Подписано электронной подписью:
Вержицкий Данил Григорьевич
Должность: Директор КГПИ ФГБОУ ВО «КемГУ»
Дата и время: 2024-02-21 00:00:00
471086fad29a3b30e244c728abc3661ab35c9d50210dcf0e75e03a5b6fdf6436

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Кемеровский государственный университет»
Новокузнецкий институт (филиал)
федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования
«Кемеровский государственный университет»

Факультет истории и права

УТВЕРЖДАЮ
Декан

Л.А. Юрьева
22 февраля 2021 г.

Рабочая программа дисциплины

Б.1.Б.31 Физическая культура и спорт

Код, название дисциплины

Специальность
40.05.04 Судебная и прокурорская деятельность

Специализация
Прокурорская деятельность

Уровень образования
специалитет

Квалификация выпускника
юрист

Форма обучения
Очная, заочная

Год набора 2020

Новокузнецк 2021

Сведения об утверждении:

Сведения об утверждении:

утверждена Ученым советом факультета
(протокол Ученого совета факультета № 7 от 22.02.2021)

одобрена на заседании методической комиссии
(протокол методической комиссии факультета № 4 от 11.02.2021)

одобрена на заседании кафедры физической культуры и спорта (протокол заседания кафедры № 5 от 28.01.2021)

Оглавление

1. Цель дисциплины
2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы
3. Объем дисциплины и трудоемкость дисциплины по видам учебных занятий. Формы промежуточной аттестации
4. Учебно-тематический план и содержание дисциплины

4.1 Учебно-тематический план

4.2 Содержание занятий по видам учебной работы

5. Порядок оценивания успеваемости и сформированности компетенции обучающегося в текущей и промежуточной аттестации
6. Материально-техническое, программное и учебно-методическое обеспечение дисциплины

6.1. Учебная литература

6.2. Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины

6.3. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Цель дисциплины

В результате освоения дисциплины у обучающегося должны быть сформированы компетенции основной профессиональной образовательной программы специалитета, содержание которых представлено в таблице 1.

Таблица 1 – Формируемые дисциплиной компетенции:

Коды компетенции	**Результаты освоения ОПОП** ***Содержание компетенций***	**Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине**
ОК-8	способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	**знать** роль физической культуры в развитии человека, профилактике здорового образа жизни; средства, методы физической культуры, обеспечивающие полноценную социальную и профессиональную деятельность; методики самооценки работоспособности, усталости, утомления и применения средств физической культуры для их направленной коррекции **уметь** соблюдать нормы здорового образа жизни; использовать средства физической культуры для оптимизации работоспособности и укрепления здоровья; использовать личный опыт физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных и профессиональных целей **владеть** основами методики самостоятельных занятий и самоконтроля за состоянием своего организма; способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдать нормы здорового образа жизни; способностью использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегаюших технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности

Таблица 1.1 – Иные дисциплины и практики, формирующие компетенции, закрепленные за данной дисциплиной:

Код компетенции	Дисциплины и практики, формирующие компетенцию ОПОП
ОК-8	Б1.В.08 Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (плавание, баскетбол, волейбол, легкая атлетика) Б2.В.03(Пд) Производственная практика. Преддипломная практика

2. Место дисциплины в структуре в структуре основной профессиональной образовательной программы

Дисциплина реализуется в рамках базовой / вариативной части образовательной программы, является обязательной / выборной.

3. Объем дисциплины и трудоемкость дисциплины по видам учебных занятий. Формы промежуточной аттестации

Общая трудоемкость (объем) дисциплины составляет 2 зачетных единицы (з.е.).

Таблица 2 – Объем и трудоемкость дисциплины по видам учебных занятий

Объём дисциплины	**Всего часов**	
	для очной формы обучения	для заочной формы обучения
Общая трудоемкость дисциплины	72	72
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего)	32	10
Аудиторная работа:	32	10
в том числе:		
лекции	14	10
практические занятия	18	-
в т.ч. в активной и интерактивной формах	-	-
Внеаудиторная (самостоятельная) работа обучающихся	40	58
Курсовое проектирование	-	-
Вид промежуточной аттестации обучающегося – **зачет (1 семестр)**		4 - контроль

4. Учебно-тематический план и содержание дисциплины

4.1. Учебно-тематический план

очная форма обучения

№ п/п	**Раздел дисциплины**	**Общая трудоёмкость** *(часах)*	**Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)**			**Формы текущего контроля успеваемости**
			аудиторные учебные занятия		**самостоятельная работа обучающихся**	
		всего	**лекции**	**практические занятия**		
1.	Физическая культура в общекультурной и профессиональной	14	2	2	10	Устный опрос, реферат

№ п/п	Раздел дисциплины	Общая трудоёмкость (часах)	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости
			аудиторные учебные занятия		самостоятельная работа обучающихся	
		всего	лекции	практические занятия		
	подготовке студентов					
2.	Основы здорового образа жизни	14	4	4	6	Устный опрос, тест
3.	Физическая подготовка	14	4	4	6	Индивидуальное задание, устный опрос
4.	Основы методики организации самостоятельных занятий физическими упражнениями	14	2	4	8	Индивидуальное задание, устный опрос
5.	Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений	16	2	4	10	Индивидуальное задание, устный опрос, тест
	Всего:	72	14	18	40	

заочная форма обучения

№ п/п	Раздел дисциплины	Общая трудоёмкость (часах)	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости
			аудиторные учебные занятия		самостоятельная работа обучающихся	
		всего	лекции	практические занятия		
1.	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов	14	2	-	12	Реферат
2.	Основы здорового образа жизни	14	2	-	12	Тест
3.	Физическая подготовка	14	2	-	12	Индивидуальное задание, тест
4.	Основы методики организации	14	2	-	12	Индивидуальное задание,

№ п/п	Раздел дисциплины	Общая трудоёмкость *(часах)*	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости
			аудиторные учебные занятия		самостоятельная работа обучающихся	
		всего	лекции	практические занятия		
	самостоятельных занятий физическими упражнениями					тест
5.	Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений	12	2	-	10	Тест
	Всего:	72	10	0	58	4 - контроль

4.2 Содержание занятий по видам учебной работы

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
Содержание лекционного курса		
Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке		
1.1.	Физическая культура и физическое воспитание.	Основные направления физической культуры. Физическая культура в социальном развитии человека. Задачи физического воспитания в вузе. Особенности форм и содержания физического воспитания.
1.2.	Роль физической культуры в оптимизации работоспособности и укреплении здоровья человека.	Физическое развитие. Физическая и функциональная подготовленность. Физическое совершенство. Психофизическая подготовленность. Способы оптимизации физической работоспособности человек в процессе занятий физической культурой и спортом.
1.3.	Обеспечение полноценной профессиональной деятельности средствами физической культуры.	Необходимость психофизической подготовки человека к полноценной профессиональной деятельности. Профессионально-прикладная физическая подготовка. Прикладные физические качества. Факторы, определяющие содержание ППФП студентов. Средства ППФП студентов.
Основы здорового образа жизни		
2.1.	Здоровье человека как ценность.	Компоненты здоровья. Факторы, определяющие здоровье. Здоровый образ жизни и его составляющие. Способы сохранения и укрепления здоровья. Повышение адаптационных резервов организма. Оздоровительный эффект занятий физической культурой. Физическое самовоспитание и самосовершенствование.
2.2.	Здоровьесберегающие	Сохранение и укрепление здоровья средствами

	технологии в физической культуре.	физической культуры. Изменение состояния организма под влиянием различных режимов и условий обучения. Общие закономерности изменения работоспособности в процессе обучения. Гипокинезия и гиподинамия, особенности их проявления. Средства физической культуры в оптимизации и регулировании умственной работоспособности, психоэмоционального и функционального состояния.
Физическая подготовка		
3.1.	Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Роль физической подготовки в обеспечении полноценной социальной и профессиональной деятельности. Методические принципы физического воспитания. Методы физического воспитания. Двигательное умение. Двигательный навык. Физические качества. Спортивная подготовка (тренировка). Зоны и интенсивность физических нагрузок.
3.2.	Значение физической подготовки в профессиональной деятельности.	Значение физической подготовки в профессиональной деятельности. Прикладные психофизические качества. Факторы, определяющие конкретное содержание профессионально-прикладной физической подготовки. Формы (виды) труда. Условия труда. Характер труда. Классификация профессий. Динамика работоспособности. Подбор физических упражнений для различных профессий.
Основы методики организации самостоятельных занятий физическими упражнениями		
4.1.	Мотивация и планирование самостоятельных занятий.	Планирование самостоятельных занятий. Формы и содержание самостоятельных занятий. Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями различной направленности. Гигиена самостоятельных занятий. Самоконтроль за эффективностью самостоятельных занятий. Профилактика травматизма.
4.2.	Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом.	Объективные показатели самоконтроля. Субъективные показатели самоконтроля. Утомление. Внешние признаки утомления. Функциональная проба. Метод индексов. Метод стандартов. Оценка функционального состояния.
Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений		
5.1.	Спорт в системе физического воспитания.	Массовый спорт. Спорт высших достижений. Единая спортивная классификация. Студенческий спорт и его организационные особенности.Олимпийские игры. Современные популярные системы физических упражнений. Мотивация и обоснование индивидуального выбора вида спорта или систем физических упражнений.
5.2.	Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений.	Физическая подготовленность в избранном виде спорта. Техническая подготовленность в избранном виде спорта. Тактическая подготовленность в избранном виде спорта. Годичное планирование. Текущее и оперативное планирование. Морфологические портреты «идеальных» спортсменов.
Содержание практических занятий		
Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке		

1.1.	Роль физической культуры в оптимизации работоспособности и укреплении здоровья человека.	Физическая и функциональная подготовленность. Физическое совершенство. Психофизическая подготовленность. Способы оптимизации физической работоспособности человек в процессе занятий физической культурой и спортом.
Основы здорового образа жизни		
2.1.	Средства физической культуры в регулировании функционального состояния студентов.	Использование физических упражнений как средства активного отдыха. «Малые формы» физических упражнений в режиме учебного труда студентов. Воздействие физической тренировки на состояние сердечно-сосудистой системы студента. Одномоментная функциональная проба с приседанием. Степ-тест Кэрша. Гарвардский степ-тест. Проба Рюфье-Диксона. Ортостатическая проба.
Физическая подготовка		
3.1.	Определение зоны интенсивности физической нагрузки по частоте сердечных сокращений.	Максимальная частота сердечных сокращений. Зона малой интенсивности физических нагрузок. Физическая нагрузка поддерживающего характера. Физическая нагрузка развивающего характера. Физическая нагрузка субмаксимальной и максимальной интенсивности.
Основы методики организации самостоятельных занятий физическими упражнениями		
4.1.	Влияние физических упражнений на дыхательную систему человека.	Частота дыхания. Дыхательный объем. Жизненная емкость легких. Кислородный запрос. Максимальное потребление кислорода. Функциональная проба Розенталя. Проба Генчи. Проба Штанге.
Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений		
5.1.	Оценка состояния вестибулярного аппарата.	Координация движений. Статическое равновесие. Динамическое равновесие. Проба Ромберга. Тест Яроцкого.
	Промежуточная аттестация – *зачет.*	

5. Порядок оценивания успеваемости и сформированности компетенций обучающегося в текущей и промежуточной аттестации

Таблица 3 – Оценочные средства, применяемые для текущего контроля сформированности компетенций

№ п/п	Контролируемые разделы, темы дисциплины	Код контролируемой компетенции	Наименование оценочного средства
1.	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов	ОК-8	Устный опрос, реферат
2.	Основы здорового образа жизни	ОК-8	Устный опрос, тест
3.	Физическая подготовка	ОК-8	Индивидуальное задание, устный опрос
4.	Основы методики организации самостоятельных занятий физическими упражнениями	ОК-8	Индивидуальное задание, устный опрос
5.	Спорт. Индивидуальный выбор видов	ОК-8	Индивидуальное задание,

№ п/п	Контролируемые разделы, темы дисциплины	Код контролируемой компетенции	Наименование оценочного средства
	спорта или систем физических упражнений		устный опрос, тест

Типовые контрольные задания или иные материалы

Зачет

а) типовые вопросы (задания):

Примерный перечень теоретических вопросов:

1. Основные направления физической культуры.
2. Социально-биологические основы физической культуры
3. Профессионально-прикладное направление в системе физического воспитания
4. Необходимость психофизической подготовки человека к труду.
5. Физическая культура в социальном развитии человека.
6. Понятие «здоровье», его содержание и критерии.
7. Здоровье и физическое благополучие.
8. Виды оздоровительной физической культуры
9. Физическая культура в обеспечении здоровья.
10. Особенности развития двигательных качеств.
11. Влияние физической тренировки на организм человека.
12. Определение понятия профессионально-прикладной физической подготовки, ее цели и задачи.
13. Организация, формы и средства профессионально-прикладной физической подготовки.
14. Система контроля профессионально-прикладной физической подготовленности.
15. Гигиена спортивных тренировок.
16. Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями.
17. Диагностика состояния организма при занятиях физическими упражнениями и спортом.
18. Самодиагностика состояния организма при занятиях физическими упражнениями и спортом. Спорт и его роль в обществе, функции, типы, виды спорта.
19. Типология современного спорта.
20. Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений.

Примерный перечень практикоориентированных заданий:

1. Программа дисциплины «Физическая культура» включает в себя следующие разделы:
а) подготовительный;
б) теоретический;
в) спортивный;
г) научно-исследовательский
2. После прохождения медицинского обследования студенты распределяются по следующим медицинским группам:
а) основная, подготовительная, специальная;
б) основная, специальная, лечебная;
в) подготовительная, основная, спортивная;
г) спортивная, специальная, подготовительная.
3. Процесс развития двигательных качеств и приобретения двигательных навыков это:
а) физическое развитие;
б) физическое воспитание;
в) физическая культура;

г) комплекс физических упражнений
4. Оптимальное количество активных занятий физическими упражнениями для студентов в недельном цикле должно составлять:
а) 2-4 часа;
б) 4-7 часов;
в) 6-9 часов;
г) 8-12 часов.
5. Снижение двигательной активности вызывает состояние:
а) гипоксии;
б) гиподинамии;
в) гипокинезии;
г) гиперактивности
6. Какие виды упражнений следует включать в физкультурную паузу:
а) позотонические;
б) статические;
в) на развитие аэробной выносливости;
г) со значительным отягощением
7. Состояние перетренированности характеризуется:
а) снижением артериального давления;
б) увеличением частоты сердечных сокращений;
в) ухудшением зрения, слуха;
г) амнезией
8. Под влиянием тренировки наибольшая гипертрофия мышц наблюдается при:
а) силовых нагрузках;
б) скоростно-силовых нагрузках;
в) аэробных нагрузках;
г) нагрузках смешанного характера.
9. На первом этапе дозировка воздушных ванн осуществляется за счёт:
а) постепенного снижения атмосферного давления;
б) снижения температуры воздуха при постоянной длительности процедуры;
в) увеличения длительности процедуры при постоянной температуре;
г) постепенного снижения атмосферного давления, температуры воздуха при постоянной длительности процедуры.
10. Укажите правильную последовательность водных процедур:
а) растирание снегом, обливание, купание в открытом водоёме, душ, влажное обтирание; моржевание;
б) влажное обтирание, обливание, душ, купание в открытом водоёме, растирание снегом, моржевание;
в) влажное обтирание, душ, обливание, растирание снегом, купание в открытом водоёме, моржевание.
11. Оценить состояние сердечно-сосудистой системы после физической нагрузки в основной части учебно-тренировочного занятия. Провести степ-тест Кэрша, одномоментную функциональную пробу с приседанием, Гарвардский степ-тест, пробу Рюффье-Диксона, ортостатическую пробу.
12. Определить зоны интенсивности физической нагрузки по частоте сердечных сокращений. Измерить ЧСС на различных этапах учебно-тренировочного занятия: разминка, специальные беговые упражнения, фитнес-разминка, подводящие упражнения в волейболе, игровая практика в волейболе.
13. Выполнить комплекс упражнений дыхательной гимнастики. Провести пробы Штанге и Генче после выполнения разнообразных прыжков со скакалкой. Выполнить функциональную пробу Розенталя.
14. Составить комплекс упражнений на развитие равновесия. Провести пробу Ромберга, пробу

Яроцкого на каждом этапе круговой тренировки.

б) критерии оценивания компетенций (результатов), описание шкалы оценивания:

Результаты зачета определяются оценками «зачтено», «незачтено».

При выставлении оценок учитываются уровень приобретенных компетенций студента по составляющим «знать», «уметь», «владеть». Компонент «знать» оценивается теоретическими вопросами по содержанию дисциплины, компоненты «уметь» и «владеть» - практикоориентированными заданиями.

Зачет по дисциплине выставляется, если обучающийся набрал не менее 51 балла по приведенной 100-балльной шкале. Студент может набрать 80 баллов в ходе текущей работы в семестре и 20 баллов за промежуточное аттестационное испытание по дисциплине.

В промежуточной аттестации оценка выставляется в ведомость в 100-балльной шкале и в буквенном эквиваленте (таблица 4)

Таблица 4 – Соотнесение 100-балльной шкалы и буквенного эквивалента оценки

Сумма набранных баллов	***Уровни освоения дисциплины и компетенций***	***Зачет***
		Буквенный эквивалент
86 - 100	Продвинутый	Зачтено
66 - 85	Повышенный	
51 - 65	Пороговый	
0 - 50	Первый	Незачтено

Текущий контроль

Критерии оценивания знаний, умений и навыков студентов при проведении текущего контроля с использованием различных оценочных средств представлены ниже.

А) Собеседование и устный опрос

Аналитическая шкала оценивания ответов на устные вопросы

Уровни / критерии	***Первый уровень***	***Пороговый уровень (1 балл)***	***Повышенный уровень (2 балла)***
Полнота раскрытия вопроса	Вопрос не раскрыт либо ответ основан на недостоверной информации, выступающим допущены принципиальные ошибки при изложении материала.	Вопрос раскрыт, отвечающий ясно и грамотно излагает материал, основываясь на учебной литературе, владеет необходимой терминологией	Ответ содержит полную информацию по вопросу, основанную на учебной и дополнительной специальной литературе, ответ сопровождается демонстрационным материалом

Б) Индивидуальное задание

Примерные индивидуальные задания

1. Разработать сценарий спортивно-массового мероприятия (соревнования, праздника, фестиваля) для различных групп населения.
2. Составить комплекс упражнений для развития физического качества (по выбору) средствами избранного вида спорта.
3. Разработать план самостоятельного занятия по методу круговой тренировки для различных групп населения с учетом условий жизнедеятельности.
4. Составить комплекс упражнений для формирования правильной осанки.
5. Подобрать подвижные игры для совершенствования физического качества (по выбору).

Аналитическая шкала оценивания решения индивидуальных заданий

Уровни / критерии	***Первый уровень***	***Пороговый уровень (1 балл)***	***Повышенный уровень (2 балла)***
Самостоятельность выполнения задания	Помощь преподавателя требовалась постоянно	Помощь преподавателя требовалась иногда	Помощь преподавателя не требовалась
Объем выполнения задания и количество допущенных при выполнении учебной задачи / задания ошибок	Учебная задача / задание выполнено в полном объеме, но допущены 4 и более ошибки или учебная задача / задание выполнено не в полном объеме	Учебная задача / задание выполнено в полном объеме. В решении учебной задачи /задания допущены 1-3 негрубые ошибки.	Учебная задача / задание выполнено в полном объеме. В решении учебной задачи / задания отсутствуют ошибки.

В) Тест

Критерии оценивания теста

Тест рубежного контроля включает от 20 заданий. Верное выполнение каждого задания оценивается в 0,5 балла. За неверный ответ или отсутствие ответа выставляется 0 баллов. Частично правильные ответы на задание не предусмотрены. Общий тестовый балл определяется суммой баллов, полученных за верное выполнение заданий теста. Время тестирования - 1,5 минуты на одно задание.

Г) Реферат

Реферат - это индивидуальная научно-исследовательская работа студента. При выполнении реферата необходимо раскрыть суть исследуемой проблемы с различных позиций и точек зрения, сформулировать самостоятельные выводы.

Примерные темы рефератов:

1. Роль физической культуры и спорта в развитии общества
2. Диагноз и краткая характеристика заболевания студента. Влияние заболевания на личную работоспособность и самочувствие.
3. Цель и задачи физического воспитания студентов.
4. Медицинские противопоказания при занятиях физическими упражнениями и применения других средств физической культуры при данном заболевании (диагнозе).
5. Гигиена физической культуры и спорта: закаливание, личная гигиена, рациональное питание, психогигиена, восстановительные средства.
6. Физическая культура как средство сохранения и укрепления здоровья людей.
7.Физическая культура в системе общечеловеческих ценностей и профессиональной подготовки студентов в ВУЗе.
8. Здоровье, физическая подготовленность и организация двигательного режима в связи с особенностями возрастных изменений организма человека
9. Социальные ценности и нормы в спорте, этика спорта. Спорт как социальный институт. Спорт и политика.
10. Двигательный режим в период экзаменационной сессии и напряжённых умственных нагрузок.

Аналитическая шкала оценивания реферата

Уровни / критерии	***Первый уровень***	***Пороговый уровень (3 балла)***	***Повышенный уровень (10 баллов)***
Соответствие содержания теме	Содержание реферата не соответствует теме	Содержание реферата соответствует теме, но есть незначительные отступления	Содержание реферата соответствует теме
Соблюдение трехчастной композиции (введение, основная часть, заключение)	Не выдержана трехчастная композиция (введение, основная часть, заключение), не соблюдены требования к частям	Выдержана трехчастная композиция (введение, основная часть, заключение), но не соблюдены все требования к частям	Выдержана трехчастная композиция (введение, основная часть, заключение), соблюдены все требования к их содержанию и оформлению
Полнота охвата источников	Изучено менее 30% от рекомендованных преподавателем источников	Изучено 30-70% от рекомендованных преподавателем источников	Изучено 80-100% от рекомендованных преподавателем источников
Оформление цитат на источники	Нет цитат из источников и ссылок на них, реферат представляет собой копирование материала из интернета	Нет цитат из источников и ссылок на них	Выдержки из источников оформлены с помощью цитат, на которые оформлены ссылки

Текущий контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения учебных занятий, проверки самостоятельной работы студентов. Комбинация различных оценочных мероприятий и баллов представлена в таблице

5. Для оценивания результатов учебной работы студентов заочной формы обучения преподавателем может применяться поправочный коэффициент с учетом количества оценочных мероприятий.

Таблица 5 – Балльно-рейтинговая оценка результатов учебной работы обучающихся по видам работ (БРС).

№	*Контрольные мероприятия и средства оценивания*	*Максимальное кол-во баллов за конкретное задание*	*Кол-во мероприятий за семестр*	*Максимальное количество баллов*
1	Виды оценочных средств, используемых на практических занятиях:			
1.1	Ответ на устный вопрос, собеседование, участие в дискуссии	2	7	14
1.2	Выполнение индивидуального задания	2	10	20
1.3	Тестирование	10	2	20
2	Виды оценочных средств, используемых для контроля самостоятельной работы:			
2.1	Реферат	10	1	10
3	Посещение учебных занятий	1	16	16
			Итого:	80

6. Материально-техническое, программное и учебно-методическое обеспечение дисциплины

6.1. Учебная литература

Основная учебная литература:

1. Физическая культура студента : учебное пособие / А. Б. Муллер [и др.] - Эл. текстовые данные. - Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2011. - 172 с. – Режим доступа: http://znanium.com/bookread2.php?book=443255 - Текст: электронный
2. Чертов, Н. В. Физическая культура : учебное пособие / Н. В. Чертов - Ростов-на-Дону : Издательство ЮФУ, 2012. - 118 с. – Режим доступа: http://znanium.com/bookread2.php?book=551007 - Текст: электронный

Дополнительная учебная литература:

1. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / Г. Н. Германов. - 2-е изд., перераб. и доп. - Эл. текстовые данные. - Москва : Юрайт, 2018. - 224 с. - Режим доступа: https://biblio-online.ru/viewer/32F832B3-F0AD-49CF-9462-96D21FF6FC9A#page/1 - Текст: электронный
2. Лазарев, И.В. Физическая культура в юридическом вузе : учебно-методическое пособие / И. В. Лазарев, А. А. Ромашов. - Эл. текстовые данные. - Москва : РАП, 2013. - 240 с. – Режим доступа: http://znanium.com/bookread2.php?book=518252 - Текст: электронный
3. Хайбуллина, Д. Р. Физическая культура личности в системе формирования здорового образа жизни студентов: учебное пособие / Д. Р. Хайбуллина ; Министерство образовани и науки РФ ; Федеральное агентство по образованию ; НФИ КемГУ. - Новокузнецк : РИО НФИ КемГУ, 2009. - 111 с. - Гриф УМО "Рекомендовано". - Текст: непосредственный

6.2.Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины

Учебные занятия по дисциплине проводятся в учебных аудиториях НФИ КемГУ:

Наименование помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом, с указанием перечня основного оборудования, учебно-наглядных пособий и используемого программного обеспечения	Адрес (местоположение) помещений
1	2
227 Большой зал. Учебная аудитория для проведения: - занятий лекционного типа. **Специализированная (учебная) мебель:** доска меловая, секции кресел. **Оборудование:** компьютер, акустический монитор сценический, экран проекционный, проектор, акустическая система, микшер-усилитель, пульт микшерный, радиосистема вокальная двухантенная. **Используемое программное обеспечение:**MSWindows (MicrosoftImaginePremium 3 year по сублицензионному договору № 1212/КМР от 12.12.2018 г. до 12.12.2021 г.), LibreOffice (свободно распространяемое ПО)**.** **Интернет с доступом в ЭИОС.**	654041, Кемеровская область, г. Новокузнецк, ул. Циолковского, дом № 23
103 Зал фитнеса. Учебная аудитория для проведения занятий практического типа. Оборудование: шведские стенки, скамьи гимнастические, спортивный инвентарь (палки гимнастические, скакалки, коврики гимнастические и др.).	654041, Кемеровская область - Кузбасс, г. Новокузнецк, ул. Циолковского, д.6
208 Зал ритмической гимнастики. Учебная аудитория для проведения занятий практического типа. Оборудование: шведские стенки, скамьи гимнастические, наклонные доски, спортивный инвентарь (коврики гимнастические, палки гимнастические и др.).	654041, Кемеровская область - Кузбасс, г. Новокузнецк, ул. Циолковского, д.6

6.3. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Официальный сайт студенческого спортивного Союза России. - URL: http://www.studsport.ru/, свободный
Официальный сайт FISU - International University Sports Federatio. - URL: http://www.fisu.net/, свободный

Составитель (и): Красильникова Е.В., старший преподаватель
(фамилия, инициалы и должность преподавателя (ей))