МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«ТОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СИСТЕМ
УПРАВЛЕНИЯ И РАДИОЭЛЕКТРОНИКИ»
(ТУСУР)

УТВЕРЖДАЮ
Директор департамента образования
_____ П. Е. Троян
«___» _____ 20__ г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Физическая культура и спорт

Уровень образования: **высшее образование - бакалавриат**
Направление подготовки / специальность: **12.03.03 Фотоника и оптоинформатика**
Направленность (профиль) / специализация: **Фотоника нелинейных, волноводных и периодических структур**
Форма обучения: **очная**
Факультет: **ФЭТ, Факультет электронной техники**
Кафедра: **ЭП, Кафедра электронных приборов**
Курс: **1**
Семестр: **1, 2**
Учебный план набора 2017 года

Распределение рабочего времени

№	Виды учебной деятельности	1 семестр	2 семестр	Всего	Единицы
1	Лекции	6	0	6	часов
2	Практические занятия	28	34	62	часов
3	Всего аудиторных занятий	34	34	68	часов
4	Самостоятельная работа	2	2	4	часов
5	Всего (без экзамена)	36	36	72	часов
6	Общая трудоемкость	36	36	72	часов
		1.0	1.0	2.0	З.Е.

Зачет: 2 семестр

Томск 2018

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Шелупанов А.А.
Должность: Ректор
Дата подписания: 23.08.2017
Уникальный программный ключ:
c53e145e-8b20-45aa-9347-a5e4dbb90e8d

Согласована на портале № 25875

Рассмотрена и одобрена на заседании кафедры
протокол № 6 от «26» 3 2018 г.

ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ

Рабочая программа дисциплины составлена с учетом требований федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС ВО) по направлению подготовки (специальности) 12.03.03 Фотоника и оптоинформатика, утвержденного 03.09.2015 года, рассмотрена и одобрена на заседании кафедры ФВиС «___» _____ 20__ года, протокол №_____.

Разработчики:

Старший преподаватель каф. ФВиС _____ В. Н. Цвиринько

Заведующий кафедрой ФВиС _____ А. А. Ильин

Заведующий обеспечивающей каф. ФВиС _____ А. А. Ильин

Рабочая программа дисциплины согласована с факультетом и выпускающей кафедрой:

Декан ФЭТ _____ А. И. Воронин

Заведующий выпускающей каф. ЭП _____ С. М. Шандаров

Эксперты:

Заведующий кафедрой физического воспитания и спорта (ФВиС) _____ А. А. Ильин

Профессор кафедры электронных приборов (ЭП) _____ Л. Н. Орликов

Согласована на портале № 25875

1. Цели и задачи дисциплины

1.1. Цели дисциплины

Целью дисциплины является формирование физической культуры личности и способности направленного использования средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

1.2. Задачи дисциплины

– понимание роли физической культуры и здорового образа жизни;

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

– формирование мотивационно-целостного отношения к физической культуре и спорту, установки на здоровый образ и стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;

– обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;

– приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Физическая культура и спорт» (Б1.Б.4) относится к блоку 1 (базовая часть).

Последующими дисциплинами являются: Элективные дисциплины по физической культуре и спорту.

3. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

– ОК-8 способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

В результате изучения дисциплины обучающийся должен:

– **знать** научно-практические основы физической культуры; основы здорового образа жизни; особенности использования средств физической культуры и спорта для оптимизации работоспособности; простейшие методики самооценки работоспособности, утомления и применения средств физической культуры для их направленной коррекции; методы самоконтроля состояния здоровья и развития (стандарты, программы, формулы) функционального состояния (функциональные пробы); методику проведения учебно-тренировочного занятия; методы самооценки специальной физической и спортивной подготовленности по избранному виду спорта (тесты, контрольные задания).

– **уметь** использовать методики эффективных и дополнительных способов владения жизненно важными умениями и навыками (ходьба, бег, передвижение на лыжах, плавание и т.п.); составлять индивидуальные программы физического воспитания и знаний с оздоровительной, рекреационной восстановительной направленностью (медленный бег, прогулки и т.д.); назвать методы регулирования психоэмоционального состояния, применяемые при занятиях физической культурой и спортом.

– **владеть** основами профессионально-прикладной физической подготовки, определяющей психофизическую готовность к будущей профессии; приемами составления и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями, гигиенической или тренировочной направленности; методами индивидуального подхода и применения средств для направленного развития отдельных физических качеств; методами организации судейства соревнований по избранному виду спорта; методами самостоятельного освоения отдельных элементов профессионально-прикладной физической подготовки.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2.0 зачетных единицы и представлена в таблице 4.1.

Согласована на портале № 25875

Таблица 4.1 – Трудоемкость дисциплины

Виды учебной деятельности	Всего часов	Семестры	
		1 семестр	2 семестр
Аудиторные занятия (всего)	68	34	34
Лекции	6	6	0
Практические занятия	62	28	34
Самостоятельная работа (всего)	4	2	2
Написание рефератов	2	1	1
Подготовка к тесту	2	1	1
Всего (без экзамена)	72	36	36
Общая трудоемкость, ч	72	36	36
Зачетные Единицы	2.0	1.0	1.0

5. Содержание дисциплины

5.1. Разделы дисциплины и виды занятий

Разделы дисциплины и виды занятий приведены в таблице 5.1.

Таблица 5.1 – Разделы дисциплины и виды занятий

Названия разделов дисциплины	Лек., ч	Прак. зан., ч	Сам. раб., ч	Всего часов (без экзамена)	Формируемые компетенции
1 семестр					
1 Общая физическая подготовка	6	28	2	36	ОК-8
Итого за семестр	6	28	2	36	
2 семестр					
2 Общая физическая подготовка	0	34	2	36	ОК-8
Итого за семестр	0	34	2	36	
Итого	6	62	4	72	

5.2. Содержание разделов дисциплины (по лекциям)

Содержание разделов дисциплин (по лекциям) приведено в таблице 5.2.

Таблица 5.2 – Содержание разделов дисциплин (по лекциям)

Названия разделов	Содержание разделов дисциплины (по лекциям)	Трудоемкость, ч	Формируемые компетенции
1 семестр			
1 Общая физическая подготовка	Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура и спорт в обеспечении здоровья.Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.	6	ОК-8
	Итого	6	
Итого за семестр		6	
Итого		6	

Согласована на портале № 25875

5.3. Разделы дисциплины и междисциплинарные связи с обеспечивающими (предыдущими) и обеспечиваемыми (последующими) дисциплинами

Разделы дисциплины и междисциплинарные связи с обеспечивающими (предыдущими) и обеспечиваемыми (последующими) дисциплинами представлены в таблице 5.3.

Таблица 5.3 – Разделы дисциплины и междисциплинарные связи

Наименование дисциплин	№ разделов данной дисциплины, для которых необходимо изучение обеспечивающих и обеспечиваемых дисциплин	
	1	2
Последующие дисциплины		
1 Элективные дисциплины по физической культуре и спорту	+	+

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

Соответствие компетенций, формируемых при изучении дисциплины, и видов занятий представлено в таблице 5.4.

Таблица 5.4 – Соответствие компетенций, формируемых при изучении дисциплины, и видов занятий

Компетенции	Виды занятий			Формы контроля
	Лек.	Прак. зан.	Сам. раб.	
ОК-8	+	+	+	Собеседование, Тест, Реферат

6. Интерактивные методы и формы организации обучения

Не предусмотрено РУП.

7. Лабораторные работы

Не предусмотрено РУП.

8. Практические занятия (семинары)

Наименование практических занятий (семинаров) приведено в таблице 8.1.

Таблица 8.1 – Наименование практических занятий (семинаров)

Названия разделов	Наименование практических занятий (семинаров)	Трудоемкость, ч	Формируемые компетенции
1 семестр			
1 Общая физическая подготовка	Легкая атлетика, волейбол, футбол, лыжные гонки, силовая подготовка, настольный теннис, баскетбол, танцевальная аэробика, самооборона.	28	ОК-8
	Итого	28	
Итого за семестр		28	
2 семестр			
2 Общая физическая подготовка	Легкая атлетика, волейбол, футбол, лыжные гонки, силовая подготовка, настольный теннис, баскетбол, танцевальная аэробика, самооборона.	34	ОК-8
	Итого	34	
Итого за семестр		34	
Итого		62	

Согласована на портале № 25875

9. Самостоятельная работа

Виды самостоятельной работы, трудоемкость и формируемые компетенции представлены в таблице 9.1.

Таблица 9.1 – Виды самостоятельной работы, трудоемкость и формируемые компетенции

Названия разделов	Виды самостоятельной работы	Трудоемкость, ч	Формируемые компетенции	Формы контроля
1 семестр				
1 Общая физическая подготовка	Подготовка к тесту	1	ОК-8	Реферат, Тест
	Написание рефератов	1		
	Итого	2		
Итого за семестр		2		
2 семестр				
2 Общая физическая подготовка	Подготовка к тесту	1	ОК-8	Реферат, Тест
	Написание рефератов	1		
	Итого	2		
Итого за семестр		2		
Итого		4		

10. Курсовой проект / курсовая работа

Не предусмотрено РУП.

11. Рейтинговая система для оценки успеваемости обучающихся

11.1. Балльные оценки для элементов контроля

Таблица 11.1 – Балльные оценки для элементов контроля

Элементы учебной деятельности	Максимальный балл на 1-ую КТ с начала семестра	Максимальный балл за период между 1КТ и 2КТ	Максимальный балл за период между 2КТ и на конец семестра	Всего за семестр
1 семестр				
Собеседование	10	10	10	30
Тест	20	20	30	70
Итого максимум за период	30	30	40	100
Нарастающим итогом	30	60	100	100
2 семестр				
Тест	20	40	40	100
Итого максимум за период	20	40	40	100
Нарастающим итогом	20	60	100	100

11.2. Пересчет баллов в оценки за контрольные точки

Пересчет баллов в оценки за контрольные точки представлен в таблице 11.2.

Таблица 11.2 – Пересчет баллов в оценки за контрольные точки

Баллы на дату контрольной точки	Оценка
≥ 90% от максимальной суммы баллов на дату КТ	5
От 70% до 89% от максимальной суммы баллов на дату КТ	4

Согласована на портале № 25875

От 60% до 69% от максимальной суммы баллов на дату КТ	3
< 60% от максимальной суммы баллов на дату КТ	2

11.3. Пересчет суммы баллов в традиционную и международную оценку

Пересчет суммы баллов в традиционную и международную оценку представлен в таблице 11.3.

Таблица 11.3 – Пересчет суммы баллов в традиционную и международную оценку

Оценка (ГОС)	Итоговая сумма баллов, учитывает успешно сданный экзамен	Оценка (ECTS)
5 (отлично) (зачтено)	90 - 100	A (отлично)
4 (хорошо) (зачтено)	85 - 89	B (очень хорошо)
	75 - 84	C (хорошо)
	70 - 74	D (удовлетворительно)
3 (удовлетворительно) (зачтено)	65 - 69	
	60 - 64	E (посредственно)
2 (неудовлетворительно) (не зачтено)	Ниже 60 баллов	F (неудовлетворительно)

12. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

12.1. Основная литература

1. Физическая культура: учебное пособие для вузов / П. Г. Балашев и др.; ред.: Д.Н. Коваленко, О. Г. Черноусов; - Томск: ТУСУР, 2005. - 331 с. (наличие в библиотеке ТУСУР - 149 экз.)

12.2. Дополнительная литература

1. Зимний футбол в вузах Сибири: монография / А. А. Ильин; Федеральное агентство по образованию, Томский государственный университет систем управления и радиоэлектроники (Томск). - Томск: В-Спектр, 2011. - 112 с. (наличие в библиотеке ТУСУР - 30 экз.)

2. Ильин А.А., Капилевич Л.В. Физическое воспитание студентов с ослабленным здоровьем: учебное пособие.- Томск: В-Спектр, 2011.-148 с. (наличие в библиотеке ТУСУР - 40 экз.)

12.3. Учебно-методические пособия

12.3.1. Обязательные учебно-методические пособия

1. Уроки по волейболу [Электронный ресурс]: Учебно-методическое пособие / Ляшенко Т. К. - 2012. 35 с. — Режим доступа: http://edu.tusur.ru/publications/1089 (дата обращения: 13.11.2018).

2. Лыжная подготовка [Электронный ресурс]: Учебно-методическое пособие / Цвиринько В. Н. - 2012. 26 с. — Режим доступа: http://edu.tusur.ru/publications/1087 (дата обращения: 13.11.2018).

3. Каратэ [Электронный ресурс]: Учебно-методическое пособие / Гужов Ф. А. - 2012. 44 с. — Режим доступа: http://edu.tusur.ru/publications/1090 (дата обращения: 13.11.2018).

4. Силовая подготовка студентов технического ВУЗа на занятиях по атлетической гимнастике [Электронный ресурс]: Учебно-методическое пособие / Середа С. В. - 2012. 18 с. — Режим доступа: http://edu.tusur.ru/publications/1088 (дата обращения: 13.11.2018).

5. Учебно-тренировочные занятия по танцевальной аэробике [Электронный ресурс]: Учебно-методическое пособие / Марченко К. А. - 2012. 34 с. — Режим доступа: http://edu.tusur.ru/publications/1178 (дата обращения: 13.11.2018).

6. Техника игры мини-футбол [Электронный ресурс]: Учебно-методическое пособие / Помещиков С. В., Столяров П. В. - 2012. 63 с. — Режим доступа: http://edu.tusur.ru/publications/1179 (дата обращения: 13.11.2018).

Согласована на портале № 25875

12.3.2. Учебно-методические пособия для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

Учебно-методические материалы для самостоятельной и аудиторной работы обучающихся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации.

Для лиц с нарушениями зрения:

- в форме электронного документа;
- в печатной форме увеличенным шрифтом.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в форме электронного документа;
- в печатной форме.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- в форме электронного документа;
- в печатной форме.

12.4. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Образовательный портал университета https://edu.tusur.ru/

13. Материально-техническое обеспечение дисциплины и требуемое программное обеспечение

13.1. Общие требования к материально-техническому и программному обеспечению дисциплины

13.1.1. Материально-техническое и программное обеспечение для лекционных занятий

Для проведения занятий лекционного типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации используется учебная аудитория с количеством посадочных мест не менее 22-24, оборудованная доской и стандартной учебной мебелью. Имеются демонстрационное оборудование и учебно-наглядные пособия, обеспечивающие тематические иллюстрации по лекционным разделам дисциплины.

13.1.2. Материально-техническое и программное обеспечение для практических занятий

Зал №11 "Зал самообороны"

учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, учебная аудитория для проведения занятий практического типа, помещение для самостоятельной работы

Томская область, г. Томск, Вершинина улица, д. 47, Зал №11 (СпК) ауд.

Описание имеющегося оборудования:

- Маты борцовские (татами) (80 шт.);
- Комплект специализированной учебной мебели;
- Рабочее место преподавателя.

Программное обеспечение не требуется.

Зал №1 "Игровой зал"

учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, учебная аудитория для проведения занятий практического типа, помещение для самостоятельной работы

Томская область, г. Томск, Вершинина улица, д. 47, Зал №1 (СпК) ауд.

Описание имеющегося оборудования:

- Сетка волейбольная;
- Кольцо баскетбольное (6 шт);
- Судейская вышка;
- Скамейка гимнастическая (10 шт.);
- Мяч волейбольный (20 шт.);
- Мяч баскетбольный (20 шт.);
- Комплект специализированной учебной мебели;
- Рабочее место преподавателя.

Программное обеспечение не требуется.

Согласована на портале № 25875

Зал №21 "Зал каратэ"

учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, учебная аудитория для проведения занятий практического типа, помещение для самостоятельной работы

Томская область, г. Томск, Вершинина улица, д. 47, Зал №21 (СпК) ауд.

Описание имеющегося оборудования:

- Маты борцовские (татами) (60 шт.);
- Тренажер для отработки техники;
- Шведская лестница (4 шт.);
- Турник (2 шт.);
- Зеркало (2 шт.);
- Комплект специализированной учебной мебели;
- Рабочее место преподавателя.

Программное обеспечение не требуется.

Зал №24 "Тренажерный зал"

учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, учебная аудитория для проведения занятий практического типа, помещение для самостоятельной работы

Томская область, г. Томск, Вершинина улица, д. 47, Зал №24 (СпК) ауд.

Описание имеющегося оборудования:

- Тренажер ГАК Машина;
- Тренажер для п/л;
- Скамейка для тяги вниз;
- Тренажер машина модифицированная;
- Тренажер бицепс машина;
- Тренажер жим горизонтальный;
- Тренажер жим под углом вверх;
- Стойка для п/л (2 шт.);
- Тренажер голень машина;
- Тренажер для мышц бедра;
- Комбинированный станок ст-312;
- Скамья для пресса (4 шт.);
- Стойка для гантелей;
- Стойка для блинов (2 шт.);
- Шведская лестница (2 шт.);
- Тренажер блок для мышц спины;
- Станок для разгибания спины;
- Гантели от 1 до 10 кг. (10 пар);
- Комплект специализированной учебной мебели;
- Рабочее место преподавателя.

Программное обеспечение не требуется.

Зал №25 "Тренажерный зал"

учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, учебная аудитория для проведения занятий практического типа, помещение для самостоятельной работы

Томская область, г. Томск, Вершинина улица, д. 47, Зал №25 (СпК) ауд.

Описание имеющегося оборудования:

- Тренажер трицепс машина;
- Тренажер жим горизонтальный;
- Тренажер под углом вверх;
- Тренажер для п/лифтинга (3 шт.);
- Тренажер тяга вниз;
- Тренажер дельта машина;
- Тренажер сгибатель мышц бедра;

Согласована на портале № 25875

- Скамья Скотта;
- Тренажер рычажная тяга;
- Тренажер голень машина стоя;
- Тренажер Т-образная тяга;
- Кистевой тренажер;
- Тренажер жим ногами;
- Тренажер рамка для приседаний;
- Стойка домкратная для п/л;
- Скамья для пресса (4 шт.);
- Стойка для блинов (3 шт.);
- Штанга (2 шт.);
- Грифы для штанги (27 шт.);
- Диски для штанги (10, 15, 20, 25, 50 кг.) (90 шт.);
- Диски (0,5, 1, 1,25, 2,5, 5 кг.) (80 шт.);
- Шведская лестница;
- Гантели 20 кг. (6 шт.);
- Гантели 16 кг. (7 шт.);
- Гири 24 кг. (19 шт.);
- Гири 32 кг. (7 шт.);
- Комплект специализированной учебной мебели;
- Рабочее место преподавателя.

Программное обеспечение не требуется.

Зал № 3 "Зал самбо"

учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, учебная аудитория для проведения занятий практического типа, помещение для самостоятельной работы

Томская область, г. Томск, Вершинина улица, д. 47, Зал №3 (СпК) ауд.

Описание имеющегося оборудования:

- Борцовский ковер;
- Канат;
- Комплект специализированной учебной мебели;
- Рабочее место преподавателя.

Программное обеспечение не требуется.

Зал № 4 "Зал аэробики, фитнеса"

учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, учебная аудитория для проведения занятий практического типа, помещение для самостоятельной работы

Томская область, г. Томск, Вершинина улица, д. 47, Зал №4 (СпК) ауд.

Описание имеющегося оборудования:

- Шведская лестница;
- Зеркало (9 шт.);
- Брусья;
- Конь;
- Степ платформа (6 шт.);
- Комплект специализированной учебной мебели;
- Рабочее место преподавателя.

Программное обеспечение не требуется.

Зал №5 "Зал фитнеса"

учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, учебная аудитория для проведения занятий практического типа, помещение для самостоятельной работы

Томская область, г. Томск, Вершинина улица, д. 47, Зал №5 (СпК) ауд.

Описание имеющегося оборудования:

- Зеркала;

Согласована на портале № 25875

- Хореографический станок;
- Степплатформы (15 шт.);
- Мячи гимнастические (25 шт.);
- Коврики туристические (25 шт.);
- Комплект специализированной учебной мебели;
- Рабочее место преподавателя.

Программное обеспечение не требуется.

Зал №6 "Малый тренажерный зал"

учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, учебная аудитория для проведения занятий практического типа, помещение для самостоятельной работы

Томская область, г. Томск, Вершинина улица, д. 47, Зал №6 (СпК) ауд.

Описание имеющегося оборудования:

- Беговая дорожка (4 шт.);
- Велотренажер (2 шт.);
- Элептические тренажеры (3 шт.);
- Силовой тренажер Atemi;
- Тренажер для мышц бедра (2 шт.);
- Вибрационная платформа;
- Шведская лестница с приставкой;
- Гиперэкстензия;
- Комплект специализированной учебной мебели;
- Рабочее место преподавателя.

Программное обеспечение не требуется.

Зал №8 "Зал джиу-джитсу"

учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, учебная аудитория для проведения занятий практического типа, помещение для самостоятельной работы

Томская область, г. Томск, Вершинина улица, д. 47, Зал №8 (СпК) ауд.

Описание имеющегося оборудования:

- Мешок ring 40 кг, 60 кг. (4 шт.);
- Мешок боксерский 80 кг. (6 шт.);
- Гири 16 кг, 24 кг., 32 кг. (14 шт.);
- Шведская лестница (2 шт.);
- Скамейка для пресса (2 шт.);
- Макивары (40 шт.);
- Тренажер «железный человек»;
- Канат (2 шт.);
- Борцовский ковер;
- Комплект специализированной учебной мебели;
- Рабочее место преподавателя.

Программное обеспечение не требуется.

Открытая спортивная площадка с искусственным покрытием

учебная аудитория для проведения занятий практического типа, помещение для самостоятельной работы

Томская область, г. Томск, Вершинина улица, д. 47, Спортивная площадка ауд.

Описание имеющегося оборудования:

- Комплект специализированной учебной мебели;
- Рабочее место преподавателя.

Программное обеспечение не требуется.

Спортивный городок для атлетической гимнастики

учебная аудитория для проведения занятий практического типа, помещение для самостоя-

Согласована на портале № 25875

тельной работы

Томская область, г. Томск, Вершинина улица, д. 47, Спортивный городок ауд.

Описание имеющегося оборудования:

- Турник (2 шт.);
- Рукоход;
- Параллельные брусья;
- Нижние перекладины (2 шт.);
- Комплект специализированной учебной мебели;
- Рабочее место преподавателя.

Программное обеспечение не требуется.

Футбольное поле с искусственным покрытием

учебная аудитория для проведения занятий практического типа, помещение для самостоятельной работы

Томская область, г. Томск, Вершинина улица, д. 47, Футбольное поле ауд.

Описание имеющегося оборудования:

- Комплект специализированной учебной мебели;
- Рабочее место преподавателя.

Программное обеспечение не требуется.

13.1.3. Материально-техническое и программное обеспечение для самостоятельной работы

Для самостоятельной работы используются учебные аудитории (компьютерные классы), расположенные по адресам:

- 634050, Томская область, г. Томск, Ленина проспект, д. 40, 233 ауд.;
- 634045, Томская область, г. Томск, ул. Красноармейская, д. 146, 201 ауд.;
- 634034, Томская область, г. Томск, Вершинина улица, д. 47, 126 ауд.;
- 634034, Томская область, г. Томск, Вершинина улица, д. 74, 207 ауд.

Состав оборудования:

- учебная мебель;
- компьютеры класса не ниже ПЭВМ INTEL Celeron D336 2.8ГГц. - 5 шт.;
- компьютеры подключены к сети «Интернет» и обеспечивают доступ в электронную информационно-образовательную среду университета.

Перечень программного обеспечения:

- Microsoft Windows;
- OpenOffice;
- Kaspersky Endpoint Security 10 для Windows;
- 7-Zip;
- Google Chrome.

13.2. Материально-техническое обеспечение дисциплины для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

Освоение дисциплины лицами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами осуществляется с использованием средств обучения общего и специального назначения.

При занятиях с обучающимися **с нарушениями слуха** предусмотрено использование звукоусиливающей аппаратуры, мультимедийных средств и других технических средств приема/передачи учебной информации в доступных формах, мобильной системы преподавания для обучающихся с инвалидностью, портативной индукционной системы. Учебная аудитория, в которой занимаются обучающиеся с нарушением слуха, оборудована компьютерной техникой, аудиотехникой, видеотехникой, электронной доской, мультимедийной системой.

При занятиях с обучающимися **с нарушениями зрениями** предусмотрено использование в лекционных и учебных аудиториях возможности просмотра удаленных объектов (например, текста на доске или слайда на экране) при помощи видеоувеличителей для комфортного просмотра.

Согласована на портале № 25875

При занятиях с обучающимися **с нарушениями опорно-двигательного аппарата** используются альтернативные устройства ввода информации и другие технические средства приема/передачи учебной информации в доступных формах, мобильной системы обучения для людей с инвалидностью.

14. Оценочные материалы и методические рекомендации по организации изучения дисциплины

14.1. Содержание оценочных материалов и методические рекомендации

Для оценки степени сформированности и уровня освоения закрепленных за дисциплиной компетенций используются оценочные материалы в составе:

14.1.1. Тестовые задания

Контрольные тесты для студентов (нормативы):

Мужчины: лыжи - 5 км, кросс - 3 км, бег - 100 м, подтягивание на перекладине, подъем ног в висе на перекладине.

Женщины: лыжи - 3 км, кросс - 2 км, бег - 100 м, сгибание туловища из положения лежа на спине, сгибание рук в висе лежа (перекладина на высоте 90 см).

14.1.2. Вопросы на собеседование

Роль физической культуры и спорта в обеспечении здоровья занимающихся.

Организация здорового образа жизни.

Правила подготовки к соревнованиям.

Правила соревнований, методика судейства.

Понятие о силе и силовых качествах.

Значение самостоятельных занятий физической культурой для студентов.

14.1.3. Темы рефератов

Закаливание. Основные положения методики.

Лечебный массаж. Массаж и самомассаж.

Лечебная физическая культура при различных заболеваниях.

Оздоровительный бег и ходьба. Скандинавская ходьба.

Влияние физических упражнений на дыхательную систему. Дыхательная гимнастика.

14.1.4. Зачёт

Сдача нормативов.

Участие в соревнованиях.

Судейство соревнований по видам спорта.

14.2. Требования к оценочным материалам для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

Для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов предусмотрены дополнительные оценочные материалы, перечень которых указан в таблице 14.

Таблица 14 – Дополнительные материалы оценивания для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

Категории обучающихся	Виды дополнительных оценочных материалов	Формы контроля и оценки результатов обучения
С нарушениями слуха	Тесты, письменные самостоятельные работы, вопросы к зачету, контрольные работы	Преимущественно письменная проверка
С нарушениями зрения	Собеседование по вопросам к зачету, опрос по терминам	Преимущественно устная проверка (индивидуально)
С нарушениями опорно-двигательного аппарата	Решение дистанционных тестов, контрольные работы, письменные самостоятельные работы, вопросы к зачету	Преимущественно дистанционными методами

Согласована на портале № 25875

С ограничениями по общемедицинским показаниям	Тесты, письменные самостоятельные работы, вопросы к зачету, контрольные работы, устные ответы	Преимущественно проверка методами исходя из состояния обучающегося на момент проверки

14.3. Методические рекомендации по оценочным материалам для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

Для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов предусматривается доступная форма предоставления заданий оценочных средств, а именно:

- в печатной форме;
- в печатной форме с увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- методом чтения ассистентом задания вслух;
- предоставление задания с использованием сурдоперевода.

Лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам увеличивается время на подготовку ответов на контрольные вопросы. Для таких обучающихся предусматривается доступная форма предоставления ответов на задания, а именно:

- письменно на бумаге;
- набор ответов на компьютере;
- набор ответов с использованием услуг ассистента;
- представление ответов устно.

Процедура оценивания результатов обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов по дисциплине предусматривает предоставление информации в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

- в форме электронного документа;
- в печатной форме увеличенным шрифтом.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в форме электронного документа;
- в печатной форме.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- в форме электронного документа;
- в печатной форме.

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

Согласована на портале № 25875