорт (модуля)» является базовым для последующего освоения программного материала дисциплин (модулей): «Технологии организации и сопровождения туристских маршрутов» (модуля).

### 1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата

Процесс освоения учебной дисциплины направлен на формирование у обучающихся следующих универсальных компетенций: УК-7, в соответствии с основной профессиональной образовательной программой «Туризм» по направлению подготовки 43.03.02 «Туризм».

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен демонстрировать следующие результаты:

| Категория компетенций   | Код компетенции | Формулировка компетенции   | Код и наименование индикатора достижения компетенции   |
|---|-----------------|--|--|
| Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение) | УК-7            | Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | УК-7.1. Знает: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы планирования и |

|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
|  |  |  | <p>проведения занятий по физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам УК-7.2. Умеет: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.</p> <p>УК-7.3. Имеет опыт: - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния и физической подготовленности</p> |
|--|--|--|---|

## РАЗДЕЛ 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### 2.1 Объем дисциплины (модуля), включая контактную работу обучающегося с педагогическими работниками и самостоятельную работу обучающегося

Общая трудоемкость дисциплины (модуля), изучаемой в 1 семестре, составляет 2 зачетные единицы. По дисциплине (модулю) предусмотрен *зачет*.

#### Очная форма обучения

| Вид учебной работы              | Всего часов | Семестры |  |  |  |
|---------------------------------|-------------|----------|--|--|--|
|                                 |             | 1        |  |  |  |
| Контактная работа обучающихся с | 8           | 8        |  |  |  |

|  |           |           |  |  |  |
|--|-----------|-----------|--|--|--|
| <b>педагогическими работниками</b>               |           |           |  |  |  |
| Учебные занятия лекционного типа                 | 4         | 4         |  |  |  |
| Практические занятия                             | 4         | 4         |  |  |  |
| Лабораторные занятия                             |           |           |  |  |  |
| Иная контактная работа                           |           |           |  |  |  |
| <b>Самостоятельная работа обучающихся, всего</b> | <b>55</b> | <b>55</b> |  |  |  |
| <b>Контроль промежуточной аттестации (час)</b>   | <b>9</b>  | <b>9</b>  |  |  |  |
| <b>ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЧАСАХ</b>         | <b>72</b> | <b>72</b> |  |  |  |

## 2.2. Учебно-тематический план дисциплины (модуля)

### Очной формы обучения

| Раздел, тема  | Виды учебной работы, академических часов |                        |   |                    |                                  |                      |                          |
|---|--|------------------------|---|--------------------|----------------------------------|----------------------|--------------------------|
|   | Всего                                    | Самостоятельная работа | Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками |                    |                                  |                      |                          |
|   |  |                        | Всего   | Лекционные занятия | Семинарские/практические занятия | Лабораторные занятия | Контактная работа в ЭИОС |
| <b>Модуль 1 (Семестр 1)</b>   |  |                        |   |                    |                                  |                      |                          |
| <b>Раздел 1. Основы физической культуры и здорового образа жизни</b>                  |  |                        |   |                    |                                  |                      |                          |
| Тема 1.1 Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов | 6  | 5                      | 1   | 0.5                | 0.5                              |                      | 0                        |
| Тема 1.2 Социально-биологические основы физической культуры                           | 6  | 5                      | 1   | 0.5                | 0.5                              |                      | 0                        |
| Тема 1.3 Основы здорового образа жизни  | 6  | 5                      | 1   | 0.5                | 0.5                              |                      | 0                        |
| Тема 1.4 Физическая тренировка в обеспечении здоровья                                 | 9  | 8                      | 1   | 0.5                | 0.5                              |                      | 0                        |
| <b>Общий объем по модулю, часов</b>   | <b>27</b>                                | <b>23</b>              | <b>4</b>  | <b>2</b>           | <b>2</b>                         |                      | <b>0</b>                 |
| <b>Раздел 2. Основы самостоятельных занятий физическими упражнениями</b>              |  |                        |   |                    |                                  |                      |                          |
| Тема 2.1 Средства и   | 6  | 5                      | 1   | 0.5                | 0.5                              |                      | 0                        |

| Раздел, тема  | Виды учебной работы, академических часов |                        |   |                    |                                  |                      |                          |
|---|--|------------------------|---|--------------------|----------------------------------|----------------------|--------------------------|
|   | Всего                                    | Самостоятельная работа | Контактная работа обучающихся с педагогическими работниками |                    |                                  |                      |                          |
|   |  |                        | Всего   | Лекционные занятия | Семинарские/практические занятия | Лабораторные занятия | Контактная работа в ЭИОС |
| методы физической культуры в регулировании работоспособности                                  |  |                        |   |                    |                                  |                      |                          |
| Тема 2.2 Общая физическая и специальная подготовка  | 6  | 5                      | 1   | 0.5                | 0.5                              |                      | 0                        |
| Тема 2.3 Современные оздоровительные технологии. Особенности организации студенческого спорта | 6  | 5                      | 1   | 0.5                | 0.5                              |                      | 0                        |
| Тема 2.4 Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями                     | 8  | 7                      | 1   | 0.5                | 0.5                              |                      | 0                        |
| <b>Общий объем по модулю, часов</b>   | <b>26</b>                                | <b>22</b>              | <b>4</b>  | <b>2</b>           | <b>2</b>                         |                      | <b>0</b>                 |
| <b>Контроль промежуточной аттестации (час)</b>  | <b>9</b>                                 |                        |   |                    |                                  |                      |                          |
| <b>Общий объем, часов</b>   | <b>72</b>                                | <b>55</b>              | <b>8</b>  | <b>4</b>           | <b>4</b>                         |                      | <b>0</b>                 |
| <b>Форма промежуточной аттестации</b>   | <b>зачет</b>                             |                        |   |                    |                                  |                      |                          |

### РАЗДЕЛ 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

#### 3.1. Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

##### *Очной формы обучения*

| Раздел, тема | Всего | Виды самостоятельной работы обучающихся |                                |                                |                             |                                |                                   |
|--------------|-------|---|--------------------------------|--------------------------------|-----------------------------|--------------------------------|-----------------------------------|
|              |       | Академическая активность, час           | Форма академической активности | Выполнение практ. заданий, час | Форма практического задания | Рубежный текущий контроль, час | Форма рубежного текущего контроля |
|              |       |   |                                |                                |                             |                                |                                   |

| <b>Модуль 1. Физическая культура и спорт, семестр 1</b>                  |           |           |  |           |                       |          |                               |
|--|-----------|-----------|--|-----------|-----------------------|----------|-------------------------------|
| <b>Раздел 1. Основы физической культуры и здорового образа жизни</b>     | 22        | 10        | Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС | 10        | Аналитическое задание | 2        | Оценка аналитического задания |
| <b>Раздел 2. Основы самостоятельных занятий физическими упражнениями</b> | 23        | 11        | Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС | 10        | Аналитическое задание | 2        | Оценка аналитического задания |
| <b>Общий объем по модулю/семестру, часов</b>                             | <b>55</b> | <b>21</b> | -  | <b>20</b> | -                     | <b>4</b> | -                             |
| <b>Общий объем по дисциплине (модулю), часов</b>                         | <b>55</b> | <b>21</b> | -  | <b>20</b> | -                     | <b>4</b> | -                             |

### **3.2 Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)**

#### **РАЗДЕЛ 1. НАЗВАНИЕ В СООТВЕТСТВИИ С П. 3 РПУД.**

#### **ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

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

*Цель:* раскрыть сущность, значение и место физической культуры, ее социальные функции и формы

Перечень изучаемых элементов содержания

*Физическая культура, физическое воспитание, физическая подготовленность, двигательная подготовленность, профессионально-прикладная подготовка, спорт, средства физической культуры, методы физической культуры, компоненты физической культуры.*

Вопросы для самоподготовки:

1. Чем характеризуются понятия: физическая культура, спорт, физическое воспитание, физическое совершенство, физическая рекреация, физическое развитие, физическая подготовка, физическое упражнение;
2. Что отражает понятие «компоненты физической культуры»;
3. Что относится к понятию «массовый спорт» и «спорт высших достижений» и в чем их различие.

**Формы контроля самостоятельной работы обучающихся:** эссе, реферат, доклад (по выбору)

1. Физическая культура в системе общечеловеческой культуры.
2. Ценностный компонент базовой физической культуры студента.
3. Деятельностный компонент базовой физической культуры студента.
4. Роль общекультурных компетенций в формировании бакалавра по направлению подготовки Физическая культура.

##### **Тема 2. Социально-биологические основы физической культуры**

*Цель:* познакомить с анатомо-морфологические особенности и физиологическими функциями организма

Перечень изучаемых элементов содержания



Организм, физиологические функции, физической развитие, физическая работоспособность, гипоксия, умственная работоспособность, утомление, биологические ритмы, внешняя среда

Вопросы для самоподготовки:

1. Чем характеризуется взаимосвязь физической и умственной работоспособности.
2. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность.
3. Внешняя среда и ее влияние на здоровье человека.
4. Гипокинезия и гиподинамия как проблемы современного общества.

**Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание**

1. Дать оценку физической работоспособности по тесту Мартине.
2. Дать оценку умственной работоспособности по тесту «Корректирующая проба»

### **Тема 3. Основы здорового образа жизни**

*Цель: познакомить с составляющими здорового образа жизни*

Перечень изучаемых элементов содержания

Здоровый образ жизни, критерии здоровья, образ жизни, самооценка, адаптация, регенерация, экология, генетика

Вопросы для самоподготовки:

1. Чем характеризуется здоровый образ жизни.
2. Алкоголизм и его причины.
3. Курение и его причины.
4. Роль здорового образа жизни в сохранении здоровья.
5. Здоровье в иерархии потребностей человека.

**Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание**

1. Дать оценку физическому развитию (метод соматометрии).
2. Дать оценку физическому развитию (метод индексов).

### **Тема 4. Физическая тренировка в обеспечении здоровья**

*Цель: познакомить с физиологическими механизмами и закономерностями воздействия физической тренировки на здоровье*

Перечень изучаемых элементов содержания

Тренировка, кровообращение, дыхание, нервная система, обмен веществ и энергии, устойчивость, тренированность.

**Вопросы для самоподготовки:**

1. Чем характеризуется тренированность.
2. Как можно оценить тренированность.
3. Какие изменения происходят в системе кровообращения под влиянием тренированности.
4. Какие изменения происходят в системе дыхания под влиянием тренированности.
5. Как физическая нагрузка влияет на нервную систему.

**Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание**

1. Дать оценку физического развития (метод стандартов и антропометрических профилей).

## **ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 1**

**Форма практического задания:**

Аналитическое задание по теме «**Мой личный опыт занятия спортом**» (на любительском или профессиональном уровне) в объеме 7-10 страниц машинописного текста, в котором обязательно отразить следующие разделы:

1. Вид спорта, которым Вы занимались: дать его краткую характеристику.

2. Определить к какой группе видов спорта он относится, и обосновать критерии выбора Вами именно этого вида спорта.
3. Описать какие физические, морально-волевые, психологические и иные качества данный вид спорта в Вас развил.
4. Описать Ваши личные достижения в избранном виде спорта.
5. Описать влияние избранного вида спорта на Вашу профессиональную деятельность.

Студент, освобожденный от занятий по физической культуре на основании медицинских показаний, пишет эссе «**Мой любимый вид спорта**» отражая в нем все пункты кроме пункта 4 (описать Ваши достижения в избранном виде спорта).

**РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 1: форма рубежного контроля – оценка аналитического задания по разделу 1.**

## **РАЗДЕЛ 2. ОСНОВЫ САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ**

### **Тема 5. Средства и методы физической культуры в регулировании работоспособности**

*Цель: познакомить со средствами и методами физической культуры для регулирования работоспособности*

Перечень изучаемых элементов содержания

Труд студента, психофизическая работоспособность, средства физической культуры, методы физической культуры, средство профилактики, средства коррекции.

#### **Вопросы для самоподготовки:**

1. Какие пути профилактики умственного утомления вы знаете.
2. Какие пути профилактики физического утомления вы знаете.
3. Основные причины изменения психофизического состояния студента в период сессии.

**Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание**

1. Дать оценку физической работоспособности (степ-тест).
2. Дать оценку функционального состояния (проба Штанге, проба Генче).

### **Тема 6. Общая физическая и специальная подготовка**

*Цель: познакомить со средствами и методами общей физической и специальной физической тренировки*

Перечень изучаемых элементов содержания

Средства физического воспитания, методы физического воспитания, физические качества, психические качества, интенсивность нагрузок, общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка

#### **Вопросы для самоподготовки:**

1. Какие пути профилактики умственного утомления вы знаете.
2. Какие пути профилактики физического утомления вы знаете.
3. Основные причины изменения психофизического состояния студента в период сессии.

**Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: практическое задание**

1. Подготовить комплекс упражнений для развития силы.
2. Подготовить комплекс упражнений для развития выносливости.
3. Подготовить комплекс упражнений для развития координации.

**Тема 7. Современные оздоровительные технологии. Особенности организации студенческого спорта**

*Цель: познакомить студентов с разновидностями современных оздоровительных технологий*

Перечень изучаемых элементов содержания

Аэробика, фитнес, фитбол-аэробика, бодибилдинг, калланетик, дыхательная гимнастика, йога, шейпинг, гиревой спорт.

Вопросы для самоподготовки:

1. Система организации студенческого спорта за рубежом.
2. Система организации студенческого спорта в России.
3. Система спортивных секций в вузе.

**Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание**

1. Оценка психологического статуса.
2. Оценка самочувствия, активности, настроения

## **Тема 8. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями**

*Цель: познакомить студентов с методикой самостоятельных занятий физическими упражнениями*

Перечень изучаемых элементов содержания

Двигательная активность, мотивация, формы занятий, содержание занятий, гигиена занятий, определение нагрузки, самоконтроль.

Вопросы для самоподготовки:

1. Понятие оптимальной двигательной активности.
2. Формирование мотивации к занятиям физическими упражнениями.
3. Особенности планирования нагрузки.

**Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: расчетное практическое задание**

1. Составить комплекс упражнений для самостоятельных занятий утренней гимнастикой.
2. Составить комплекс упражнений для физкульт-паузы.

Рассчитать оптимальную физическую нагрузку по формуле:  $(ЧСС_2 - ЧСС_1) : ЧСС_1 \times 100\%$  (Оценка: «5» - 20 и <; «4» - 21-40; «3» - 41-65; «2» - 66-75; «1» - 76 и >.)

## **АНАЛИТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ К РАЗДЕЛУ 2.**

### **Форма практического задания:**

Аналитическое задание по теме «**Мои самостоятельные занятия физической культурой и спортом**» в объеме 10-12 страниц машинописного текста, в котором обязательно отразить следующие разделы:

1. Ваши мотивы, побуждающие самостоятельно заниматься физической культурой и спортом.
2. Цели, которые Вы ставите перед самостоятельными тренировочными занятиями.
3. Средства, используемые в процессе самостоятельных занятий (какие физические упражнения, использование естественных сил природы).
4. Методы организации Ваших самостоятельных занятий по физической культуре и спорту.
5. Дозировка тренировочных нагрузок при Ваших самостоятельных занятиях физической культурой и спортом.
6. Питание и личная гигиена при Ваших самостоятельных занятиях физической культурой и спортом.
7. Результаты, достигнутые Вами при самостоятельных занятиях физической культурой и спортом.

Студент, освобожденный от занятий по физической культуре на основании медицинских показаний, пишет эссе «**Мои самостоятельные занятия оздоровительной физической культурой**» отражая в нем все пункты аналитического задания.

## **РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ К РАЗДЕЛУ 2: форма рубежного контроля – оценка аналитического задания по разделу 2.**

*Оформление работ, выполняемых в рамках самостоятельной работы осуществляется в соответствии с Методическими указаниями по оформлению письменных работ, обучающихся в рамках самостоятельной работы, утвержденными Учебно-методическим советом МГГЭУ, Протокол № 2 от 25 июня 2015 года.*

*Конкретные практические задания и задания для рубежного контроля определяются в учебно-методических материалах по работе обучающихся в электронной информационно-образовательной среде МГГЭУ с применением технологий электронного обучения по данной дисциплине (модулю), утверждаемых ежегодно факультетом.*

## **РАЗДЕЛ 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)**

### **4.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю)**

Контрольным мероприятием промежуточной аттестации обучающихся по учебной дисциплине (модулю) является **зачет** который проводится в **устной** форме.

### **4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы**

| <b>Код компетенции</b> | <b>Содержание компетенции (части компетенции)</b>  | <b>Результаты обучения</b>   | <b>Этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы</b> |
|------------------------|--|--|---|
| УК-7                   | Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | Знать: значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре; - основы | Этап формирования знаний  |

|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
|  |  | контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования.<br>- правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря  |   |
|  |  | Уметь: самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.   | Этап формирования умений                    |
|  |  | Владеть: проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности | Этап формирования навыков и получения опыта |

#### 4.3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

| Код компетенции | Этапы формирования компетенций | Показатель оценивания компетенции   | Критерии и шкалы оценивания  |
|-----------------|--------------------------------|---|--|
| УК-7            | Этап формирования знаний.      | Теоретический блок вопросов.<br><br>Уровень освоения программного материала, логика и грамотность изложения, умение самостоятельно обобщать и излагать материал | 1) обучающийся глубоко и прочно освоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская |

|      |  |  |  |
|------|--|--|--|
|      |  |  | <p>ошибок:<br/>( 9-10] баллов;</p> <p>2) обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения:<br/>[8-9) баллов;</p> <p>3) обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала:<br/>(6-8) баллов;</p> <p>4) обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки:<br/>[0-6) баллов.</p> |
| УК-7 | Этап формирования умений                     | <p>Аналитическое задание (задачи, ситуационные задания, кейсы, проблемные ситуации и т.д.)</p> <p>Практическое применение теоретических положений применительно к профессиональным задачам, обоснование принятых решений</p> | <p>1) свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, задание выполнено верно, даны ясные аналитические выводы к решению задания, подкрепленные теорией:<br/>( 9-10] баллов;</p> <p>2) владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий, задание выполнено верно, отмечается хорошее развитие аргумента, однако отмечены погрешности в ответе, скорректированные при собеседовании:<br/>[8-9) баллов;</p>  |
| УК-7 | Этап формирования навыков и получения опыта. | <p>Аналитическое задание (задачи, ситуационные задания, кейсы, проблемные ситуации и т.д.)</p> <p>Решение практических заданий и задач, владение навыками и умениями при выполнении практических</p>                         | <p>3) испытывает затруднения в выполнении практических заданий, задание выполнено с ошибками, отсутствуют логические выводы и заключения к решению:<br/>(6-8) баллов;</p> <p>4) практические задания, задачи выполняет с большими</p>  |

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  |  | заданий, самостоятельность, умение обобщать и излагать материал. | затруднениями или задание не выполнено вообще, или задание выполнено не до конца, нет четких выводов и заключений по решению задания, сделаны неверные выводы по решению задания:<br>[0-6] баллов. |
|--|--|--|--|

#### **4.4 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы**

##### **Примерные вопросы для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

###### Теоретический блок вопросов:

1. Понятия «физическая культура», «спорт», «физическое воспитание».
2. Физическое развитие, физическое совершенство. Физическая подготовка и двигательная активность человека.
3. Физическая культура как учебная дисциплина высшего профессионального образования и ее задачи.
4. Здоровый образ жизни и факторы его составляющие. Роль физической культуры в формировании здорового образа жизни.
5. Значение физических упражнений для здоровья человека.
6. Гигиенические правила занятий физическими упражнениями.
7. Социальные и биологические факторы, их влияние на физическое развитие человека.
8. Воздействие экологических факторов на организм.
9. Физическая культура как средство борьбы с гиподинамией и гипокинезией.
10. Общая физическая подготовка (ОФП) и специальная физическая подготовка (СФП) студента. Их характеристики.
11. Средства физической культуры.
12. Оздоровительные силы природы как средство физической культуры.
13. Сила. Средства и методы развития силы.
14. Гибкость. Средства и методы развития гибкости.
15. Ловкость. Средства и методы развития ловкости.
16. Выносливость. Средства и методы развития выносливости.
17. Быстрота. Средства и методы развития быстроты.
18. Дыхательная система и ее функции при занятиях физическими упражнениями.
19. Опорно-двигательный аппарат и его функции при занятиях физическими упражнениями.
20. Сердечно-сосудистая система и ее функции при занятиях физическими упражнениями.
21. Врачебный контроль при занятиях физической культурой, его цель.
22. Критерии физического развития и физической подготовленности.
23. Правила самостоятельных занятий физическими упражнениями.
24. Значение утренней гимнастики.
25. Приемы закаливания.
26. Самоконтроль, основные методы. Дневник самоконтроля спортсмена.
27. Методы профилактики профессиональных заболеваний.
28. Основные формы производственной физической культуры.
29. Массовый спорт и спорт высших достижений. Их цели, задачи и различия.
30. Студенческий спорт. Организация и планирование спортивной подготовки в вузе.

###### **Аналитическое задание:**

1. Составить комплекс упражнений для самостоятельных занятий утренней гимнастикой.
2. Составить комплекс упражнений для физкульт-паузы.
3. Составить комплекс управлений для занятия по общей физической подготовке.
4. Рассчитать оптимальную физическую нагрузку по формуле:  $(ЧСС_2 - ЧСС_1) : ЧСС_1 \times 100\%$  (Оценка: «5» - 20 и <; «4» - 21-40; «3» - 41-65; «2» - 66-75; «1» - 76 и >.)

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

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования – программ бакалавриата/магистратуры/специалитета в Российском государственном социальном университете и Положение о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

На промежуточную аттестацию отводится 20 рейтинговых баллов.

Ответы обучающегося на контрольном мероприятии промежуточной аттестации оцениваются педагогическим работником по 20 - балльной шкале, а итоговая оценка по дисциплине (модулю) выставляется по пятибалльной системе по системе зачтено/не зачтено для зачета.

Критерии выставления оценки определяются Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в Российском государственном социальном университете.

### **РАЗДЕЛ 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

#### **5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы для освоения дисциплины (модуля)**

##### **5.1.1. Основная литература**

1. Муллер, А. Б. Физическая культура : учебник и практикум для вузов / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 424 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02483-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/488898>
2. Стриханов, М. Н. Физическая культура и спорт в вузах : учебное пособие / М. Н. Стриханов, В. И. Савинков. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 160 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10524-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493629>



### 5.1.2. Дополнительная литература

1. Литвинов, С. А. Методика обучения физической культуре. Календарно-тематическое планирование : учебное пособие для вузов / С. А. Литвинов. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 413 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11125-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/494558>
2. Якубенко, Я. Э. Методика дистанционного обучения физической культуре : учебное пособие для вузов / Я. Э. Якубенко, Е. В. Конеева ; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 103 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14926-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/497215>

### 5.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

| №№ | Название электронного ресурса              | Описание электронного ресурса  | Используемый для работы адрес   |
|----|--|--|---|
| 1. | ЭБС «ZNANIUM.COM»                          | Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам                     | <a href="https://znanium.com">https://znanium.com</a>   |
| 2. | Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru | Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов | <a href="http://elibrary.ru/">http://elibrary.ru/</a>   |
| 3. | Образовательная платформа Юрайт            | Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.  | <a href="https://urait.ru/">https://urait.ru/</a>   |
| 4. | ЭБС «Лань»                                 | Полнотекстовая база данных периодических изданий   | <a href="https://e.lanbook.com">https://e.lanbook.com</a>   |
| 5. | Электронная Библиотека МГТЭУ               | База данных МГТЭУ  | <a href="http://portal.mgsigi.ru/elektronnaya_biblioteka/">http://portal.mgsigi.ru/elektronnaya_biblioteka/</a> |

### 5.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Освоение обучающимся дисциплины (модуля) «Физическая культура и спорт (модуля)» предполагает изучение материалов дисциплины (модуля) на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций, семинаров

и практических занятий. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Для успешного освоения дисциплины (модуля) и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с рабочей программой дисциплины (модуля), доступной в электронной информационно-образовательной среде МГГЭУ.

Следует обратить внимание на списки основной и дополнительной литературы, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

Подготовка к учебному занятию лекционного типа заключается в следующем.

С целью обеспечения успешного обучения обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу.

Подготовка к занятию семинарского типа

При подготовке и работе во время проведения занятий семинарского типа следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к учебному занятию семинарского типа заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач лабораторной работы/практического занятия, техники безопасности при работе с приборами, веществами.

Работа во время проведения учебного занятия семинарского типа включает:

- консультирование студентов преподавателями и вспомогательным персоналом с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач, ознакомление с правилами техники безопасности при работе в лаборатории;
- самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной учебной программой тематики.

Самостоятельная работа.

Для более углубленного изучения темы задания для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала. Более подробная информация о самостоятельной работе представлена в разделах «Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы по дисциплине (модулю)», «Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине (модулю)».

## 5.4 Информационно-технологическое обеспечение образовательного процесса по дисциплины (модуля)

### 5.4.1. Средства информационных технологий

1. Персональные компьютеры;
2. Средства доступа в Интернет;
3. Проектор.

### 5.4.2. Программное обеспечение

- 1. Microsoft Windows 7 Enterprise
- Microsoft office 2010
- Яндекс.Телемост
- Яндекс.Документы
- Яндекс.Диск
- Telegram
- Discord
- Консультант Плюс
- 7-zip

### 5.4.3. Информационные справочные системы

| Название электронного ресурса              | Описание электронного ресурса  | Используемый для работы адрес                             |
|--|--|---|
| ЭБС «ZNANIUM.COM»                          | Электронная библиотека, обеспечивающая доступ высших и средних учебных заведений, публичных библиотек и корпоративных пользователей к наиболее востребованным материалам                     | <a href="https://znanium.com">https://znanium.com</a>     |
| Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru | Крупнейший российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 34 млн научных публикаций и патентов | <a href="http://elibrary.ru/">http://elibrary.ru/</a>     |
| Образовательная платформа Юрайт            | Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам.  | <a href="https://urait.ru/">https://urait.ru/</a>         |
| ЭБС «Лань»                                 | Полнотекстовая база данных   | <a href="https://e.lanbook.com">https://e.lanbook.com</a> |

|                              |                       |   |
|------------------------------|-----------------------|---|
|                              | периодических изданий |   |
| Электронная Библиотека МГГЭУ | База данных МГГЭУ     | <a href="http://portal.mgsgi.ru/elektronnaya_biblioteka/">http://portal.mgsgi.ru/elektronnaya_biblioteka/</a> |

### **5.5 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю)**

Для изучения дисциплины (модуля) *«Физическая культура и спорт (модуля)»* в рамках реализации основной профессиональной образовательной программы высшего 43.03.02 «Туризм» используются:

**Учебная аудитория для занятий лекционного типа** оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроjectionное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет), а также (при наличии) демонстрационными печатными пособиями («Физкультурно-оздоровительные технологии», «Технологии спорта»), экранно-звуковыми средствами обучения («Методика обучения самостоятельным занятиям физической культурой студентов»), демонстрационными материалами (презентации по здоровому образу жизни, профессионально-прикладной физической культуре и спорту), видеофильмами DVD (Знаменитые спортсмены, чемпионы Олимпийских игр и Чемпионатов мира, Европы, виды спорта).

**Учебная аудитория для занятий семинарского типа:** оснащена специализированной мебелью (стол для преподавателя, парты, стулья, доска для написания мелом); техническими средствами обучения (видеопроjectionное оборудование, средства звуковоспроизведения, экран и имеющие выход в сеть Интернет), а также демонстрационными печатными пособиями («Физкультурно-оздоровительные технологии», «Технологии спорта»), экранно-звуковыми средствами обучения («Методика обучения самостоятельным занятиям физической культурой студентов»), демонстрационными материалами (презентации по здоровому образу жизни, профессионально-прикладной физической культуре и спорту), видеофильмами DVD (Знаменитые спортсмены, чемпионы Олимпийских игр и Чемпионатов мира, Европы, виды спорта).

**Помещения для самостоятельной работы обучающихся:** оснащены специализированной мебелью (парты, стулья) техническими средствами обучения (персональные компьютеры с доступом в сеть Интернет и обеспечением доступа в электронно-информационную среду университета, программным обеспечением).

### **5.6 Образовательные технологии**

При реализации дисциплины (модуля) *«Физическая культура и спорт (модуля)»* применяются различные образовательные технологии, в том числе технологии электронного обучения.

Освоение дисциплины (модуля) *«Физическая культура и спорт (модуля)»* предусматривает использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения учебных занятий в форме мозгового штурма, круглого стола, тренингов постановки и прояснения цели, разбора конкретных ситуаций, в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

При освоении дисциплины (модуля) *«Физическая культура и спорт (модуля)»* предусмотрено применением электронного обучения.

Учебные часы дисциплины (модуля) «*Физическая культура и спорт* (модуля)» предусматривают классическую контактную работу преподавателя с обучающимся в аудитории и контактную работу посредством электронной информационно-образовательной среды в синхронном и асинхронном режиме (вне аудитории) посредством применения возможностей компьютерных технологий (электронная почта, электронный учебник, тестирование, вебинар, видеофильм, презентация, форум и др.).

В рамках дисциплины (модуля) «*Физическая культура и спорт* (модуля)» предусмотрены встречи с руководителями и работниками организаций, деятельность которых связана с *направленностью* реализуемой основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата.

Порядок применения дистанционных образовательных технологий при реализации дисциплины (модуля) «*Физическая культура и спорт*» осуществляется в соответствии с Положением об организации учебного процесса с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий в Российском государственном социальном университете.

## РАЗДЕЛ 6. ОСОБЕННОСТИ ОБУЧЕНИЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОВЗ

При организации обучения инвалидов и лиц с ОВЗ обеспечиваются следующие необходимые условия:

- учебные занятия организуются исходя из психофизического развития и состояния здоровья инвалидов и лиц с ОВЗ совместно с другими обучающимися в общих группах, а также индивидуально, в соответствии с графиком индивидуальных занятий;
- при организации учебных занятий в общих группах используются социально-активные и рефлексивные методы обучения, технологии социокультурной реабилитации с целью оказания помощи в установлении полноценных межличностных отношений, создания комфортного психологического климата в группе;
- в процессе образовательной деятельности применяются материально-техническое оснащение, специализированные технические средства приема-передачи учебной информации в доступных формах для студентов с различными нарушениями, электронные образовательные ресурсы в адаптированных формах.
- подбор и разработка учебных материалов преподавателями производится с учетом психофизического развития и состояния здоровья инвалидов и лиц с ОВЗ;
- использование элементов дистанционного обучения при работе со студентами, имеющими затруднения с моторикой;
- обеспечение студентов текстами конспектов (при затруднении с конспектированием);
- использование при проверке усвоения материала методик, не требующих выполнения рукописных работ или изложения вслух (при затруднениях с письмом и речью) – например, тестовых бланков.

При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине обеспечивается выполнение следующих дополнительных требований в зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся:

- 1) инструкция по порядку проведения процедуры оценивания предоставляется в доступной форме (устно, в письменной форме, на электронном носителе, в печатной форме увеличенным шрифтом и т.п.);
- 2) доступная форма предоставления заданий оценочных средств (в печатной форме, в печатной форме увеличенным шрифтом, в форме электронного документа);
- 3) доступная форма предоставления ответов на задания (письменно на бумаге, набор ответов на компьютере, устно, др.).

При необходимости для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов процедура оценивания результатов обучения по дисциплине может проводиться в несколько этапов.

В освоении дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья большое значение имеет индивидуальная работа. Под индивидуальной работой подразумевается две формы взаимодействия с преподавателем: индивидуальная учебная работа (консультации), то есть дополнительное разъяснение учебного материала и углубленное изучение материала с теми обучающимися, которые в этом заинтересованы, и индивидуальная воспитательная работа. Индивидуальные консультации по предмету являются важным фактором, способствующим индивидуализации обучения и установлению воспитательного контакта между преподавателем и обучающимся инвалидом или обучающимся с ограниченными возможностями здоровья.

## ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

| №<br>п/п | Содержание изменения | Реквизиты<br>документа<br>об утверждении<br>изменения | Дата<br>введения<br>изменения |
|----------|----------------------|---|-------------------------------|
| 1.       |                      |   |                               |
| 2.       |                      |   |                               |