

МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ИНСТИТУТ АГРОИНЖЕНЕРИИ ФГБОУ ВО ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГАУ

УТВЕРЖДАЮ

Декан инженерно-технологического
факультета

 С.Д.Шепелев

«27» _____ 2015 г.

Кафедра физического воспитания

Рабочая программа дисциплины

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
для студентов с ограниченными возможностями здоровья

Направление подготовки **35.03.06** **Агроинженерия**

Профиль **Технология транспортных процессов**

Уровень высшего образования – **бакалавриат**

Форма обучения - **очная**

Челябинск
2015

Рабочая программа дисциплины «Физическая культура для студентов с ограниченными возможностями здоровья» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации 20.10.2015 г. № 1172. Рабочая программа предназначена для подготовки бакалавра по направлению **35.03.06 Агроинженерия, профиль – Технология транспортных процессов.**

Составитель – старший преподаватель Касымова Е.В.

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры физического воспитания

« 18 » 11 2015 г. (протокол № 4).

Зав. кафедрой физического воспитания,
доцент

Ф.Ф. Касымов

Рабочая программа дисциплины одобрена методической комиссией инженерно-технологического факультета

« 27 » 11 2015 г. (протокол № 4).

Председатель методической комиссии,
кандидат технических наук, доцент

А.П.Зырянов

Директор научной библиотеки



Е.Л. Лебедева

СОДЕРЖАНИЕ

1.	Требования ФГОС ВО к результатам освоения основной профессиональной образовательной программы подготовки бакалавриата	4
1.1.	Цель и задачи дисциплины	4
1.2.	Требования к результатам освоения дисциплины	5
2.	Структура и содержание дисциплины	6
2.1.	Содержание дисциплины	6
2.2.	Объем дисциплины и виды учебной работы	8
2.3.	Распределение учебного времени по разделам и темам	9
2.4.	Содержание лекций	10
2.5.	Содержание лабораторных занятий	11
2.6.	Содержание практических/семинарских занятий	11
2.7.	Содержание самостоятельной работы студентов	12
2.8.	Инновационные образовательные технологии	13
2.9.	Разделы дисциплины и междисциплинарные связи с обеспечивающими (предшествующими) и обеспечиваемыми (последующими) дисциплинами	13
2.10.	Соответствие компетенций, формируемых при изучении дисциплины, и видов занятий	14
2.11.	Фонд оценочных средств	14
3.	Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	14
3.1.	Рекомендуемая литература	14
3.2.	Учебно-методические разработки	15
3.3.	Средства обеспечения освоения дисциплины	16
3.4.	Электронные образовательные ресурсы, находящиеся в свободном доступе в сети Интернет	16
4.	Материально-техническое обеспечение учебной дисциплины	16
5.	Приложение № 1. Фонд оценочных средств	18
6.	Лист регистрации изменений	25

1. Требования ФГОС ВО к результатам освоения основной профессиональной образовательной программы подготовки бакалавриата

1.1. Цель и задачи дисциплины

Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Дисциплина «Физическая культура для студентов с ограниченными возможностями здоровья» относится к базовой части Блока 1 основной профессиональной образовательной программы академического бакалавриата по направлению подготовки 35.03.06 Агроинженерия, профиль – Технология транспортных процессов.

Настоящая рабочая программа по учебной дисциплине «Физическая культура» для студентов с ограниченными возможностями здоровья составлена с учетом следующих основополагающих законодательных, инструктивных и программных документов, определяющих основную направленность, объем и содержание учебных занятий по физической культуре в высшей школе:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральный Закон от 21.11.2011 г. № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»;

- Федеральный Закон от 24.11.1995 г. № 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации»;

- Федеральный Закон от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;

- Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации до 2020 г. (Постановление Правительства Российской Федерации от 07.08.2009 г. № 101-Р);

- Приказ Министерства образования Российской Федерации, Министерства здравоохранения Российской Федерации, Государственного комитета Российской Федерации по физической культуре и спорту, Российской академии образования от 16.07.2002 г. № 2715/227/166/19 «О совершенствовании процесса физического воспитания в образовательных учреждениях Российской Федерации»;

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2013 г. № 1367 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры»;

- Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 20.08.2001 г. N 337 «О мерах по дальнейшему развитию и совершенствованию спортивной медицины и лечебной физкультуры»;

- Письмо Министерства образования Российской Федерации от 31.10.2003 г. N 13-51-263/123 «Об оценивании и аттестации учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе для занятий физической культурой»;

- Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 30.12.2003 г. N 621 «О комплексной оценке состояния здоровья детей»;

- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.05.2012 г. № МД-583/19 «О методических рекомендациях «Медико-педагогический контроль за организацией занятий физической культурой обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья», разработанных НИИ гигиены и охраны здоровья детей ФГБУ «Научный центр здоровья детей» РАМН»;

- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации, Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО от 18.03.2014 г. N 06-281 «Требования к организации образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с

ограниченными возможностями здоровья в профессиональных образовательных организациях, в том числе оснащенности образовательного процесса»;

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.11.2015 г. № 1309 «Об утверждении Порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере образования, а также оказания им при этом необходимой помощи».

Цель дисциплины – формирование мировоззрения и культуры личности, обладающей гражданской позицией, нравственными качествами, чувством ответственности, самостоятельностью в принятии решения, инициативой, толерантностью, способностью успешной социализации в обществе, способностью использовать доступные формы физической культуры в повседневной жизни для сохранения и укрепления своего здоровья и здоровья своих близких, семьи и трудового коллектива для качественной жизни и эффективной профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины

Задачи дисциплины:

- обеспечение понимания роли физической культуры в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;

- формирование у студентов мотивационно-ценностного отношения к здоровью, системы нравственных ценностей здорового образа жизни и активной жизненной позиции, исключающей саморазрушающее поведение;

- изучение современных здоровьесберегающих технологий и формирование навыков их применения в собственной жизнедеятельности;

- овладение системой специальных знаний, практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, формирование компенсаторных процессов, коррекцию имеющихся отклонений в состоянии здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, формирование профессионально значимых качеств и свойств личности;

- адаптация организма к воздействию умственных и физических нагрузок, а также расширение функциональных возможностей физиологических систем, повышение сопротивляемости защитных сил организма;

- получение знаний и практических навыков самоконтроля при наличии нагрузок различного характера, правилам личной гигиены, рационального режима труда и отдыха;

- получение навыков работы на аппаратно-программных средствах и диагностическом оборудовании, позволяющих определять индивидуальные психофизиологические особенности человеческого организма, позволяющие снижать утомляемость в процессе профессиональной деятельности и повышать качество ее результатов;

- изучение различных стратегий, а также социальных, медицинских, педагогических, психологических и информационных технологий первичной, вторичной, третичной профилактики нарушения здоровья человека;

- формирование и развитие мотивации к участию в волонтерском студенческом движении в области пропаганды здорового образа жизни, а также предупреждения отклоняющегося поведения.

1.2. Требования к результатам освоения дисциплины

В результате изучения дисциплины студент

должен обладать компетенциями

общекультурными:

- способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8).

В результате изучения дисциплины студент

должен знать:

- ценности физической культуры; значение физической культуры в жизнедеятельности человека; культурное, историческое наследие в области физической культуры;
- факторы, определяющие здоровье человека, понятие здорового образа жизни и его составляющие;
- принципы и закономерности воспитания и совершенствования физических качеств;
- способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;
- методические основы физического воспитания, основы самосовершенствования физических качеств и свойств личности; основные требования к уровню его психофизической подготовки к конкретной профессиональной деятельности; влияние условий и характера труда специалиста на выбор содержания производственной физической культуры, направленного на повышение производительности труда.

должен уметь:

- оценить современное состояние физической культуры и спорта в мире;
- придерживаться здорового образа жизни;
- самостоятельно поддерживать и развивать физические качества в процессе прикладных физических упражнений для адаптации организма к различным условиям труда и специфическим воздействиям внешней среды.

должен владеть:

- различными современными понятиями в области физической культуры;
- методиками и методами самодиагностики, самооценки, средствами оздоровления для самокоррекции здоровья различными формами допустимой двигательной деятельности, удовлетворяющими потребности человека в рациональном использовании свободного времени;
- методами самостоятельного выбора системы физических упражнений для укрепления здоровья; здоровьесберегающими технологиями; средствами и методами воспитания прикладных физических (выносливость, быстрота, сила, гибкость и ловкость) и психических (смелость, решительность, настойчивость, самообладание, и т.п) качеств. Необходимых для успешного и эффективного выполнения определенных трудовых действий.

2. Структура и содержание дисциплины

2.1. Содержание дисциплины

Материал раздела предусматривает овладение обучающимися системой теоретических и специальных знаний, необходимых для понимания природных и социальных процессов функционирования физической культуры общества и личности, умения их адаптивного, творческого использования для личностного и профессионального развития, самосовершенствования, организации здорового стиля жизни при выполнении учебной, профессиональной и социокультурной деятельности.

Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов

Деятельностная сущность физической культуры в различных сферах жизни; ценности физической культуры; физическая культура как учебная дисциплина высшего профессионального образования и целостного развития личности; ценностные ориентации и

отношение студентов к физической культуре и здоровому образу жизни; основные положения организации физического воспитания в высшем учебном заведении.

Здоровье человека, здоровый образ жизни

Биосоциальная сущность человека. Воспитание. Формирование личности. Гармоничное развитие личности (оптимальная биосоциальная адаптация), акселерация (проблемы чрезмерной социально-психологической адаптации) и инфантильность (проблемы недостаточной социально-психологической адаптации, психопатичность и акцентуированность личности).

Психофизиологические (биологические) основы здоровья

Социально-психологические аспекты формирования здорового образа жизни человека. Факторы, влияющие на здоровье. Уровень, качество жизни. Самоанализ и самокоррекция психофизиологического статуса.

Основы здорового образа жизни студента

Здоровье человека как ценность и факторы, его определяющие. Взаимосвязь общей культуры обучающегося и его образа жизни. Структура жизнедеятельности обучающихся и ее отражение в образе жизни. Здоровый образ жизни и его составляющие. Личное отношение к здоровью как условие формирования здорового образа жизни. Основные требования к организации здорового образа жизни. Физическое самовоспитание и самосовершенствование в здоровом образе жизни. Мировоззренческие проблемы современной молодежи.

Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности

Особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности, профилактики нервно-эмоционального и психофизического утомления, профилактики отклоняющегося поведения студентов, повышения эффективности учебного труда.

Диагностика и самодиагностика состояния организма человека

Врачебный контроль, его содержание. Педагогический контроль, его содержание. Психолого-педагогическое сопровождение студентов с ограниченными возможностями здоровья.

Индивидуальные программы занятий физической культурой для студентов с ограниченными возможностями здоровья

Основы составления индивидуальных программ занятий физической культурой для студентов с ограниченными возможностями здоровья: сознательность, активность, систематичность, постепенность, индивидуализация нагрузок, комплексность.

Мейнстриминг в образовательной среде высших учебных заведений

Основы реализации программ мейнстриминга в образовательной среде вуза. Включение студентов с ограниченными возможностями здоровья в совместную со здоровыми студентами физкультурно-рекреационную деятельность, инклюзивная физическая рекреация. Развитие студенческого волонтерского движения.

Оздоровительная физическая культура.

Направления и подходы к составлению оздоровительных программ. Рекреационная направленность, восстановительная направленность. Принципы оздоровительной физической культуры: доступность, «не навреди», биологическая целесообразность, программно-целевой, индивидуализация, половые различия, возрастные изменения в организме, интеграция,

гармонизация всей системы ценностных ориентаций человека, взаимодействие психических и физических возможностей человека.

Профилактика нарушения здоровья. Пограничные состояния здоровья

Первичная, вторичная и третичная профилактика нарушения здоровья. Пограничные состояния здоровья. Социально-значимые заболевания, и их профилактика. Аддиктивное поведение: классификация, факторы риска. Наркомания: медицинские, социальные и правовые последствия наркопотребления, признаки наркотического поведения. Молодежные субкультуры, сектанство и новые деструктивные религиозные культуры.

Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями

Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий. Формы и содержание самостоятельных занятий. Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями различной направленности. Характер содержания занятий в зависимости от возраста. Планирование и управление самостоятельными занятиями. Мотивация сохранения и укрепления индивидуального здоровья.

Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)

Личная и социально-экономическая необходимость специальной психофизической подготовки человека к труду. Определение, цели, задачи, средства ППФП. Место ППФП в системе физического воспитания студентов

Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра и специалиста

Производственная гимнастика. Особенности выбора форм, методов и средств физической культуры и спорта в рабочее и свободное время специалистов. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры. Дополнительные средства повышения общей и профессиональной работоспособности. Влияние индивидуальных особенностей, географо-климатических условий и других факторов на содержание физической культуры специалистов, работающих на производстве. Роль будущих специалистов по внедрению физической культуры в производственном коллективе.

2.2. Объем дисциплины и виды учебной работы

Дисциплина изучается в 1 и 2 семестрах. Общая трудоемкость учебной дисциплины распределяется по основным видам учебной работы в соответствии с учебным планом, утвержденным ректором ФГБОУ ВО Южно-Уральский ГАУ, следующим образом:

Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов / зачетных единиц
Контактная работа (всего)	36/2
В том числе:	
Лекции	36
Практические / семинарские занятия (ПЗ/СЗ)	-/-
Лабораторные занятия (ЛЗ)	-
Самостоятельная работа студентов (всего)	36
В том числе:	

Подготовка к практическим/семинарским занятиям	-
Подготовка к лабораторным занятиям и к защите лабораторных работ	-
Выполнение курсового проекта/курсовой работы	-
Реферат	-
Подготовка к зачету	-
Контроль (подготовка к экзамену)	-
Общая трудоемкость	72/2

2.3. Распределение учебного времени по разделам и темам

№ темы	Наименование раздела и темы	Всего		в том числе				Формируемые компетенции
		час.	%	контактная работа			СРС	
				лекции	ЛЗ	ПЗ/СЗ		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Теоретический раздел								
1.	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке обучающихся	4	5.6	2	-	-/-	2	ОК-8
2.	Здоровье человека, здоровый образ жизни	4	5.6	2	-	-/-	2	ОК-8
3.	Психофизиологические (биологические) основы здоровья	4	5.6	2	-	-/-	2	ОК-8
4.	Основы здорового образа жизни студента.	4	5.6	2	-	-/-	2	ОК-8
5.	Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности	4	5.6	2	-	-/-	2	ОК-8
6.	Диагностика и самодиагностика состояния организма человека.	8	11.1	4	-	-/-	4	ОК-8
7.	Индивидуальные программы занятий физической культурой для студентов с ограниченными возможностями здоровья.	8	11.1	4	-	-/-	4	ОК-8
8.	Мэйнстриминг в образовательной среде высших учебных заведений.	4	5.6	2	-	-/-	2	ОК-8
9.	Оздоровительная физическая культура.	8	11.1	4	-	-/-	4	ОК-8
10.	Профилактика нарушения здоровья. Пограничные состояния здоровья.	6	8.2	2	-	-/-	4	ОК-8
11.	Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.	8	11.1	4	-	-/-	4	ОК-8
12.	Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП).	4	5.6	2	-	-/-	2	ОК-8
13.	Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра и специалиста .	6	8.2	4	-	-/-	2	ОК-8
Общая трудоемкость		72	100	36	-	-/-	-/-	

2.4. Содержание лекций

№ п/п	Содержание лекции	Продолж., часов	Формир. компетенции
1.	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке Студентов. Деятельностная сущность физической культуры в различных сферах жизни; ценности физической культуры; физическая культура как учебная дисциплина высшего профессионального образования и целостного развития личности; ценностные ориентации и отношение студентов к физической культуре и здоровому образу жизни; основные положения организации физического воспитания в высшем учебном заведении.	2	ОК-8
2.	Здоровье человека, здоровый образ жизни. Биосоциальная сущность человека. Воспитание. Формирование личности. Гармоничное развитие личности (оптимальная биосоциальная адаптация), акселерация (проблемы чрезмерной социально-психологической адаптации) и инфантильность (проблемы недостаточной социально-психологической адаптации, психопатичность и акцентуированность личности).	2	ОК-8
3.	Психофизиологические (биологические) основы здоровья. Социально-психологические аспекты формирования здорового образа жизни человека. Факторы, влияющие на здоровье. Уровень , качество жизни. Самоанализ и самокоррекция психофизиологического статуса.	2	ОК-8
4.	Основы здорового образа жизни студента. Здоровье человека как ценность и факторы, его определяющие. Взаимосвязь общей культуры обучающегося и его образа жизни. Структура жизнедеятельности обучающихся и ее отражение в образе жизни. Здоровый образ жизни и его составляющие. Личное отношение к здоровью как условие формирования здорового образа жизни. Основные требования к организации здорового образа жизни. Физическое самовоспитание и самосовершенствование в здоровом образе жизни. Мировоззренческие проблемы современной молодежи.	2	ОК-8
5.	Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности. Особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности, профилактики нервно-эмоционального и психофизического утомления, профилактики отклоняющегося поведения студентов, повышения эффективности учебного труда.	2	ОК-8
6.	Диагностика и самодиагностика состояния организма человека. Врачебный контроль, его содержание. Педагогический контроль, его содержание. Психолого-педагогическое сопровождение студентов с ограниченными возможностями здоровья.	4	ОК-8
7.	Индивидуальные программы занятий физической культурой для студентов с ограниченными возможностями здоровья. Основы составления индивидуальных программ занятий физической культурой для студентов с ограниченными возможностями здоровья: сознательность, активность, систематичность, постепенность, индивидуализация нагрузок, комплексность.	4	ОК-8

8.	Мэйнстриминг в образовательной среде высших учебных заведений. Основы реализации программ мейнстрименга в образовательной среде вуза. Включение студентов с ограниченными возможностями здоровья в совместную со здоровыми студентами физкультурно-рекреационную деятельность, инклюзивная физическая рекреация. Развитие студенческого волонтерского движения.	2	ОК-8
9.	Оздоровительная физическая культура. Направления и подходы к составлению оздоровительных программ. Рекреационная направленность, восстановительная направленность. Принципы оздоровительной физической культуры: доступность, «не навреди», биологическая целесообразность, программно-целевой, индивидуализация, половые различия, возрастные изменения в организме, интеграция, гармонизация всей системы ценностных ориентаций человека, взаимодействие психических и физических возможностей человека.	4	ОК-8
10.	Профилактика нарушения здоровья. Пограничные состояния здоровья. Первичная, вторичная и третичная профилактика нарушения здоровья. Пограничные состояния здоровья. Социально-значимые заболевания, и их профилактика. Аддиктивное поведение: классификация, факторы риска. Наркомания: медицинские, социальные и правовые последствия наркопотребления, признаки наркотического поведения. Молодежные субкультуры, сектанство и новые деструктивные религиозные культуры.	2	ОК-8
11.	Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий. Формы и содержание самостоятельных занятий. Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями различной направленности. Характер содержания занятий в зависимости от возраста. Планирование и управление самостоятельными занятиями. Мотивация сохранения и укрепления индивидуального здоровья.	4	ОК-8
12.	Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП). Личная и социально-экономическая необходимость специальной психофизической подготовки человека к труду. Определение, цели, задачи, средства ППФП. Место ППФП в системе физического воспитания студентов.	2	ОК-8
13.	Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра и специалиста. Производственная гимнастика. Особенности выбора форм, методов и средств физической культуры и спорта в рабочее и свободное время специалистов. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры. Дополнительные средства повышения общей и профессиональной работоспособности. Влияние индивидуальных особенностей, географо-климатических условий и других факторов на содержание физической культуры специалистов, работающих на производстве. Роль будущих специалистов по внедрению физической культуры в производственном коллективе.	4	ОК-8
Итого		36	

2.5. Содержание лабораторных занятий

Лабораторные занятия не предусмотрены учебным планом.

2.6. Содержание практических/семинарских занятий

Практические/семинарские занятия не предусмотрены учебным планом.

2.7. Содержание самостоятельной работы студентов

Содержание вопросов, изучаемых студентами самостоятельно:

№ пп	Наименование изучаемых тем или вопросов	Продолж., часов	Формир. компетенции
1.	Методики эффективных и экономичных способов овладения жизненно важными умениями и навыками (Методические принципы физического воспитания, методы физического воспитания. Основы совершенствования физических качеств. Основы обучения движениям при различных видах ограничения здоровья: ходьба, передвижение на лыжах, плавание).	2	ОК-8
2.	Простейшие методики самооценки работоспособности, усталости, утомления и применения средств физической культуры для их направленной коррекции (Динамика работоспособности студентов и факторы, её определяющие. Особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности, профилактики нервно-эмоционального и психофизического утомления, повышения эффективности учебного труда).	2	ОК-8
3.	Методика составления индивидуальных программ физического самовоспитания и занятия с оздоровительной, рекреационной и восстановительной направленностью.	2	ОК-8
4.	Основы методики самомассажа (Организм человека как единая саморазвивающаяся биологическая система. Место массажа и самомассажа в системе физических упражнений. Основные методики)	2	ОК-8
5.	Методика коррегирующей гимнастики для глаз.(Основные методики для астигматизма, дальнозоркости и близорукости)	2	ОК-8
6.	Методики и основные принципы лечебной физкультуры. Кинезитерапия. Дыхательная гимнастика	2	ОК-8
7.	Методика составления и проведения простейших самостоятельных занятий физическими упражнениями гигиенической или тренировочной направленности (Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий. Организация и характер содержания занятий в зависимости от возраста. Особенности занятий для студентов с ограниченными возможностями здоровья. Планирование и управление, границы интенсивности нагрузок. Гигиена самостоятельных занятий. Самоконтроль.).	2	ОК-8
8.	Методы оценки и коррекции осанки и телосложения (Возможность и условия коррекции физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности).	2	ОК-8
9.	Методы самоконтроля состояния здоровья и физического развития (стандарты, индексы, программы, формулы и др.).(Диагностика и самодиагностика состояния организма. Врачебный контроль, его содержание. Самоконтроль, его основные методы, показатели и дневник самоконтроля).	2	ОК-8
10.	Методы самоконтроля за функциональным состоянием организма (функциональные пробы). (Использование методов стандартов, антропометрических индексов, номограмм функциональных проб, упражнений-тестов для оценки физического развития, телосложения, функционального состояния организма, физической подготовленности.	2	ОК-8
11.	Методика проведения учебно-тренировочного занятия. (Формы занятий	2	ОК-8

	физическими упражнениями. Учебно-тренировочные занятия как основная форма обучения физическим упражнениям. Структура и направленность учебно-тренировочного занятия).		
12.	Методы самооценки специальной физической подготовленности (тесты, контрольные задания).(Характеристика особенностей воздействия системы физических упражнений на физическое развитие и подготовленность, психические качества и свойства личности).	2	ОК-8
13.	Методика индивидуального подхода и применение средств для направленного развития отдельных физических качеств. (Перспективное, текущее и оперативное планирование подготовки. Основные пути достижения необходимой структуры подготовленности занимающихся. Контроль за эффективностью занятий. Специальные зачетные требования и нормативы.).	2	ОК-8
14.	Основы методики организации судейства по различным видам спорта. (Спортивная классификация и правила спортивных соревнований).	2	ОК-8
15.	Методы регулирования психоэмоционального состояния, применяемые при занятиях физической культурой (медитация, аутотренинг, метод позитивного самовнушения)	2	ОК-8
16.	Средства и методы мышечной релаксации в спорте. (Зоны интенсивности нагрузок по частоте сердечных сокращений. Характеристики зон. Энергозатраты при физических нагрузках разной интенсивности. Значение мышечной релаксации. Средства и методы мышечной релаксации).	2	ОК-8
17.	Методика самостоятельного освоения отдельных элементов профессионально-прикладной физической подготовки.(Определение понятия ППФП её цели и задачи. Основные и дополнительные факторы, влияющие на содержание ППФП. Методика подбора средств ППФП. Система контроля ППФП).	2	ОК-8
18.	Методика проведения производственной гимнастики с учетом заданных условий и характера труда. Методика составления комплексов в различных видах производственной гимнастики и определение их места в течение рабочего дня).	2	ОК-8
	Итого	36	

2.8. Инновационные образовательные технологии

Вид занятия	Лекции	ЛЗ	ПЗ/СЗ
Формы работы			
Проблемные лекции	+	-	-
Анализ конкретных ситуаций	+	-	-

2.9. Разделы дисциплины и междисциплинарные связи с обеспечивающими (предшествующими) и обеспечиваемыми (последующими) дисциплинами

№ п/п	Наименование обеспечивающих (предшествующих) и обеспечиваемых (последующих) дисциплин
	Предшествующие дисциплины
	-

Последующие дисциплины	
-	

2.10. Соответствие компетенций, формируемых при изучении дисциплины, и видов занятий

Перечень компетенций	Виды занятий				
	Лекции	ЛЗ	ПЗ/СЗ	КП/КР	СРС
ОК-8	+	-	-/-	-	+

2.11. Фонд оценочных средств

Для установления соответствия уровня подготовки студентов требованиям федерального государственного образовательного стандарта, профессиональных стандартов разработан фонд оценочных средств (вопросы для подготовки к зачету). Фонд оценочных средств представлен в Приложении № 1.

3. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

3.1. Рекомендуемая литература

Основная:

1. Барчуков И. С. Физическая культура и физическая подготовка [Электронный ресурс] / И.С. Барчуков; Ю.Н. Назаров; В.Я. Кикоть; С.С. Егоров; И.А. Мацур. Москва: Юнити-Дана, 2012.- 432 с. [Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=117573](http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=117573).
2. Брискин Ю. А. Адаптивный спорт [Электронный ресурс] / Ю.А. Брискин; С.П. Евсеев; А.В. Передерий. Москва: Советский спорт, 2010.- 316 с.
Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210376>.
3. Черкасова, И.В. Лечебная физическая культура в специальной медицинской группе вуза : учебно-методическое пособие / И.В. Черкасова, О.Г. Богданов. - М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 128 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-4897-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL:<http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=344711>
4. Физическая культура для студентов, отнесённых по состоянию здоровья к специальной медицинской группе : учебно-методическое пособие / В.К. Кулешов, Е.Ю. Вавилина, Е.Л. Чеснова, Т.М. Нигровская. - М. : Директ-Медиа, 2013. - 70 с. - ISBN 978-5-4458-3074-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL:<http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210948>
5. Гелецкая Л. Н. Физическая культура студентов специального учебного отделения [Электронный ресурс] / Л.Н. Гелецкая; И.Ю. Бирдигулова; Д.А. Шубин; Р.И. Коновалова. Красноярск: Сибирский федеральный университет, 2014.- 219 с.
Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364606>.
6. Козырева, О.В. Физическая реабилитация: Лечебная физическая культура. Кинезитерапия : словарь-справочник / О.В. Козырева, А.А. Иванов. - М. : Советский спорт, 2010. - 280 с. - ISBN 978-5-9718-0429-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210441>
7. Лукомский, И.В. Физиотерапия. Лечебная физкультура. Массаж : учебник / И.В. Лукомский, И.С. Сикорская, В.С. Улащик ; под ред. В.С. Улащик. - 3-е изд. - Минск : Вышэйшая школа, 2010. - 386 с. - ISBN 978-985-06-1886-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=235708>

Дополнительная:

1. Асташина М. П. Физкультурно-оздоровительная работа с разными возрастными группами населения [Электронный ресурс] / М.П. Асташина. Омск: Издательство СибГУФК,

2014.- 189 с.

Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=336043>.

2. Гигиена физической культуры и спорта [Электронный ресурс]. Санкт-Петербург: СпецЛит, 2010.- 192 с.

Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=105752>.

3. Манжелей И. В. Физическая культура [Электронный ресурс]: компетентностный подход / И.В. Манжелей; Е.А. Симонова. М.|Берлин: Директ-Медиа, 2015.- 183 с.

Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364912>.

4. Минникаева Н. В. Теория и организация адаптивной физической культуры [Электронный ресурс] / Н.В. Минникаева. Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2014.- 142 с.

Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278495>.

5. Мишенькина В. Ф. Волейбол, гандбол, баскетбол. Организация и проведение соревнований по упрощенным правилам [Электронный ресурс] / В.Ф. Мишенькина; И.А. Рогов; О.С. Шалаев; Д.В. Карбанов. Омск: Издательство СибГУФК, 2004.- 116 с.

Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274903>.

6. Физическая культура в системе высшего профессионального образования (теоретические и методические аспекты) [Электронный ресурс] / Е.А. Мусатов. Елец: Елецкий государственный университет им И.А. Бунина, 2011.- 315 с.

Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272223>.

7. Физическая реабилитация инвалидов с поражением опорно-двигательной системы. Учебное пособие [Электронный ресурс]. Москва: Советский спорт, 2010.- 488 с.

Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=57371>.

8. Чертов Н. В. Физическая культура [Электронный ресурс] / Н.В. Чертов. Ростов-н/Д: Издательство Южного федерального университета, 2012.- 118 с.

Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=241131>.

9. Чеснова Е. Л. Физическая культура [Электронный ресурс] / Е.Л. Чеснова. Москва: Директ-Медиа, 2013.- 160 с.

Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210945>.

10. Мелихов В. В. Силовая гимнастика для студентов, занимающихся адаптивным физическим воспитанием в специальных медицинских группах [Электронный ресурс] / В.В. Мелихов. Елец: Елецкий государственный университет им И.А. Бунина, 2007.- 123 с.

Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272210>.

3.2. Учебно-методические разработки

Учебно-методические разработки имеются на кафедре физического воспитания, в научной библиотеке и на сайте ФГБОУ ВО Южно-Уральский ГАУ:

Раздел дисциплины	Учебно-методические разработки
1.	<p style="text-align: center;">Основные</p> <ol style="list-style-type: none">1. Организация и методика проведения спортивно-массовых мероприятий в высших учебных заведениях [Текст]: методические указания / сост. Т. Л. Чернявских ; ЧГАА. Челябинск: ЧГАА, 2014.- 26 с.2. Силовая тренировка спортсмена-армборца [Текст]: методические указания по физической культуре / сост.: И. А. Романов, В. А. Лихачев; ЧГАА. Челябинск: ЧГАА, 2012.- 19 с.3. Средства и методика специальной силовой подготовки в ряде видов спорта (атлетическая гимнастика, легкая атлетика, метание, лыжи, велоспорт) [Текст]: Методические указания / Сост.: Лихачев В. А., Целищев Ю. А., Прохоров В. В., Иноземцев М. А.. Челябинск: ЧГАУ, 2009.- 30 с.4. Средства и методы развития двигательных способностей студентов [Текст]:

	<p>методические указания для студентов очной формы обучения / сост. Н. А. Абрамовских; ЧГАА. Челябинск: ЧГАА, 2012.- 38 с.</p> <p>5. Студентам - здоровый образ жизни [Электронный ресурс]: методические указания / сост. Абрамовских Н. А.; ЧГАА. Челябинск: Б.и., 2010.- 42 с. Режим доступа: http://192.168.0.1:8080/localdocs/fisvosp/1.pdf.</p> <p>6. Физическая культура в вузе для студентов специальной медицинской группы [Текст]: Метод. указ. / сост. Н. А. Абрамовских; ЧГАА. Челябинск: ЧГАА, 2014.- 38 с.</p>
--	---

3.3. Средства обеспечения освоения дисциплины

Видеофильмы:

1. Уроки баскетбола И.Едашко.
2. Том Шниман. Совершенствование различных переходов и взаимодействий в баскетболе (в двух частях).
3. Фундаментальная техника 2^x очковых бросков.
4. Учимся играть в баскетбол.
5. Тактико-техническая подготовка в футболе.
6. Техника игры вратарей.
7. Базовая аэробика. Школа аэробики.
8. Танцевальная аэробика.
9. Степ-аэробика.

Стенды по видам спорта:

1. Техника, тактика, судейство игры в баскетбол.
2. Техника, тактика, судейство игры в волейбол.
3. Комплексы упражнений, отдельные упражнения по атлетической гимнастике.
4. Техника, судейство игры в футбол.

3.4. Электронные образовательные ресурсы, находящиеся в свободном доступе в сети Интернет

1. Единое окно доступа к учебно-методическим разработкам <http://csaa.ru>.
2. Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru>.
3. Учебный сайт <http://test-exam.ru>.
4. ЭБС «Лань» <http://e.lanbook.com/>
5. Университетская библиотека ONLINE <http://biblioclub.ru/>

4. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Перечень учебных лабораторий, компьютерных классов кафедры физического воспитания:

Кафедра физического воспитания для проведения учебно-тренировочного процесса имеет следующие спортивные залы и сооружения:

1. Зал спортивных игр.
2. Зал атлетической гимнастики.
3. Зал бокса
4. Зал кикбоксинга
5. Зал аэробики - 2 шт.
6. Лыжная база.

Перечень основного оборудования:

1. Тренажёр спортивный «Горка».
2. Тренажеры для занятий атлетической гимнастикой (8 шт.).
3. Стол для армспорта.
4. Стол теннисный.
5. Ринг боксерский.
6. Весы медицинские.
7. Лыжи, лыжные ботинки, лыжные палки – 60 пар.
8. Телевизор.
9. Видеомагнитофон.
10. Табло информационное.
11. Табло отсчёта 24-х секунд.

Спортивные залы и сооружения оснащены соответствующим спортивным инвентарем необходимым для проведения учебно-тренировочных занятий

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

текущего контроля и промежуточной аттестации

по дисциплине **«Физическая культура для студентов с ограниченными возможностями здоровья»**

Направление подготовки **35.03.06** **Агроинженерия**

Профиль **Технология транспортных процессов**

Уровень высшего образования – **бакалавриат**

Форма обучения – **очная**

СОДЕРЖАНИЕ

1. Планируемые результаты обучения (показатели сформированности компетенций).....	20
2. Соответствие компетенций, формируемых при изучении учебной дисциплины, и видов контроля.....	21
3. Учебно-методические разработки, используемые для контроля знаний, умений и навыков.....	21
4. Оценочные средства для проведения текущего контроля.....	21
4.1. Реферат.....	21
5. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации.....	22
5.1. Зачет.....	22

1. Планируемые результаты обучения (показатели сформированности компетенций)*

*Пороговым уровнем считаются ЗУН, полученные в результате освоения дисциплин школьного курса.

Контролируемые компетенции	ЗУН		
	знания	умения	навыки
ОК-8 способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Студент должен знать: ценности физической культуры; значение физической культуры в жизнедеятельности человека; культурное, историческое наследие в области физической культуры; факторы, определяющие здоровье человека, понятие здорового образа жизни и его составляющие; принципы и закономерности воспитания и совершенствования физических качеств; способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; методические основы физического воспитания, основы самосовершенствования физических качеств и свойств личности; основные требования к уровню его психофизической подготовки к конкретной профессиональной деятельности; влияние условий и характера труда специалиста на выбор содержания производственной физической культуры, направленного на повышение производительности труда.	Студент должен уметь: оценить современное состояние физической культуры и спорта в мире; придерживаться здорового образа жизни; самостоятельно поддерживать и развивать физические качества в процессе прикладных физических упражнений для адаптации организма к различным условиям труда и специфическим воздействиям внешней среды.	Студент должен владеть: различными современными понятиями в области физической культуры; методиками и методами самодиагностики, самооценки, средствами оздоровления для самокоррекции здоровья различными формами допустимой двигательной деятельности, удовлетворяющими потребности человека в рациональном использовании свободного времени; методами самостоятельного выбора системы физических упражнений для укрепления здоровья; здоровьесберегающими технологиями; средствами и методами воспитания прикладных физических качеств. Необходимых для успешного и эффективного выполнения определенных трудовых действий.

2. Соответствие компетенций, формируемых при изучении дисциплины,

и видов контроля

Перечень компетенций	Виды контроля по дисциплине
ОК-8	- устный ответ на зачете - реферат (для студентов, пропустивших по состоянию здоровья более 50% учебных занятий)

3. Учебно-методические разработки, используемые для оценки знаний, умений и навыков

Учебно-методические разработки, в которых представлены вопросы и задачи, используемые для контроля знаний, умений и навыков, приведены в таблице.

Раздел дисциплины	Учебно-методические разработки
1.	<p style="text-align: center;">Основные</p> <ol style="list-style-type: none">1. Организация и методика проведения спортивно-массовых мероприятий в высших учебных заведениях [Текст]: методические указания / сост. Т. Л. Чернявских ; ЧГАА. Челябинск: ЧГАА, 2014.- 26 с.2. Силовая тренировка спортсмена-армборца [Текст]: методические указания по физической культуре / сост.: И. А. Романов, В. А. Лихачев; ЧГАА. Челябинск: ЧГАА, 2012.- 19 с.3. Средства и методика специальной силовой подготовки в ряде видов спорта (атлетическая гимнастика, легкая атлетика, метание, лыжи, велоспорт) [Текст]: Методические указания / Сост.: Лихачев В. А., Целищев Ю. А., Прохоров В. В., Иноземцев М. А.. Челябинск: ЧГАУ, 2009.- 30 с.4. Средства и методы развития двигательных способностей студентов [Текст]: методические указания для студентов очной формы обучения / сост. Н. А. Абрамовских; ЧГАА. Челябинск: ЧГАА, 2012.- 38 с.5. Студентам - здоровый образ жизни [Электронный ресурс]: методические указания / сост. Абрамовских Н. А.; ЧГАА. Челябинск: Б.и., 2010.- 42 с. Режим доступа: http://192.168.0.1:8080/localdocs/fisvosp/1.pdf.6. Физическая культура в вузе для студентов специальной медицинской группы [Текст]: Метод. указ. / сост. Н. А. Абрамовских; ЧГАА. Челябинск: ЧГАА, 2014.- 38 с.

4. Оценочные средства для проведения текущего контроля

В качестве критериев результативности лекционных занятий является посещаемость занятий не ниже 90%.

4.1. Реферат

Для студентов пропустивших более 50% учебных занятий по состоянию здоровья предусмотрено написание реферата. Тема реферата определяется преподавателем для каждого студента индивидуально. Реферат выполняется на стандартных листах формата А-4 в печатном варианте, либо в рукописном виде (в порядке исключения). Текст работы набирается через 1,5 межстрочных интервалов, шрифт – 14. В тексте необходимо делать ссылки на литературные источники, а в конце работы привести список использованной литературы. Объем работы не менее 10-15 страниц.

Темы рефератов

1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов
2. Здоровье человека, здоровый образ жизни
3. Психофизиологические (биологические) основы здоровья
4. Основы здорового образа жизни студента
5. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности.

Средства физической культуры в регулировании работоспособности

6. Диагностика и самодиагностика состояния организма человека
7. Индивидуальные программы занятий физической культурой для студентов с

ограниченными возможностями здоровья

8. Мэйнстриминг в образовательной среде высших учебных заведений
9. Оздоровительная физическая культура.
10. Профилактика нарушения здоровья. Пограничные состояния здоровья
11. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями
12. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)
13. Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра и специалиста
14. История физкультурно-оздоровительного комплекса «Готов к труду и обороне» в СССР.
15. История физкультурно-оздоровительного комплекса «Готов к труду и обороне» в современной России.

По результатам проверки реферата студенту выставляется оценка «зачтено» или «не зачтено»

Шкала	Критерии оценивания
Оценка «зачтено»	Содержание реферата соответствует заданию. Реферат имеет логичное, последовательное изложение материала. Усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной программой дисциплины, допускается наличие малозначительных ошибок или недостаточно полное раскрытие содержания вопроса.
Оценка «не зачтено»	Содержание реферата не соответствует заданию. Пробелы в знаниях основного программного материала, принципиальные ошибки при изложении материала.

5. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

5.1. Зачет

Зачет является формой оценки качества освоения студентом образовательной программы по разделам дисциплины. По результатам зачета студенту выставляется оценка «зачтено» или «не зачтено».

Зачет проводится в специально установленный период, предусмотренный учебным планом.

Критерии оценки ответа студента (табл.), а также форма его проведения доводятся до сведения студентов до начала зачета. Результат зачета объявляется студенту непосредственно после его сдачи, затем выставляется в зачетно-экзаменационную ведомость и зачетную книжку.

Шкала	Критерии оценивания
Оценка «зачтено»	1. Посещение занятий не менее 90 %. Знание программного материала, усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной программой дисциплины, допускается наличие малозначительных ошибок или недостаточно полное раскрытие содержания вопроса. 2. Для студентов пропустивших более 50% учебных занятий по

	состоянию здоровья – реферат с оценкой «зачтено» Допускается на зачете защита реферата с оценкой «не зачтено».
Оценка «не зачтено»	1. Отсутствие на занятиях без уважительной причины менее 90% пробелы в знаниях основного программного материала, принципиальные ошибки при ответе на вопросы. 2. Для студентов пропустивших более 50% учебных занятий по состоянию здоровья – реферат с оценкой «не зачтено»

Вопросы к зачету

1 семестр

1. Физическая культура, спорт, ценности физической культуры, физическое совершенство, физическое воспитание, физическое развитие, психофизическая подготовка, жизненно необходимые умения и навыки. Физическая и функциональная подготовленность.

2. Двигательная активность. Профессиональная направленность физического воспитания, роль физической культуры и спорта в развитии общества. Социальные функции физической культуры и спорта.

3. Физическая культура как учебная дисциплина высшего образования и целостного развития личности. Ценностные ориентации и отношение обучающихся к физической культуре и спорту. Основные положения организации физического воспитания в высшем учебном заведении.

4. Организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система. Его анатомические, морфологические и биохимические функции.

5. Социально-психологические аспекты формирования здорового образа жизни человека.

6. Факторы, влияющие на здоровье. Уровень, качество жизни. Самоанализ и самокоррекция психофизиологического статуса.

7. Биосоциальная сущность человека. Воспитание. Формирование личности.

8. Гармоничное развитие личности (оптимальная биосоциальная адаптация), акселерация (проблемы чрезмерной социально-психологической адаптации) и инфантильность (проблемы недостаточной социально-психологической адаптации, психопатичность и акцентуированность личности).

9. Здоровье человека как ценность и факторы, его определяющие. Взаимосвязь общей культуры обучающегося и его образа жизни.

10. Здоровый образ жизни и его составляющие. Личное отношение к здоровью как условие формирования здорового образа жизни.

11. Основные требования к организации здорового образа жизни. Физическое самовоспитание и самосовершенствование в здоровом образе жизни. Мировоззренческие проблемы современной молодежи.

12. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.

13. Особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности, профилактики нервно-эмоционального и психофизического утомления, профилактики отклоняющегося поведения студентов, повышения эффективности учебного труда.

14. Диагностика и самодиагностика состояния организма человека

15. Врачебный контроль, его содержание.

16. Педагогический контроль, его содержание.

17. Психолого-педагогическое сопровождение студентов с ограниченными возможностями здоровья.

18. Основы составления индивидуальных программ занятий физической культурой для студентов с ограниченными возможностями здоровья: сознательность, активность, систематичность, постепенность, индивидуализация нагрузок, комплексность.

19. Мэйнстриминг в образовательной среде высших учебных заведений. Основы реализации программ мейнстриминга в образовательной среде вуза. Включение студентов с ограниченными возможностями здоровья в совместную со здоровыми студентами физкультурно-рекреационную деятельность, инклюзивная физическая рекреация.

20. Развитие студенческого волонтерского движения.

2 семестр

1. Оздоровительная физическая культура. Направления и подходы к составлению оздоровительных программ.

2. Рекреационная направленность, восстановительная направленность.

3. Принципы оздоровительной физической культуры: доступность, «не навреди», биологическая целесообразность, программно-целевой, индивидуализация, половые различия, возрастные изменения в организме, интеграция, гармонизация всей системы ценностных ориентаций человека, взаимодействие психических и физических возможностей человека.

4. Профилактика нарушения здоровья. Первичная, вторичная и третичная профилактика нарушения здоровья.

5. Пограничные состояния здоровья.

6. Социально-значимые заболевания, и их профилактика. Аддиктивное поведение: классификация, факторы риска. Наркомания: медицинские, социальные и правовые последствия наркопотребления, признаки наркотического поведения.

7. Молодежные субкультуры, сектанство и новые деструктивные религиозные культуры.

8. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями

9. Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий.

10. Формы и содержание самостоятельных занятий.

11. Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями различной направленности.

12. Характер содержания занятий в зависимости от возраста.

13. Планирование и управление самостоятельными занятиями.

14. Мотивация сохранения и укрепления индивидуального здоровья.

15. Личная и социально-экономическая необходимость специальной психофизической подготовки человека к труду.

16. Определение, цели, задачи, средства ППФП.

17. Место ППФП в системе физического воспитания студентов

18. Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра и специалиста. Производственная гимнастика. Особенности выбора форм, методов и средств физической культуры и спорта в рабочее и свободное время специалистов.

19. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры. Влияние индивидуальных особенностей, географо-климатических условий и других факторов на содержание физической культуры специалистов, работающих на производстве.

20. Роль будущих специалистов по внедрению физической культуры в производственном коллективе.

6 ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

Номер изменения	Номера листов			Основание для внесения изменений	Подпись	Расшифровка подписи	Дата	Дата введения изменения
	замененных	новых	аннулированных					
1	1,2	-	-	Приказ № 25 от 25.02.16 № 25	А.В.Т.	Ipresento	25.09.16	25.09.16