МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ТЕХНОЛОГИЙ И УПРАВЛЕНИЯ ИМЕНИ К.Г. РАЗУМОВСКОГО (ПЕРВЫЙ КАЗАЧИЙ УНИВЕРСИТЕТ)»

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой Пищевые технологии и оборудование

_____ Павлова И.В.

«24» февраля 2022 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Б1.Б.01.10 ОБЩЕКУЛЬТУРНЫЙ МОДУЛЬ
Физическая культура и спорт

Кафедра:	Физического воспитания и допризывной подготовки
Направление подготовки:	15.03.04 АВТОМАТИЗАЦИЯ ТЕХНОЛОГИЧЕСКИХ ПРОЦЕССОВ И ПРОИЗВОДСТВ
Направленность (профиль):	Проектирование автоматизированных производственных систем в пищевой промышленности
Тип образовательной программы:	Бакалавриат приклад.
Квалификация выпускника:	Бакалавр
Форма обучения:	заочная
Общая трудоемкость:	72 часов/2 з.е.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00AA7853CEFA35F0837BA866654F3503A6
Владелец: Павлятенко Геннадий Владимирович
Действителен: с 08.12.2025 до 03.03.2027

Ростов-на-Дону, 2022 г.

Программу составил(и):
канд.пед.наук доц. Вакуленко А.Н. 

Рабочая программа дисциплины (модуля)
"Физическая культура и спорт"
разработана составлена на основании учебного плана, утвержденного ученым советом «24» февраля 2022 г. протокол № 6 в соответствии
с ФГОС ВО Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 15.03.04 АВТОМАТИЗАЦИЯ ТЕХНОЛОГИЧЕСКИХ ПРОЦЕССОВ И ПРОИЗВОДСТВ (уровень бакалавриата) (приказ Минобрнауки России от 12.03.2015 г. № 200)

Руководитель ОПОП
канд.техн.наук, доц. А.В. Гончаров 

Рабочая программа обсуждена на заседании обеспечивающей кафедры
Физического воспитания и допризывной подготовки
Протокол от «24» февраля 2022 г. № 6
Зав. кафедрой Лахтин А.Ю._ _ _____

Рабочая программа согласована на заседании выпускающей кафедры
Систем автоматизированного управления
Протокол от «24» февраля 2022 г. № 6
Зав. кафедрой Гончаров А.В.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ И ОБЪЕМ С РАСПРЕДЕЛЕНИЕМ ПО СЕМЕСТРАМ

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), СООТНЕСЕННЫЕ С РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

5. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

6. ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

9. ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ДЛЯ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1. Цели:

Формирование личной физической культуры студента как системного качества личности, неотъемлемого компонента общей культуры будущего специалиста, способного реализовать ее в социально-профессиональной деятельности и в семье, а также способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

1.2. Задачи:

- содействие разностороннему развитию, физическому совершенствованию личности;
- включение в реальную физкультурно-оздоровительную и спортивную практику;
- содействие обеспечению успешной подготовки к будущей профессиональной деятельности через формирование профессионально важных физических и психофизиологических качеств личности;
- формирование потребности студентов в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании;
- содействие сохранению и укреплению здоровья через использование доступных средств физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности;
- формирование потребности в здоровом образе жизни;
- формирование знаний, умений и навыков, обеспечивающих успешность самонаблюдений и самооценки функционального состояния организма; -формирование навыков самостоятельной организации досуга с использованием средств физической культуры и спорта.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ И ОБЪЕМ С РАСПРЕДЕЛЕНИЕМ ПО КУРСАМ

Цикл (раздел) ОП: Б1.Б

Дисциплина относится к базовой части ОПОП, является обязательной для освоения.

Связь с последующими дисциплинами (модулями), практиками

№ п/п	Наименование	Курс	Шифр компетенции
1	Секционно-спортивный модуль	3	ОК-7
2	Специально-тренировочный модуль	3	ОК-7
3	Учебно-тренировочный модуль	3	ОК-7

Распределение часов дисциплины

Курс	1		Итого	
Вид занятий	УП	РП		
Лекции	10	10	10	10
Итого ауд.	10	10	10	10
Контактная работа	10	10	10	10
Сам. работа	58	58	58	58
Часы на контроль	4	4	4	4
Итого	72	72	72	72

Вид промежуточной аттестации:

Зачёт 1 курс

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), СООТНЕСЕННЫЕ С РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

В результате освоения дисциплины (модуля) "Физическая культура и спорт" обучающийся должен

Знать:

1. Функции физической культуры и спорта в современном обществе.
2. Строение и функции организма для достижения оптимальной физической формы.
3. Основы методики проведения учебно-тренировочных занятий с целью повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья.
4. Основы здорового образа жизни.

Уметь:

1. Планировать и организовывать учебно-тренировочные занятия.
2. Осуществлять самоконтроль состояния своего организма в процессе занятий физической культурой.
3. Разрабатывать учебно-тренировочное занятие в зависимости от уровня физической подготовки.
4. Выбирать комплексы упражнений профессионально-прикладной физической подготовки, соответственно выбранной профессии.

Владеть: 1. Способами и средствами организации здорового образа жизни
2. Самостоятельных занятий физической культурой.
3. Способами и средствами организации здорового образа жизни.
4. Профессионально-прикладной физической культуры.

Процесс изучения дисциплины (модуля) направлен на формирование следующих компетенций:

ОК-7: способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименования разделов, тем, их краткое содержание и результаты освоения /вид занятия/	Курс	Часов	Инте ракт.	Прак. подг.	Формируемый признак компетенции	Оценочные средства
	Раздел 1.Основные понятия физической культуры и ее структурные компоненты						
1.1	**Тема 1. Основные понятия физической культуры и её структурные компоненты. Цели и задачи дисциплины. Физическая культура, как часть культуры. Физическое воспитание. Спорт. Физическая подготовленность.** **Знать: Знает виды физических упражнений; научно-практические основы физической культуры** **Уметь: Умеет применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья** **Владеть: Владеет средствами физического самосовершенствования /Лек/**	1	2	0	0	ОК-7	Тестирование
1.2	**Основные понятия физической культуры и ее структурные компоненты.** **Знать: Знает виды физических упражнений; научно-практические основы физической культуры** **Уметь: Умеет применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья** **Владеть: Владеет средствами физического самосовершенствования /Ср/**	1	6	0	0	ОК-7	Тестирование
	Раздел 2.Содержание и организационные формы физической культуры в вузах						
2.1	**Тема 2. Содержание и организационные формы физической культуры в вузах. Структура занятия физической культурой. Формы контроля. Распределение студентов в учебные группы в зависимости от состояния здоровья.**	1	2	0	0	ОК-7	Тестирование

	Знать: Знает о организационных формах физической культуры в вузах и формах построения занятий Уметь: Умеет применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности Владеть: Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, владеет организационными навыками для проведения занятия в вузе /Лек/						
2.2	**Содержание и организационные формы физической культуры в вузах. Знать: Знает о организационных формах физической культуры в вузах и формах построения занятий Уметь: Умеет применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности Владеть: Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, владеет организационными навыками для проведения занятия в вузе /Ср/**	1	6	0	0	ОК-7	Тестирование
	Раздел 3.Основы здорового образа жизни						
3.1	**Тема 3. Основы здорового образа жизни Понятие "здоровье". Факторы, обеспечивающие индивидуальное здоровье. Структурные компоненты здорового образа жизни. Знать: Знает основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни Уметь: Умеет применять на практике разнообразные средства физической культуры для формирования здорового образа и стиля жизни Владеть: Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования /Лек/**	1	2	0	0	ОК-7	Тестирование

3.2	**Основы здорового образа жизни.**	1	6	0	0	ОК-7	Тестирование

	Знать: Знает основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни Уметь: Умеет применять на практике разнообразные средства физической культуры для формирования здорового образа и стиля жизни Владеть: Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования /Ср/						
	Раздел 4.Функции, методические принципы, средства и методы физической культуры						
4.1	**Тема 4. Функции, методические принципы, средства и методы физической культуры Методические принципы физического воспитания. Средства и методы физического воспитания. Знать: Знает функции, методические принципы, средства и методы физической культуры; научно-практические основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни Уметь: Умеет применять на практике разнообразные средства физической культуры, опираясь на методические принципы и методики физической культуры Владеть: Владеет средствами и методами физической культуры /Лек/**	1	2	0	0	ОК-7	Тестирование
4.2	**Функции, методические принципы, средства и методы физической культуры. Знать: Знает функции, методические принципы, средства и методы физической культуры; научно-практические основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни Уметь: Умеет применять на практике разнообразные средства физической культуры, опираясь на методические принципы и методики физической культуры Владеть: Владеет средствами и методами физической культуры /Ср/**	1	6	0	0	ОК-7	Тестирование
	Раздел 5.Физиологические основы физической культуры						

5.1	**Тема 5. Физиологические основы физической культуры Двигательные действия. Двигательное умение. Формирование двигательного навыка.** **Знать: Знает виды физических упражнений; научно-практические**	1	2	0	0	ОК-7	Тестирование

	основы физической культуры и здорового образа; физиологические основы физической культуры Уметь: Умеет применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья Владеть: Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования /Лек/						
5.2	**Физиологические основы физической культуры. Знать: Знает виды физических упражнений; научно-практические основы физической культуры и здорового образа; физиологические основы физической культуры Уметь: Умеет применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья Владеть: Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования /Ср/**	1	8	0	0	ОК-7	Тестирование
	Раздел 6.Основные функциональные системы и их изменения под влиянием физических упражнений						
6.1	**Основные функциональные системы и их изменения под влиянием физических упражнений Функции мышечной системы и её изменение под влиянием физических нагрузок. Функции опорно-двигательного аппарата. Знать: Знает виды физических упражнений; научно-практические основы физиологии и биомеханики Уметь: Умеет составить комплекс упражнений на различные функциональные системы организма Владеть: Владеет средствами и методами воздействия на функциональные системы организма по средствам физических упражнений /Ср/**	1	8	0	0	ОК-7	Тестирование
	Раздел 7.Функции сердечно-сосудистой системы и её изменение под влиянием физических нагрузок						

7.1	**Функции сердечно-сосудистой системы и её изменение под влиянием физических нагрузок Основные функции крови. Функции дыхательной системы и её изменение под влиянием**	1	10	0	0	ОК-7	Тестирование

	физических нагрузок. **Знать: Знает научно-практические основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни** **Уметь: Умеет применять на практике разнообразные средства физической культуры для укрепления сердечно-сосудистой системы, направленные на формирование здорового образа и стиля жизни** **Владеть: Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, и контролем функций сердечно-сосудистой системы** **/Ср/**						
	Раздел 8.Общая и специальная физическая подготовка						
8.1	**Общая и специальная физическая подготовка** **Общая физическая подготовка (ОФП). Специальная физическая подготовка (СФП).** **Знать: Знает виды физических упражнений; научно-практические основы физической культуры; принципы подбора упражнений, относящихся к общей и специальной подготовке** **Уметь: Умеет применять на практике разнообразные средства физической культуры для подготовки общей и специальной направленности** **Владеть: Владеет средствами и методами для организации общей и специальной физической подготовки** **/Ср/**	1	8	0	0	ОК-7	Тестирование
	Раздел 9.Зачёт						
9.1	**Промежуточная аттестация/Зачёт/**	1	4	0	0	ОК-7	Тестирование

Перечень применяемых активных и интерактивных образовательных технологий:

Игровые технологии

Технологии игрового обучения — это способы, методы и приемы, с помощью которых преподаватель задает ситуации, в которых должны оказаться ученики для получения знаний или практического полезного опыта; формирует обстоятельства, побуждающие учеников к самостоятельному принятию решений — чтобы потом сделать выводы, проработать ошибки; предлагает выбор - разные социальные роли и «маски», варианты решения задач, которые позволяют лучше узнать себя, проконтролировать свое поведение, эффективнее справиться со сложным делом; создает среду для повышения мотивации с помощью активизации воображения, «духа соперничества», азарта, групповой деятельности

Информационные технологии

Личностно ориентированная технология, способ организации самостоятельной деятельности учащихся, направленный на решение задачи учебного проекта

Технология обучения в сотрудничестве

Технология обучения в сотрудничестве используется в образовательной практике для преодоления последствий индивидуального характера учебной деятельности субъектов и их стремлений исключительно к индивидуальным образовательным достижениям. Она позволяет обогатить опыт и приобрести через учебный труд те навыки совместимой деятельности, которые затем могут стать необходимыми в будущей профессиональной и социальной деятельности в течение жизни. Цель технологии состоит в формировании умений у субъектов образовательного процесса эффективно работать сообща во временных командах и группах и добиваться качественных образовательных результатов

5. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Освоение обучающимся учебной дисциплины «Физическая культура и спорт» предполагает изучение материалов дисциплины

на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций и практических занятии. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся. Для успешного освоения учебной дисциплины и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с настоящей рабочей программой учебной дисциплины. Её может представить преподаватель на вводной лекции или самостоятельно обучающийся использует информацию на официальном Интернет-сайте Университета.

Следует обратить внимание на список основной и дополнительной литературы, которая имеется в электронной библиотечной системе Университет, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося. Самостоятельная работа выполняется в виде реферата (эссе) по выбранной теме. Приложение 2.1

ЦЕЛЬ самостоятельной работы:

обеспечивать самостоятельный поиск необходимой информации, творческое восприятие и осмысление учебного материала.

ЗАДАЧИ:

— закрепление и расширение знаний, умений, полученных студентами во время аудиторных и внеаудиторных занятий, превращение их в стереотипы умственной и физической деятельности;

— развитие навыков самоорганизации;

—формирование самостоятельности мышления, способности к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации. Для реализации задач самостоятельной работы студентов и ее осуществления необходим ряд условий:

— наличие материально-технической базы;

— наличие необходимого фонда информации для самостоятельной работы студентов и возможности работы с ним в аудиторное и внеаудиторное время;

— наличие помещений для выполнения конкретных заданий, входящих в самостоятельную работу студентов;

— обоснованность содержания заданий, входящих в самостоятельную работу студентов;

— связь самостоятельной работы с рабочими программами дисциплин, расчетом необходимого времени для самостоятельной работы;

— развитие преподавателями у студентов навыков самоорганизации, универсальных учебных компетенций;

— сопровождение преподавателями всех этапов выполнения самостоятельной работы студентов, текущий и конечный контроль ее результатов.

Примерная структура реферата:

- Титульный лист.
- Оглавление (содержание работы).
- Введение. Здесь формируются цели и задачи работы, обосновываются актуальность и практическая значимость темы.
- Основные разделы работы. Отчет о выполненном практическом задании содержит два, три и более раздела по основному вопросу выбранной темы. Каждый раздел начинается с заголовка, указанного в содержании с порядковым номером раздела. В конце каждого раздела делается краткий вывод.
- Заключение. В нем формулируются выводы, предложения или рекомендации.
- Литература. В алфавитном порядке перечисляются источники, нормативные акты, официальные статистические сборники и публикации, монографии, статьи, периодические издания.

6. ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

6.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения ОПОП

ОК-7:способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Недостаточный уровень:

Не знает основные методические принципы физического воспитания

Отсутствие умений подбирать и применять средства физической культуры для освоения основных двигательных действий Не владеет средствами освоения основных двигательных действий, средствами совершенствования основных физических качеств

Пороговый уровень:

Поверхностно знает методические принципы физического воспитания, основы обучения движениям

Допускает ошибки в выборе средств физической культуры для освоения основных двигательных действий

Не достаточно уверенно владеет средствами освоения основных двигательных действий; средствами совершенствования основных физических качеств

ПроДвинутый уровень:

Знает основы обучения движениям; основы совершенствования физических качеств

Сформированные, но содержащие пробелы умения подбирать средства физической культуры для освоения основных двигательных действий

Владеет методами оценки уровня развития основных физических качеств, средствами освоения основных двигательных действий

Высокий уровень:

Уверенно знает основы обучения движениям; основы совершенствования физических качеств, особенности формирования психических качеств в процессе физического воспитания

Сформированные средства физической культуры и спорта для освоения основных двигательных действий, для формирования психических качеств личности

Уверенно владеет методами оценки уровня развития основных физических качеств, средствами освоения основных двигательных действий, средствами совершенствования основных физических качеств, методикой формирования психических качеств в процессе физического воспитания

6.2. Шкала оценивания в зависимости от уровня сформированности компетенций Уровень сформированности компетенций

Результаты освоения	**1. Недостаточный: компетенции не сформированы.**	**2. Пороговый: компетенции сформированы.**	**3. Продвинутый: компетенции сформированы.**	**4. Высокий: компетенции сформированы.**
Знать:	Знания отсутствуют.	Сформированы базовые структуры знаний.	Знания обширные, системные.	Знания твердые, аргументированные, всесторонние.
Уметь:	Умения не сформированы.	Умения фрагментарны и носят репродуктивный характер.	Умения носят репродуктивный характер применяются к решению типовых заданий.	Умения успешно применяются к решению как типовых, так и нестандартных творческих заданий.
Владеть:	Навыки не сформированы.	Демонстрируется низкий уровень самостоятельности практического навыка.	Демонстрируется достаточный уровень самостоятельности устойчивого практического навыка.	Демонстрируется высокий уровень самостоятельности, высокая адаптивность практического навыка.

Описание критериев оценивания

Обучающийся демонстрирует: - существенные пробелы в знаниях учебного материала; - допускаются принципиальные ошибки при ответе на основные вопросы билета, отсутствует знание и понимание основных понятий и категорий; - непонимание сущности дополнительных вопросов в рамках заданий билета; - отсутствие умения выполнять практические задания, предусмотренные программой дисциплины; - отсутствие готовности (способности) к дискуссии и низкая степень контактности.	Обучающийся демонстрирует: - знания теоретического материала; - неполные ответы на основные вопросы, ошибки в ответе, недостаточное понимание сущности излагаемых вопросов; - неуверенные и неточные ответы на дополнительные вопросы; - недостаточное владение литературой, рекомендованной программой дисциплины; - умение без грубых ошибок решать практические задания, которые следует выполнить.	Обучающийся демонстрирует: - знание и понимание основных вопросов контролируемого объема программного материала; - твердые знания теоретического материала; -способность устанавливать и объяснять связь практики и теории, выявлять противоречия, проблемы и тенденции развития; - правильные и конкретные, без грубых ошибок ответы на поставленные вопросы; - умение решать практические задания, которые следует выполнить; - владение основной литературой, рекомендованной программой дисциплины; - наличие собственной обоснованной позиции по обсуждаемым вопросам. Возможны незначительные оговорки и неточности в раскрытии отдельных положений вопросов билета, присутствует неуверенность в ответах на дополнительные вопросы.	Обучающийся демонстрирует: - глубокие, всесторонние и аргументированные знания программного материала; - полное понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых процессов и явлений, точное знание основных понятий в рамках обсуждаемых заданий; - способность устанавливать и объяснять связь практики и теории; - логически последовательные, содержательные, конкретные и исчерпывающие ответы на все задания билета, а также дополнительные вопросы экзаменатора; - умение решать практические задания; - свободное использование в ответах на вопросы материалов рекомендованной основной и дополнительной литературы.
0 - 59 баллов	**60 - 69 баллов**	**70 - 89 баллов**	**90 - 100 баллов**
Оценка «незачет»,	**Оценка «зачтено/удовлетворительно»,**	**Оценка «зачтено/хорошо»,**	**Оценка «зачтено/отлично»,**

«неудовлетворительно»	«удовлетворительно»	«хорошо»	«отлично»

Оценочные средства, обеспечивающие диагностику сформированности компетенций, заявленных в рабочей программе по дисциплине (молулю) для проведения промежуточной аттестации

ОЦЕНИВАНИЕ УРОВНЯ ЗНАНИЙ: Теоретический блок вопросов. Уровень освоения программного материала, логика и грамотность изложения, умение самостоятельно обобщать и излагать материал.
1. Недостаточный уровень
Не знает основные методические принципы физического воспитания
2. Пороговый уровень
Поверхностно знает методические принципы физического воспитания, основы обучения движениям
3. Продвинутый уровень
Знает основы обучения движениям; основы совершенствования физических качеств
4. Высокий уровень
Уверенно знает основы обучения движениям; основы совершенствования физических качеств, особенности формирования психических качеств в процессе физического воспитания
ОЦЕНИВАНИЕ УРОВНЯ УМЕНИЙ: Практическое применение теоретических положений применительно к профессиональным задачам, обоснование принятых решений.
1. Недостаточный уровень
Отсутствие умений подбирать и применять средства физической культуры для освоения основных двигательных действий
2. Пороговый уровень
Допускает ошибки в выборе средств физической культуры для освоения основных двигательных действий
3. Продвинутый уровень
Сформированные, но содержащие пробелы умения подбирать средства физической культуры для освоения основных двигательных действий
4. Высокий уровень
Сформированные средства физической культуры и спорта для освоения основных двигательных действий, для формирования психических качеств личности
ОЦЕНИВАНИЕ УРОВНЯ НАВЫКОВ: Владение навыками и умениями при выполнении заданий, самостоятельность, умение обобщать и излагать материал.
1. Недостаточный уровень
Не владеет средствами освоения основных двигательных действий, средствами совершенствования основных физических качеств
2. Пороговый уровень
Не достаточно уверенно владеет средствами освоения основных двигательных действий; средствами совершенствования основных физических качеств
3. Продвинутый уровень
Владеет методами оценки уровня развития основных физических качеств, средствами освоения основных двигательных действий
4. Высокий уровень
Уверенно владеет методами оценки уровня развития основных физических качеств, средствами освоения основных двигательных действий, средствами совершенствования основных физических качеств, методикой формирования психических качеств в процессе физического воспитания

В случае, если сумма рейтинговых баллов, полученных при прохождении промежуточной аттестации составляет от 0 до 9 баллов, то зачет/ зачет с оценкой/ экзамен НЕ СДАН, независимо от итогового рейтинга по дисциплине.
В случае, если сумма рейтинговых баллов, полученных при прохождении промежуточной аттестации находится в пределах от 10 до 30 баллов, то зачет/ зачет с оценкой/ экзамен СДАН, и результат сдачи определяется в зависимости от итогового рейтинга по дисциплине в соответствии с утвержденной шкалой перевода из 100-балльной шкалы оценивания в 5- балльную.
Для приведения рейтинговой оценки по дисциплине по 100-балльной шкале к аттестационной по 5-балльной шкале в соответствии с Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости студентов федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Московский государственный университет технологий и управления имени К.Г. Разумовского (Первый казачий университет) используется следующая шкала:

Аттестационная оценка по дисциплине	Рейтинговая оценка по дисциплине
"ОТЛИЧНО"	90 - 100 баллов
"ХОРОШО"	70 - 89 баллов
"УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО"	60 - 69 баллов
"НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО"	менее 60 баллов
"ЗАЧТЕНО"	более 60 баллов
"НЕ ЗАЧТЕНО"	менее 60 баллов

6.3. Оценочные средства текущего контроля (примерные темы докладов, рефератов, эссе)

Оценочные средства по дисциплине «Физическая культура и спорт» разработаны в соответствии с положением о балльно - рейтинговой системе оценки успеваемости студентов ФГБОУ ВО «МГУТУ им. К.Г. Разумовского (Первый казачий университет)».

Максимальная сумма рейтинговых баллов, которая может быть начислена студенту по учебной дисциплине, составляет 100 рейтинговых баллов.

Минимальная сумма рейтинговых баллов, которая может быть начислена студенту по учебной дисциплине, составляет 60 рейтинговых баллов

Текущий контроль	Рубежный контроль	Сумма баллов
30-70	30	60-100

Рейтинг студента в семестре по дисциплине складывается из рейтинговых баллов, которыми преподаватель в течение семестра оценивает посещение учебных занятий, его текущую работу на занятиях и самостоятельную работу, результаты текущих контрольных мероприятий (КТ), премиальных и штрафных баллов.

Рубежный рейтинг студента по дисциплине складывается из оценки в рейтинговых баллах ответа на экзамене (зачете).

Методика и критерии оценки в рейтинговых баллах ответа студента на экзамене (зачете), текущей успеваемости, число КТ по дисциплине, число заданий в КТ и максимальная оценка по КТ (в баллах) и т.п. определяется и утверждается на кафедре, за которой закреплена дисциплина.

Преподаватель, осуществляющий проведение занятий семинарского типа (практических/ лабораторных), доводит до сведения студентов на первом занятии информацию о форме, примерном содержании, количестве КТ, сроках проведения, критерии оценки, формировании Рейтинга студента в семестре и Рубежного рейтинга студента.

Посещение студентом одного семинарского (практического/ лабораторного) занятия оценивается преподавателем - 1 рейтинговым баллом.

Текущая аудиторная работа на одном семинарском (практическом/лабораторном) занятии (на одной паре) оценивается преподавателем от 0 до 3 баллов.

Подготовка презентации, доклада, реферата, самостоятельной работы оценивается преподавателем от 3 до 10 рейтинговых баллов.

6.4. Оценочные средства промежуточной аттестации.

Форма промежуточной аттестации по дисциплин е "Физическая культура и спорт": зачет

Зачет - как средство проверки способности обучающихся применять полученные знания, умения и навыки для решения задач по курсу изучаемой дисциплины (модулю). Зачет получает обучающийся, набрав баллы от 60 и выше за выполненные задания

6.5. Примерная тематика курсовых работ (проектов)

Учебным планом не предусмотрено

6.6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Цель данных указаний -оптимизировать организацию процесса изучения дисциплины студентом, а также выполнение некоторых форм и навыков самостоятельной работы.

Рекомендации по подготовке к лекционным занятиям

Изучение дисциплины требует систематического и последовательного накопления знаний, следовательно, пропуски отдельных тем не позволяют глубоко освоить предмет. Именно поэтому контроль над систематической работой студентов всегда находится в центре внимания кафедры.

Студентам необходимо:

- Перед каждой лекцией просматривать РПД и предыдущую лекцию, что, возможно, позволит сэкономить трудозатраты на конспектировании новой лекции (в случае, когда предыдущий материал идет как опорный для последующего), ее основных разделов и т.п.;

- На некоторые лекции приносить вспомогательный материал на бумажных носителях, рекомендуемый лектором (таблицы, графики, схемы). Данный материал необходим непосредственно для лекции;

- При затруднениях в восприятии лекционного материала, следует обратиться к рекомендуемым и иным литературным источникам и разобраться самостоятельно. Если разобраться в материале все же не удалось, то существует график консультаций преподавателя, когда можно обратиться к нему за пояснениями или же прояснить этот вопрос у более успевающих студентов своей группы (потока), а также на практических занятиях. Важно не оставлять масштабных «белых пятен» в освоении материала.

Рекомендации по подготовке к практическим занятиям

Студентам следует:

• приносить с собой рекомендованную преподавателем к занятию литературу;

• до очередного практического занятия, по рекомендованным литературным источникам проработать теоретический материал, соответствующей темы занятия;

• при подготовке к практическим занятиям рекомендуется использовать не только лекции, учебную литературу, но и нормативно-правовую документацию в случае её актуальности по теме, а также материалы прикладных тематических исследований;

• теоретический материал следует соотносить с прикладным, так как в них могут применяться различные подходы, методы и т.п. инструментарий, которые не всегда отражены в лекции или рекомендуемой учебной литературе;

• в начале практических занятий,определить с преподавателем вопросы по разрабатываемому материалу, вызывающему особые затруднения в его понимании, освоении, необходимых при решении поставленных на занятии задач;

• в ходе занятий формулировать конкретные вопросы/ответы по существу задания;

• на занятиях, доводить каждую задачу до окончательного/логического решения, демонстрируя понимание проведенных расчетов (анализа, ситуаций).

Студентам, пропустившим занятия (независимо от причин), не имеющие письменного выполнения лабораторной работы/иного задания преподавателя, или не подготовившиеся к данному практическому занятию, рекомендуется отчитаться преподавателю по пропущенным темам занятий одним из установленных методов (самостоятельно переписанный конспект, реферат-отработка, выполненная лабораторно-практическая работа/задание и т.п.), не позже соответствующего следующего занятия.

Студенты, не отчитавшиеся по каждой не проработанной ими на теме, к началу зачетной сессии, упускают возможность получить положенные рейтинговые баллы за работу в соответствующем семестре, со всеми вытекающими последствиями.

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1. Рекомендуемая литература

7.1.1. Основная литература

Л.1.1	Карасева Т.В., Махов А.С. Лечебная физическая культура при заболеваниях людей пожилого возраста [Электронный ресурс]:Учебное пособие. - Москва: ООО "Научно-издательский центр ИНФРА-М", 2021. - 219 с. - Режим доступа: http://znanium.com/catalog/document?id=368006
Л.1.2	Лопатин Н.А., Шульгин А.И. Физическая культура и спорт [Электронный ресурс] :Учебно-методическая литература. - Кемерово: ФГБОУ ВО "Кемеровский государственный институт культуры", 2019. - 99 с. - Режим доступа:
Л.1.3	Филиппова Ю.С. Физическая культура [Электронный ресурс]:Учебно-методическая литература. - Москва: ООО "Научно-издательский центр ИНФРА-М", 2020. - 201 с. - Режим доступа: http://znanium.com/catalog/document?id=357459
Л.1.4	Замогильнов А.И. Сборник олимпиадных теоретико-методических заданий по предмету «Физическая культура» [Электронный ресурс] :Учебное пособие. - Москва: ООО "Научно-издательский центр ИНФРА-М", 2019. - 119 с. - Режим доступа: http://znanium.com/catalog/document?id=344860
Л.1.5	Филиппова Ю.С. Физическая культура [Электронный ресурс]:Учебно-методическая литература. - Москва: ООО "Научно-издательский центр ИНФРА-М", 2019. - 201 с. - Режим доступа: http://znanium.com/cata1og/document?id=345904
Л.1.6	Садовникова Л. А. Физическая культура для студентов, занимающихся в специальной медицинской группе [Электронный ресурс]:. - Санкт-Петербург: Лань, 2021. - 60 с. - Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/156380

7.1.2. Дополнительная литература

Л.2.1	Морозова Е.В. Физическая культура как компонент здорового образа жизни современного студенчества: социологический аспект [Электронный ресурс] :Статья. - Ижевск: ФГБОУ ВПО "Удмуртский Государственный университет", 2010. - 5 с. - Режим доступа: http://znanium.com/catalog/document?id=62360
Л.2.2	Чертов Н.В. Физическая культура [Электронный ресурс]:Учебное пособие. - Ростов-на-Дону: Издательство Южного федерального университета (ЮФУ), 2012. - 118 с. - Режим доступа: http://znanium.com/catalog/document? id=59197
Л.2.3	Малейченко Е.А., Доценко Н.А. Физическая культура. Лекции [Электронный ресурс]:Учебное пособие. - Москва: Издательство "ЮНИТИ-ДАНА", 2017. - 159 с. - Режим доступа: http://znanium.com/catalog/document?id=341972
Л.2.4	Каткова А.М., Храмцова А.И. Физическая культура и спорт [Электронный ресурс] :Учебное пособие. - Москва: Московский педагогический государственный университет, 2018. - 64 с. - Режим доступа: http://znanium.com/catalog/document?id=339601
Л.2.5	Муллер А. Б., Дядичкина Н. С. Физическая культура студента [Электронный ресурс] :Учебное пособие. - Красноярск: Сибирский федеральный университет, 2011. - 172 с. - Режим доступа: http://znanium.com/catalog/document?id=150515

Л.2.6	Барчуков И. С., Назаров Ю. Н. Физическая культура и физическая подготовка [Электронный ресурс] :Учебник для студентов вузов, курсантов и слушателей образовательных учреждений высшего профессионального образования МВД России. - Москва: Издательство "ЮНИТИ-ДАНА", 2017. - 431 с. - Режим доступа: http://znanium.com/catalog/document?id=341538
7.2. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение в том числе отечественного производства	
7.2.1	Microsoft Windows 7
7.2.2	Kaspersky Endpoint Security
7.2.3	Microsoft Office 2013 Standard
7.3. Перечень профессиональных баз данных, информационных справочных систем и ресурсов сети Интернет	
7.3.1	Электронно-библиотечная система "Лань". Режим доступа: https://eJanbook.com/
7.3.2	Электронно-библиотечная система "Университетская библиотека онлайн". Режим доступа: https://biblioclub.ru/
7.3.3	Электронно-библиотечная система "Znanium.com". Режим доступа: https://znanium.com/
7.3.4	Национальный цифровой ресурс "РУКОНТ". Режим доступа: https://rucont.ru/
7.3.5	Электронно-библиотечная система "Юрайт". Режим доступа: https://biblio-online.ru/

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

8.1	Адрес: Ростьов-на-Дону, - Спортивный зал для проведения занятий практического типа; для проведения групповых и индивидуальных консультаций; для текущего контроля и промежуточной аттестации : Спортивный инвентарь (мячи, гантели, обручи, кегли, платформы для аэробики, эспандеры), маты, стеллажи

9. ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ДЛЯ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ

Организация образовательного процесса для лиц с ограниченными возможностями осуществляется в соответствии с «Методическими рекомендациями по организации образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в образовательных организациях высшего образования, в том числе оснащенности образовательного процесса» Министерства образования и науки РФ от 08.04.2014г. № АК-44/05вн. В образовательном процессе используются социально-активные и рефлексивные методы обучения, технологии социокультурной реабилитации с целью оказания помощи в установлении полноценных межличностных отношений с другими студентами, создании комфортного психологического климата в студенческой группе. Студенты с ограниченными возможностями здоровья, в отличие от остальных студентов, имеют свои специфические особенности восприятия, переработки материала. Подбор и разработка учебных материалов производится с учетом индивидуальных особенностей. Предусмотрена возможность обучения по индивидуальному графику, при составлении которого возможны различные варианты проведения занятий: в академической группе и индивидуально, на дому с использованием дистанционных образовательных технологий.

Актуализация с учетом развития науки, техники, культуры, экономики, техники, технологий и социальной сферы
Руководитель ОПОП
канд.техн.наук, доц. А.В. Гончаров_____

Рабочая программа актуализирована, обсуждена и одобрена на заседании обеспечивающей кафедры
Физического воспитания и допризывной подготовки
Протокол от _____ 2022 г. № ____
Зав. кафедрой Лахтин А.Ю. _____

Рабочая программа согласована на заседании выпускающей кафедры
Систем автоматизированного управления
Протокол от _____ 2022 г. № ____
Зав. кафедрой Гончаров А.В. _____

Актуализация с учетом развития науки, техники, культуры, экономики, техники, технологий и социальной сферы
Руководитель ОПОП
канд.техн.наук, доц. А.В. Гончаров_____

Рабочая программа актуализирована, обсуждена и одобрена на заседании обеспечивающей кафедры
Физического воспитания и допризывной подготовки
Протокол от _____ 2023 г. № ____
Зав. кафедрой Лахтин А.Ю. _____

Рабочая программа согласована на заседании выпускающей кафедры
Систем автоматизированного управления
Протокол от _____ 2023 г. № ____
Зав. кафедрой Гончаров А.В. _____

Актуализация с учетом развития науки, техники, культуры, экономики, техники, технологий и социальной сферы
Руководитель ОПОП
канд.техн.наук, доц. А.В. Гончаров_____

Рабочая программа актуализирована, обсуждена и одобрена на заседании обеспечивающей кафедры
Физического воспитания и допризывной подготовки
Протокол от _____ 2024 г. № ____
Зав. кафедрой Лахтин А.Ю. _____

Рабочая программа согласована на заседании выпускающей кафедры
Систем автоматизированного управления
Протокол от _____ 2024 г. № ____
Зав. кафедрой Гончаров А.В. _____

Актуализация с учетом развития науки, техники, культуры, экономики, техники, технологий и социальной сферы
Руководитель ОПОП
канд.техн.наук, доц. А.В. Гончаров_____

Рабочая программа актуализирована, обсуждена и одобрена на заседании обеспечивающей кафедры
Физического воспитания и допризывной подготовки
Протокол от _____ 2025 г. № ____
Зав. кафедрой Лахтин А.Ю. _____

Рабочая программа согласована на заседании выпускающей кафедры
Систем автоматизированного управления
Протокол от _____ 2025 г. № ____
Зав. кафедрой Гончаров А.В. _____