



Федеральное агентство по рыболовству
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Калининградский государственный технический университет»
(ФГБОУ ВО «КГТУ»)

Начальник УРОПС
Мельникова В.А.

Рабочая программа модуля
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»
(Дополнительный раздел)

основных профессиональных образовательных программ бакалавриата
по направлениям подготовки
в Калининградском государственном техническом университете
для студентов с ограниченными возможностями здоровья
и особыми образовательными потребностями

РАЗРАБОТЧИК

УРОПС
Кафедра физической культуры

Программа для студентов с ограниченными возможностями здоровья (инвалидов) и особыми образовательными потребностями по дисциплинам модуля «Физическая культура и спорт» разработана на основе принципов *адаптивной физической культуры*.

Рабочая программа модуля «Физическая культура и спорт» для студентов с ограниченными возможностями здоровья и особыми образовательными потребностями образовательных программ бакалавриата по следующим направлениям подготовки в Калининградском государственном техническом университете:

- 05.03.06 Экология и природопользование
- 08.03.01 Строительство
- 09.03.01 Информатика и вычислительная техника
- 09.03.03 Прикладная информатика
- 13.03.01 Теплоэнергетика и теплотехника
- 13.03.02 Электроэнергетика и электротехника
- 15.03.01 Машиностроение
- 15.03.02 Технологические машины и оборудование
- 15.03.04 Автоматизация технологических процессов и производств
- 19.03.01 Биотехнология
- 19.03.03 Продукты питания животного происхождения
- 19.03.04 Технология продукции и организация общественного питания
- 20.03.01 Техносферная безопасность
- 20.03.02 Природообустройство и водопользование
- 26.03.02 Кораблестроение, океанотехника и системотехника объектов морской инфраструктуры
- 35.03.03 Агрохимия и агропочвоведение
- 35.03.04 Агрономия
- 35.03.08 Водные биоресурсы и аквакультура
- 35.03.09 Промышленное рыболовство
- 36.03.01 Ветеринарно-санитарная экспертиза
- 36.03.02 Зоотехния
- 38.03.01 Экономика
- 38.03.02 Менеджмент
- 38.03.03 Управление персоналом

ТЕРМИНЫ И ОПРЕДЕЛЕНИЯ

Лицо с ограниченными возможностями здоровья – лицо, имеющее физические и(или) психические недостатки, которые препятствуют освоению образовательных программ без создания специальных условий.

Инвалид – лицо, которое имеет нарушение здоровья со стойким расстройством функций организма, обусловленное заболеваниями, последствиями травм или дефектами, приводящими к ограничению жизнедеятельности и вызывающее необходимость его социальной защиты.

Ограничение жизнедеятельности (ОЖД) – полная или частичная утрата лицом способности или возможности осуществлять самообслуживание, самостоятельно передвигаться, ориентироваться, общаться, контролировать свое поведение, обучаться и заниматься трудовой деятельностью.

Инклюзивное обучение – процесс обучения, обеспечивающий доступность образования для всех категорий лиц, в том числе для лиц с особыми потребностями, в том числе для лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Безбарьерная архитектурная среда образовательной организации – архитектурная среда, обеспечивающая инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья, вне зависимости от происхождения, характера и серьезности их психофизических отличий, доступность прилегающей к образовательной организации территории, входных путей, путей перемещения внутри здания.

1 ЦЕЛЬ И ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ МОДУЛЯ

1.1 Целью освоения дисциплин модуля «Физическая культура и спорт» (дополнительный раздел) для студентов с ограниченными возможностями здоровья (инвалидов) и особыми образовательными потребностями является стимулирование позитивных морфофункциональных сдвигов в организме, формирование необходимых двигательных координаций, физических качеств и способностей, направленных на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма, имеющего устойчивые отклонения в состоянии здоровья, за счет обеспечения оптимального режима функционирования отпущенных природой и имеющих в наличии его двигательных возможностей и духовных сил, их гармонизации для максимальной самореализации в качестве социально и индивидуально значимого субъекта.

Освоение дисциплин предполагает:

- формирование понимания социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- формирование знаний научно-биологических, педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте;
- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

1.2 В процессе изучения модуля «Физическая культура и спорт» (дополнительный раздел) у студентов с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов с особыми образовательными потребностями формируются компетенции, индикаторы, знания, умения и навыки идентичные основному модулю «Физическая культура и спорт».

2 ТРУДОЁМКОСТЬ ОСВОЕНИЯ, СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ МОДУЛЯ, ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ ПО НЕМУ

2.1 Модуль «Физическая культура и спорт» (дополнительный раздел) состоит из дисциплин «Основы физической культуры» и «Физическое самосовершенствование», относящихся к блоку 1 обязательной части, а также из дисциплины «Практическая подготовка по физической культуре и занятием спортом (элективные курсы)», относящейся к отдельному блоку «ЭК по ФК и ЗС. Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту».

Общая трудоемкость модуля составляет 2 зачетных единицы (з.е.), т.е. 72 академических часов (54 астр. часов) контактной и самостоятельной учебной работы студента; работой, связанной с текущей и промежуточной (заключительной) аттестацией по дисциплинам модуля.

Распределение трудоемкости освоения дисциплины по темам и видам учебной работы приведено ниже.

Таблица 1 - Объем (трудоемкость освоения) в очной форме обучения и структура модуля

Наименование	Семестр	Форма контроля	з.е.	Акад. часов	Контактная работа					СРС	Подготовка и аттестация в период сессии
					Лек	Лаб	Пр	РЭ	КА		
Основы физической культуры	1	3	1	36	12	-	4	2*	0,15	19,85	-
Физическое самосовершенствование	6	3	1	36	12	-	4	2*	0,15	19,85	-
Итого по модулю:			2	72	24	-	8	4*	0,3	39,7	-

Примечание: * только для направления 19.03.01 - Биотехнология.

Обозначения: Э – экзамен; З – зачет; ДЗ – дифференцированный зачет (зачет с оценкой); КР (КП) – курсовая работа (курсовой проект); контр. – контрольная работа, РГР – расчетно-графическая работа; Лек – лекционные занятия; Лаб - лабораторные занятия; Пр – практические занятия; РЭ – контактная работа с преподавателем в ЭИОС; КА – контактная работа, включающая индивидуальные консультации, консультации перед экзаменом, аттестацию, консультации и аттестацию по КР (КП), практику; СРС – самостоятельная работа студентов

Таблица 2 - Объем (трудоемкость освоения) в заочной форме обучения и структура модуля

Наименование	Семестр	Форма контроля	з.е.	Акад. часов	Контактная работа						СРС	Подготовка и аттестация в период сессии
					УЗ	Лек	Лаб	Пр	РЭ	КА		
Основы физической культуры	1	контр., 3	1	36	2	-	-	-	-	0,65	29,5	3,85
Физическое самосовершенствование	6	контр., 3	1	36	-	2	-	-	-	0,65	29,5	3,85
Итого по модулю:			2	72	2	2	-	-	-	1,3	59	7,7

Таблица 3 - Объем (трудоемкость освоения) в очно-заочной форме обучения и структура модуля

Наименование	Семестр	Форма контроля	з.е.	Акад. часов	Контактная работа					СРС	Подготовка и аттестация в период сессии
					Лек	Лаб	Пр	РЭ	КА		
Основы физической культуры	1	3	1	36	2	-	-	12	0,15	21,85	-
Физическое самосовершенствование	6	3	1	36	2	-	-	12	0,15	21,85	-
Итого по модулю:			2	72	4	-	-	24	0,3	43,7	-

2.2 Трудоемкость элективной дисциплины «Практическая подготовка по физической культуре и занятие спортом (элективные курсы)» составляет 330 академических часов (248 астр. часов) контактной (практических занятий) работы студента.

Формы аттестации по дисциплине в очной форме обучения:

семестры 2, 4, 6 – зачет.

На каждый семестр отводится по 60 часов (исключение 6 семестр – 30 часов) практических занятий, включающих в себя легкоатлетическую подготовку на открытом воздухе и занятия избранным видом спорта.

2.3 Краткое содержание практических занятий.

Во все занятия по видам спорта включаются упражнения общей и специальной физической подготовки, способствующие развитию физических и психофизиологических качеств, обеспечивающих сдачу контрольных и зачетных нормативов.

Обязательный минимум по общей и специальной физической подготовке

Общая физическая подготовка (адаптивные формы и виды):

Общая физическая подготовка (совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств). Средства и методы ОФП: строевые упражнения, общеразвивающие упражнения без предметов, с предметами и др.

Упражнения для воспитания силы: упражнения с отягощением, соответствующим собственному весу, весу партнера и его противодействию, с сопротивлением упругих предметов (эспандеры и резиновые амортизаторы), с отягощением (гантели, набивные мячи).

Упражнения для воспитания выносливости: упражнения или элементы с постепенным увеличением времени их выполнения.

Упражнения для воспитания быстроты. Совершенствование двигательных реакций повторным реагированием на различные (зрительные, звуковые, тактильные) сигналы.

Упражнения для воспитания гибкости. Методы развития гибкости: активные (простые, пружинящие, маховые), пассивные (с самозахватами или с помощью партнера). Использование гимнастических упражнений, элементов йоги, Пилатеса, стретчинга.

Упражнения для воспитания ловкости. Методы воспитания ловкости. Использование подвижных, спортивных игр, гимнастических упражнений, элементов аэробики.

Упражнения на координацию движений.

а) легкоатлетическая подготовка (адаптивные виды) на свежем воздухе

Легкая атлетика (адаптивные виды и формы). Ходьба и ее разновидности, сочетание ходьбы с упражнениями на дыхание, расслабление, с изменением времени прохождения дистанции. Бег и его разновидности. Бег трусцой. Скандинавская ходьба.

б) Занятия избранным видом адаптивного спорта:

Спортивные игры. Элементы техники спортивных игр (адаптивные формы): баскетбол, волейбол, футбол, настольный теннис и другие. Общие и специальные упражнения игрока.

Адаптивные игры: боччи, голбол и другие.

Подвижные игры и эстафеты с предметами и без них, с простейшими способами передвижения, не требующие проявления максимальных усилий и сложно-координационных действий. Доступные виды эстафет: с предметами и без них.

Профилактическая гимнастика, оздоровительная гимнастика, ЛФК:

Обучение и совершенствование техники выполнения специальных упражнений для профилактики различных заболеваний:

- нарушений опорно-двигательного аппарата;
- желудочно-кишечного тракта и почек,
- нарушений зрения,
- нарушений слуха,
- сердечнососудистой системы и ЦНС;
- органов дыхания.

Обучение комплексам упражнений по профилактике различных заболеваний (комплексы лечебной физической культуры (ЛФК)). Формирование навыков правильного дыхания во время выполнения упражнений. Обучение дыхательным упражнениям (по методике йоги, бодифлекс, А. Стрельниковой, К. Бутейко и др.), направленные на активизацию дыхательной и сердечнососудистой системы. Закаливание и его значение для организма человека (занятия на улице). Гигиенические принципы и рекомендации к закаливанию. Методика закаливания солнцем, воздухом и водой.

Лечебная гимнастика (ЛФК), направленная на восстановление и развитие функций организма, полностью или частично утраченных студентом после болезни, травмы и др.

Лечебная гимнастика (ЛФК), направленная на развитие компенсаторных функций, в том числе и двигательных, при наличии врожденных патологий; предупреждение прогрессирования заболевания или физического состояния студента.

Использование элементов оздоровительных систем на занятиях: йога, Пилатес, бодифлекс, стретчинг, адаптивная гимнастика по Бубновскому и др.

Обучение методам (общее расслабление под музыку, аутотренинг) *снятия психоэмоционального напряжения*. Обучение методам проведения анализа психоэмоционального состояния организма с применением релаксационных методик. Овладение методикой составления индивидуальных оздоровительных программ, с учетом отклонений в состоянии здоровья. Овладение инструкторской практикой проведения комплексов профилактической гимнастики

Аэробика (адаптированная, в соответствии с нозологией, имеющимися функциональными и физическими ограничениями): выполнение общеразвивающих упражнений в сочета-

нии с танцевальными движениями на основе базовых шагов под музыкальное сопровождение, разучивание базовых шагов аэробики отдельно и в связках; техники выполнения физических упражнений, составляющих основу различных направлений и программ аэробики. Разучивание комплексов упражнений силовой направленности, локально воздействующих на различные группы мышц.

Фитбол-гимнастика (аэробика): Особенности содержания занятий по фитбол-гимнастике. Упражнения локального и регионального характера, упражнения на равновесие, изометрические упражнения с мышечным напряжением из различных исходных положений.

Краткая психофизиологическая характеристика основных систем физических упражнений. Рекомендации к составлению комплексов упражнений по совершенствованию отдельных физических качеств с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья.

3 УЧЕБНАЯ ЛИТЕРАТУРА И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТА

Учебно-методическое обеспечение модуля приведено в таблицах 4 и 5.

Таблица 4 – Перечень основной и дополнительной литературы

Наименование дисциплин	Основная литература	Дополнительная литература
Основы физической культуры	1. Физическая культура и спорт : учебное пособие / А. В. Зюкин, В. С. Кукарев, А. Н. Дитятин [и др.] ; под ред. А. В. Зюкина, Л. Н. Шелковой, М. В. Габова ; Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена. – Санкт-Петербург : Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена (РГПУ), 2019. – 372 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=577592 (дата обращения: 08.09.2022). – ISBN 978-5-8064-2668-1. – Текст : электронный.	1. Виленский, М. Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента : учеб. пособие / М. Я. Виленский, А. Г. Горшков. - Москва : КНОРУС, 2012. - 238, [1] с. - ISBN 978-5-406-01296-3 (в обл.). - Текст : непосредственный.
Физическое самосовершенствование	2. Евсеев, Ю. И. Физическая культура : учебное пособие / Ю. И. Евсеев. – 9-е изд., стер. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2014. – 448 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=271591 (дата обращения: 08.09.2022). – ISBN 978-5-222-21762-7. – Текст : электронный. 3. Чеснова, Е. Л. Физическая культура : учебное пособие / Е. Л. Чеснова. – Москва : Директ-Медиа, 2013. – 161 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210945 (дата обращения: 08.09.2022). – ISBN 978-5-4458-3076-4. – DOI 10.23681/210945. – Текст : электронный. 4. Основы физической культуры и здорового образа жизни : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений по направлению подгот. в бакалавриате / под ред. А. А. Зайцева ; Калинингр. гос.	2. Ильинич, В. И. Студенческий спорт и жизнь : учеб пособие / В. И. Ильинич. - Москва : АО Аспект, 1995. – 144 с. - ISBN 5-86318-107-9. - Текст : непосредственный. 3. Бояркина, А. А. Питание и спорт : рекомендации по орг. рацион. питания в процессе занятий физ. культурой и спортом для студентов высш. учеб. заведений всех специальностей / А. А. Бояркина, А. А. Зайцев, Э. В. Мануйленко ; Калинингр. гос. техн. ун-т. - Калининград : КГТУ, 2012. - 53, [1] с. - Текст : непосредственный. 4. Физическое самосовершенствование : учеб. пособие / под ред. А. А. Зайцева. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2020. - 107, [1] с. - ISBN 978-5-534-12579-5 (в обл.). - Текст : непосредственный. 5. Основы здорового образа жизни в образовательной организации : учеб. пособие / под общ. ред. А. А. Зайцева. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2020. - 136, [1] с. - ISBN 978-5-534-12606-8 (в обл.). -

Наименование дисциплин	Основная литература	Дополнительная литература
	<p>техн. ун-т. - Калининград : КГТУ, 2016. - 107, [1] с. - Текст : непосредственный.</p> <p>5. Практическая подготовка по физической культуре и занятия спортом : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений по направлению подгот. в бакалавриате / Калинингр. гос. техн. ун-т ; под ред. А. А. Зайцева. - Калининград : КГТУ, 2016. - 183, [1] с. - Текст : непосредственный.</p> <p>6. Физическое самосовершенствование (теоретические и прикладные аспекты) : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений по направлениям подгот. в бакалавриате / под ред. А. А. Зайцева ; Калинингр. гос. техн. ун-т. - Калининград : КГТУ, 2016. - 79, [1] с. - Текст : непосредственный.</p> <p>7. Основные аспекты физической культуры : учеб. пособие для студентов заоч. формы обучения в вузах / А. А. Бояркина, А. А. Зайцев, Э. В. Новик, Я. Е. Шихарев ; Калинингр. гос. техн. ун-т. - Калининград : КГТУ, 2013. - 81 с. - Текст : непосредственный.</p>	<p>Текст : непосредственный.</p> <p>6. Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка : учеб. пособие / под общ. ред. А. А. Зайцева. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2020. - 226, [1] с. - ISBN 978-5-534-12624-2 (в пер.). - Текст : непосредственный.</p> <p>7. Физическая культура : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений, обучающихся по всем направлениям / под ред. Е. В. Конеевой. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2020. - 598, [1] с. - ISBN 978-5-534-12033-2 (в пер.). - Текст : непосредственный.</p>

Таблица 5 – Перечень периодических изданий, учебно-методических пособий и нормативной литературы

Наименование дисциплин	Периодические издания	Учебно-методические пособия, нормативная литература
Основы физической культуры	«Теория и практика физической культуры», «Спортивная жизнь России», «Физкультура и спорт».	<p>1. Летние олимпийские виды спорта: нормы и требования : справ.-метод. пособие в табл. и черт. / Н. К. Полещук, А. А. Зайцев, А. Б. Макаревский, И. В. Борисова. - Москва : Советский спорт, 2013. - 267 с. - ISBN 978-5-9718-0650-9 (в пер.). - Текст : непосредственный.</p> <p>2. Васюкевич, А. А. Спортивная аэробика. Первые шаги : учеб.-метод. пособие для студентов высш. учеб. заведений по физ. культуре / А. А. Васюкевич ; Калинингр. гос. техн. ун-т. - Калининград : КГТУ, 2014. - 28, [1] с. - Текст : непосредственный.</p>
Физическое самосовершенствование		<p>3. Луценко, С. Я. Начальная подготовка в метании копья : метод. пособие по разд. "Физическая культура" основной образоват. программ высш. проф. образования / С. Я. Луценко, В. В. Макиенко ; Калинингр. гос. техн. ун-т. - Калининград : КГТУ, 2012. - 21, [1] с. - Текст : непосредственный.</p> <p>4. Сорока, Б. В. Основы тренировки в пауэрлифтинге : учеб.-метод. пособие для студентов всех специальностей высш. учеб. заведений / Б. В. Сорока ; Калинингр. гос. техн. ун-т. - Калининград : КГТУ, 2006. - 15, [1] с. - Текст : непосредственный.</p> <p>5. Зайцев, А. А. Организация и содержание самостоятельных занятий силовыми упражнениями : учеб.-метод. пособие по физ. культуре для студентов высш. учеб. заведений / А. А. Зайцев, О. Н. Косенков, Б. В. Сорока ; Калинингр. гос. техн. ун-т. - Калининград : КГТУ, 2014. - 27, [1] с. - Текст : непосредственный.</p> <p>6. Уханева, Е. В. Физическая культура. Выносливость как физическое качество и методика ее развития : метод. пособие для студентов всех специальностей высш. учеб. заведений / Е. В. Уханева, О. Н. Чиж, Э. В. Новик ; Калинингр. гос. техн. ун-т. - Калининград : КГТУ, 2009. - 34, [1] с. - Текст : непосредственный.</p> <p>7. Луценко, С. Я. Физическая культура. Подготовительная часть занятия : учеб.-метод. пособие для студентов высш. учеб. заведений по проведению методико-практ. занятий по физ. культуре / С. Я. Луценко ; Калинингр. гос. техн. ун-т. - Калининград : КГТУ, 2016. - 26, [1] с.</p>

Наименование дисциплин	Периодические издания	Учебно-методические пособия, нормативная литература
		<p>- Текст : непосредственный.</p> <p>8. Зайцева, В. Ф. Организация и содержание физкультурных пауз на учебных занятиях : учеб.-метод. пособие для студентов и аспирантов высш. учеб. заведений / В. Ф. Зайцева, А. А. Бояркина ; Калинингр. гос. техн. ун-т. - Калининград : КГТУ, 2015. - 46, [1] с. - Текст : непосредственный.</p> <p>9. Зайцев, А. А. Атлетическая тренировка студентов : учеб.-метод. пособие / А. А. Зайцев, О. Н. Косенков, Б. В. Сорока ; Калинингр. гос. техн. ун-т. - Калининград : КГТУ, 2020. - 42, [1] с. - Текст : непосредственный.</p> <p>10. Васюкевич, А. А. Практическая подготовка по физической культуре и занятию спортом. Техническая подготовка на этапе начального обучения студентов, занимающихся спортивной аэробикой : учеб.-метод. пособие для студентов всех специальностей и направлений подгот. по дисциплине "Физ. культура и спорт" / А. А. Васюкевич, А. А. Бояркина. - Калининград : КГТУ, 2022. - 58, [1] с. - Текст : непосредственный.</p>

4 ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ И ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ МОДУЛЯ

Информационные технологии

В ходе освоения дисциплины, обучающиеся используют возможности интерактивной коммуникации со всеми участниками и заинтересованными сторонами образовательного процесса, ресурсы и информационные технологии посредством электронной информационной образовательной среды университета.

Перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем, к которым обучающимся по образовательной программе обеспечивается доступ (удаленный доступ), а также перечень лицензионного программного обеспечения определяется в рабочей программе и подлежит обновлению при необходимости.

Электронные образовательные ресурсы:

Российская образовательная платформа и конструктор бесплатных открытых онлайн-курсов и уроков - <https://stepik.org>

Образовательная платформа - <https://openedu.ru/>

Состав современных профессиональных баз данных (СПБД) и информационных справочных систем (ИСС).

Страница кафедры физической культуры КГТУ - <http://www.klgtu.ru/departments/fgp-info/physcult/physcult/>

Электронный учебник по основам физической культуры в вузе - <http://www.sport.msu.ru/edu/>

Журнал «Теория и практика физической культуры» <http://www.teoriya.ru/ru>

Журнал «Легкая атлетика» <http://lib.sportedu.ru/mirrors/www.iaafrcd.ru/t&f/1/index.htm>

Журнал «Спортивная жизнь России» <http://www.sportliferus.ru>

Журнал «Физкультура и спорт» <http://www.fismag.ru/>.

База статистических данных по развитию физической культуры и спорта в РФ - <https://www.minsport.gov.ru/sport/physicalculture/statisticheskaya-inf/>

Официальный сайт студенческого спортивного союза России - <http://www.studsport.ru/>

Официальный сайт FISU - International University Sports Federation - <http://www.fisu.net/>

5 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ МОДУЛЯ

Аудиторные занятия проводятся в специализированных аудиториях с мультимедийным оборудованием, в компьютерных классах, а также в других аудиториях университета согласно расписанию занятий. Консультации проводятся в соответствии с расписанием консультаций.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

При освоении модуля используется программное обеспечение общего назначения и специализированное программное обеспечение.

Перечень соответствующих помещений и их оснащения приведен в таблице 6.

Таблица 6 – Материально-техническое обеспечение модуля

Наименование дисциплины	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения
<p>Основы физической культуры;</p> <p>Физическое самосовершенствование</p>	<p>г. Калининград, Малый переулок, 32, УК №2, ауд. 405М – учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации</p>	<p>Специализированная (учебная) мебель - учебная доска, стол преподавателя, парты, стулья</p>	
	<p>г. Калининград, Советский проспект, 1, ГУК, ауд. 153 – помещение для самостоятельной работы</p>	<p>Специализированная (учебная) мебель - парты, стулья. 16 компьютеров с подключением к сети Интернет и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации, комплект лицензионного программного обеспечения</p>	<p>1. ОС Windows 10 (получаемая по программе Microsoft "Open Value Subscription") 2. Офисное приложение MS Office 2013 (получаемое по программе Microsoft "Open Value Subscription") 3. Kaspersky Endpoint Security 4. Google Chrome (GNU) 5. Программный комплекс AutoDesk для учебных заведений Education Master Suite: AutoCAD, AutoCADCivil 3D и т.д. 6. САБ Ирбис 64; 7. MathCAD 2015 8. Интернет-версия «Гарант» 9. «КонсультантПлюс»; 10. НЭБ РФ</p>
	<p>г. Калининград, Малый переулок, 32, УК №2, ауд. 106М - помещение для самостоятельной работы</p>	<p>Специализированная (учебная) мебель - учебная доска, стол преподавателя, парты, стулья 4 компьютера с подключением к сети Интернет и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации, комплект лицензионного программного обеспечения</p>	<p>1. ОС Windows 10 (получаемая по программе Microsoft "OpenValueSubscription") 2. Офисное приложение MS OfficeStandard 2013 (получаемое по программе Microsoft "OpenValueSubscription") 3. Kaspersky Endpoint Security 4. Google Chrome (GNU) 5. САБ Ирбис 64 6. КонсультантПлюс»</p>
<p>Практическая подготовка по физической культуре и занятием спортом (элективные курсы)</p>	<p>г. Калининград, Советский проспект, 1, ГУК, ауд. 219Б - помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования</p>	<p>Специализированная мебель, стеллажи</p>	
	<p>г. Калининград, Малый переулок, 32, УК №2, зал для спортивных игр №1</p>	<p>- щиты баскетбольные пластиковые – 2 шт - щиты баскетбольные из оргстекла - 4 шт. - табло электрическое – 1 шт.</p>	
	<p>г. Калининград, Малый переулок, 32, УК №2, зал для спортивных игр №2</p>	<p>- гимнастические стенки – 14 шт., - гимнастические скамейки – 8 шт., - щиты баскетбольные пластиковые – 2 шт.,</p>	

Наименование дисциплины	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения
		- сетка волейбольная и крепления – 1 комплект	
	г. Калининград, Малый переулок, 32, УК №2, тренажерный зал №1	- силовые тренажеры – 2 шт, - штанги для пауэрлифтинга – 7 шт, - стойки для штанг и скамейки – 3 комплекта, - штанги для тяжелой атлетики – 7 шт, - гири 16 кг, 24 кг, 32 кг -12 шт, - гантели – 30 комплектов.	
	г. Калининград, Малый переулок, 32, УК №2, зал для спортивных игр №2	- силовые тренажеры – 5 шт, - беговые дорожки – 2 шт., - гантели – 10 комплектов, - штанги – 2 шт. - грифы - 3 шт. - шведская стенка – 1 шт. - разборные гантели – 6 шт. - стойки для штанги – 2 шт.	
	г. Калининград, Малый переулок, 32, УК №2, зал бокса	- ринг – 1 шт., - мешки боксерские – 10 шт	
	г. Калининград, Малый переулок, 32, УК №2, кабинет подводного плавания	- бассейн для погружений, - акваланги – 8 шт - гидрокостюмы – 10 шт.	
	г. Калининград, Малый переулок, 32, УК №2, зал настольного тенниса	- теннисные столы – 4 шт	
	г. Калининград, Малый переулок, 32, УК №2, зал аэробики	- музыкальный центр – 1 шт, - степы – 15 шт, - татами – 1 шт. - гребной тренажер – 2 шт.	
	г. Калининград, Малый переулок, 32, УК №2, кабинет лечебной физической культуры	- телевизор – 1 шт, - музыкальный центр – 1 шт.	
	г. Калининград, Малый переулок, 32, УК №2, ауд. 61аМ – помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования	Специализированная мебель, стеллажи	
	г. Калининград, Малый переулок, 32, УК №2, ауд. 68М – помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования	Специализированная мебель, стеллажи	
	г. Калининград, Малый переулок, 32, УК №2, ауд. 106М - помещение для самостоятельной работы	Специализированная (учебная) мебель - учебная доска, стол преподавателя, парты, стулья	1. ОС Windows 10 (получаемая по программе Microsoft "OpenValueSubscription")

Наименование дисциплины	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения
		4 компьютера с подключением к сети Интернет и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации, комплект лицензионного программного обеспечения	2. Офисное приложение MS OfficeStandard 2013 (получаемое по программе Microsoft "OpenValueSubscription") 3. Kaspersky Endpoint Security 4. Google Chrome (GNU) 5. САБИрбис 64 6. КонсультантПлюс»

6 ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ АТТЕСТАЦИИ, СИСТЕМА ОЦЕНИВАНИЯ И КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ

6.1 Типовые контрольные задания и иные материалы, необходимые для оценки результатов освоения дисциплин модуля (в т.ч. в процессе освоения), а также методические материалы, определяющие процедуры этой оценки приводятся в приложении к рабочей программе модуля (утверждается отдельно).

6.2 Универсальная система оценивания результатов обучения включает в себя системы оценок: 1) «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно»; 2) «зачтено», «не зачтено»; 3) 100 – балльную/процентную систему и правило перевода оценок в пятибалльную систему (табл. 7).

Таблица 7 – Система оценок и критерии выставления оценки

Система оценок Критерий	2	3	4	5
	0-40%	41-60%	61-80 %	81-100 %
	«неудовлетворительно»	«удовлетворительно»	«хорошо»	«отлично»
	«не зачтено»	«зачтено»		
1 Системность и полнота знаний в отношении изучаемых объектов	Обладает частичными и разрозненными знаниями, которые не может научно- корректно связывать между собой (только некоторые из которых может связывать между собой)	Обладает минимальным набором знаний, необходимым для системного взгляда на изучаемый объект	Обладает набором знаний, достаточным для системного взгляда на изучаемый объект	Обладает полной знаний и системным взглядом на изучаемый объект
2 Работа с информацией	Не в состоянии находить необходимую информацию, либо в состоянии находить отдельные фрагменты информации в рамках поставленной задачи	Может найти необходимую информацию в рамках поставленной задачи	Может найти, интерпретировать и систематизировать необходимую информацию в рамках поставленной задачи	Может найти, систематизировать необходимую информацию, а также выявить новые, дополнительные источники информации в рамках поставленной задачи
3.Научное осмысление изучаемого явления, процесса, объекта	Не может делать научно корректных выводов из имеющихся у него сведений, в состоянии проанализировать только некоторые из имеющихся у	В состоянии осуществлять научно корректный анализ предоставленной информации	В состоянии осуществлять систематический и научно корректный анализ предоставленной информации, вовлекает в ис-	В состоянии осуществлять систематический и научно-корректный анализ предоставленной информации, вовлекает в ис-

Система оценок Критерий	2	3	4	5
	0-40%	41-60%	61-80 %	81-100 %
	«неудовлетворительно»	«удовлетворительно»	«хорошо»	«отлично»
	«не зачтено»	«зачтено»		
	него сведений		следование новые релевантные задаче данные	следование новые релевантные поставленной задаче данные, предлагает новые ракурсы поставленной задачи
4. Освоение стандартных алгоритмов решения профессиональных задач	В состоянии решать только фрагменты поставленной задачи в соответствии с заданным алгоритмом, не освоил предложенный алгоритм, допускает ошибки	В состоянии решать поставленные задачи в соответствии с заданным алгоритмом	В состоянии решать поставленные задачи в соответствии с заданным алгоритмом, понимает основы предложенного алгоритма	Не только владеет алгоритмом и понимает его основы, но и предлагает новые решения в рамках поставленной задачи

6.3 Оценивание результатов обучения может проводиться с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.

При оценивании результатов обучения также могут применяться бесплатные мобильные приложения. Например, Pacer (шагомер) и Strava (социальная сеть, используемая для контроля тренировок).

7 ОСОБЕННОСТИ ПРЕПОДАВАНИЯ И ОСВОЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО РАЗДЕЛА

Программа модуля дисциплин «Физическая культура и спорт» (дополнительный раздел) для студентов с ограниченными возможностями здоровья и особыми образовательными потребностями предполагает решение комплекса педагогических задач по реализации следующих направлений работы:

- проведение занятий по физической культуре для студентов с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов, с учетом индивидуальных особенностей студентов и образовательных потребностей в области физической культуры;
- разработку индивидуальных программ физической реабилитации в зависимости от нозологии и индивидуальных особенностей студента с ограниченными возможностями здоровья; разработку и реализацию физкультурных образовательно-реабилитационных технологий, обеспечивающих выполнение индивидуальной программы реабилитации;
- разработку и реализацию методик, направленных на восстановление и развитие функций организма, полностью или частично утраченных студентом после болезни, травмы; обучение новым способам и видам двигательной деятельности; развитие компенсаторных функций, в том числе и двигательных, при наличии врожденных патологий; предупреждение прогрессирования заболевания или физического состояния студента;
- обеспечение психолого-педагогической помощи студентам с отклонениями в состоянии здоровья, использование на занятиях методик психоэмоциональной разгрузки и саморегуляции, формирование позитивного психоэмоционального настроения;
- проведение спортивно-массовых мероприятий для лиц с ограниченными возможностями здоровья по различным видам адаптивного спорта, формирование навыков судейства;
- организацию дополнительных (внеурочных) и секционных занятий физическими упражнениями для поддержания (повышения) уровня физической подготовленности студентов с ограниченными возможностями с целью увеличению объема их двигательной активности и социальной адаптации в студенческой среде;
- реализацию программ мэйнстриминга в вузе: включение студентов с ограниченными возможностями в совместную со здоровыми студентами физкультурно-рекреационную деятельность, то есть в инклюзивную физическую рекреацию.
- привлечение студентов к занятиям адаптивным спортом; подготовку студентов с ограниченными возможностями здоровья для участия в соревнованиях; систематизацию информации о существующих в городе спортивных командах для инвалидов и привлечение

студентов-инвалидов к спортивной деятельности в этих командах (в соответствии с заболеванием) как в качестве участников, так и в качестве болельщиков.

- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом на основе полученных теоретических и практических знаний.

- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте;

- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту.

8 СВЕДЕНИЯ О РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ И ЕЕ СОГЛАСОВАНИИ

Рабочая программа модуля «Физическая культура и спорт» (дополнительный раздел) представляет собой компонент основных профессиональных образовательных программ бакалавриата, реализуемых в Калининградском государственном техническом университете.

Рабочая программа модуля разработана управлением разработки образовательных программ и стратегического планирования совместно с кафедрой физической культуры.

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании методической комиссии кафедры физической культуры (протокол № 8 от 26.04.2022 г.).

Заведующий кафедрой  А.А. Зайцев