

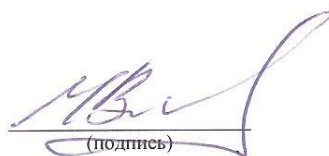
Министерство сельского хозяйства Российской Федерации
Новочеркасский инженерно-мелиоративный институт им. А.К. Кортунова
ФГБОУ ВО Донской ГАУ



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Дисциплины	Физическая культура и спорт (шифр. наименование учебной дисциплины)
Направление(я) подготовки	21.03.02 Землеустройство и кадастры (код, полное наименование направления подготовки)
Направленность (и)	«Управление и экономика недвижимости» (полное наименование профиля ОПОП направления подготовки)
Уровень образования	высшее образование - бакалавриат (бакалавриат, магистратура)
Форма(ы) обучения	очная (очная, очно-заочная, заочная)
Факультет	Землеустроительный, ЗФ (полное наименование факультета, сокращённое)
Кафедра	Физического воспитания, ФВ (полное, сокращённое наименование кафедры)
Составлена с учётом требований ФГОС ВО по направлению(ям) подготовки,	21.03.02 Землеустройство и кадастры (шифр и наименование направления подготовки)
утверждённого приказом Минобрнауки России	от 01.10.2015г. № 1084 (дата утверждения ФГОС ВО, № приказа)

Разработчик (и) пр. кафедры ФВ
(должность, кафедра)


(подпись)

М.В. Чернов
(Ф.И.О.)

Обсуждена и согласована:
Кафедра ФВ
(сокращённое наименование кафедры)

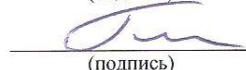
Заведующий кафедрой

протокол № 1 от «28» августа 2017г.


(подпись)

И.В. Чернов
(Ф.И.О.)

Заведующая библиотекой


(подпись)

С.В. Чалая
(Ф.И.О.)

Учебно-методическая комиссия факультета

протокол № 1 от «28» августа 2017г.

1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, СООТНЕСЕННЫЕ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Планируемые результаты обучения по дисциплине направлены на формирование следующих компетенций образовательной программы 21.03.02 Землеустройство и кадастры:

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

Соотношение планируемых результатов обучения по дисциплине с планируемыми результатами освоения образовательной программы:

Планируемые результаты обучения (этапы формирования компетенций)	Компетенции
Знать:	
- понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке её к профессиональной деятельности, медико-биологические и психологические основы физической культуры в развитии личности и подготовке её к профессиональной деятельности, комплексы физических упражнений, научно-биологические и практические основы здорового образа жизни, основы физической культуры, нормы здорового образа жизни, ценности физической культуры, способы физического совершенствования организма, основы теории и методики обучения базовым видам физкультурно-спортивной деятельности, систему самоконтроля при занятиях физкультурно-спортивной деятельностью, правила личной гигиены, технику безопасности при занятиях физкультурно-спортивной деятельностью.	ОК-8
Уметь:	
- использовать навыки, полученные в процессе обучения на уроках физической культуры, правильно организовать режим времени приводящий к здоровому образу жизни, приобретать личный опыт использования физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей для достижения личных жизненных и профессиональных целей, использовать накопленные в области физической культуры и спорта духовные ценности, для воспитания патриотизма, формирования здорового образа жизни, потребности в регулярных физкультурно-спортивных занятиях, правильно оценивать своё физическое состояние, использовать технические средства и инвентарь для повышения эффективности физкультурно-спортивных занятий, регулировать физическую нагрузку.	ОК-8
Навык:	
- использование практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре.	ОК-8
Опыт деятельности:	
- применения основных методов и средств физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ОК-8

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина относится к базовой части блока Б1 «Дисциплины (модули)» образовательной программы, изучается в 1 семестре по очной форме обучения и на 1 курсе по заочной форме обучения.

Предшествующие и последующие дисциплины (компоненты образовательной программы) формирующие указанные компетенции.

Код компетенции	Предшествующие дисциплины (компоненты ОП), формирующие данную компетенцию	Последующие дисциплины, (компоненты ОП) формирующие данную компетенцию
ОК-8	Дисциплина базируется на знаниях, умениях и навыках, приобретенных студентами в ходе обучения в средней общеобразовательной школе. Анатомия; Психология.	Элективная дисциплина по физической культуре и спорту. Легкая атлетика Элективная дисциплина по физической культуре и спорту. Спортивные игры Элективная дисциплина по физической культуре и спорту. Спортивные единоборства Элективная дисциплина по физической культуре и спорту. Гимнастика Элективная дисциплина по физической культуре и спорту. Шахматы (специальная медицинская группа) Элективная дисциплина по физической культуре и спорту. Дартс (специальная медицинская группа) Элективная дисциплина по физической культуре и спорту. Адаптивная физическая культура

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ В ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦАХ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ, ВЫДЕЛЕННЫХ НА КОНТАКТНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ПРЕПОДАВАТЕЛЕМ И НА САМОСТОЯТЕЛЬНУЮ РАБОТУ

Вид учебной работы	Трудоемкость в часах		
	Очная форма		
	<i>семестр</i>		
	1		Итого
Аудиторная (контактная) работа (всего) в том числе:	70		70
Лекции	14		14
Лабораторные работы (ЛР)			
Практические занятия (ПЗ)	56		56
Семинары (С)			
Самостоятельная работа (всего) в том числе:	2		2
Курсовой проект (работа)			
Расчётно-графическая работа			
Реферат			
Контрольная работа			
<i>Другие виды самостоятельной работы</i>	2		2
Подготовка к зачету			
Подготовка и сдача экзамена			
Общая трудоёмкость	часов	72	72
	ЗЕТ	2	2
Формы контроля по дисциплине:			
- экзамен, зачёт	зачёт		зачёт
- курсовой проект (КП), курсовая работа (КР), расчётно - графическая (РГР), реферат (Реф), контрольная работа (Контр.), шт.			

4.СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1 Очная форма обучения

4.1.1Разделы (темы) дисциплины и виды занятий

4.1.1.1. Разделы (темы) дисциплины и виды занятий									
№ п/ п	Наименование раздела (темы) дисциплины	семестр	Виды учебной работы и трудоемкость (в часах)						Итого
			аудиторные			СРС		Итоговый контроль	
			Лекции	Лаборат. занятия	Практич. занятия (семинары)	Курсовой П / Р, РГР, реферат	Другие виды СРС		
1	Виды спорта: -легкая атлетика Спортивные игры: -волейбол -гандбол -баскетбол -настольный теннис Спортивные единоборства: -бокс Гимнастика: -атлетическая гимнастика -ритмическая гимнастика Дартс (специальная медицинская группа) Шахматы (Специальная медицинская группа) Адаптивная физическая культура	1	14		56		2	зачет	72
Подготовка к итоговому контролю		зачёт						зачет	зачет
		экзамен							
ВСЕГО:			14		56		2		72

4.1.2 Содержание разделов дисциплины (по лекциям)

№ раздела дисциплины из табл. 4.1.1	семестр	Темы и содержание лекций	Трудоемкость (час.)	Форма контроля (ПК)
1	1	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. Физическая культура – часть общечеловеческой культуры, компоненты физической культуры, краткая история физической культуры, возрастание роли физической культуры в современном обществе, физическая культура и спорт в высшем учебном заведении, правовые и организационные основы физического воспитания студентов.	2	ТК-1
1	1	Социально-биологические основы физической культуры. Организм как биологическая система, анатомо–морфологические особенности организма, костная система и её функции, мышечная система и её функции, органы пищеварения и выделения, физиологические системы организма, двигательная активность человека и взаимосвязь физической и умственной деятельности, средства физической культуры, обеспечивающие устойчивость к умственной и	2	ТК-1

№ раздела дисциплины из табл. 4.1.1	семестр	Темы и содержание лекций	Трудоемкость (час.)	Форма контроля (ПК)
		физической работоспособности, функциональные показатели тренированности организма в покое и при выполнении предельно напряжённой работы, обмен веществ и энергии.		
1	1	Основы здорового образа жизни студентов. Физическая культура в обеспечении здоровья. Понятие «здоровье» и его содержание, функциональное проявление здоровья в различных сферах жизнедеятельности, влияние окружающей среды на здоровье, ценностные ориентации студентов на здоровый образ жизни и их отражение в жизнедеятельности, организация режима труда, отдыха и сна, организация режима питания, организация двигательной активности, личная гигиена и закаливание, профилактика вредных привычек, культура межличностного общения, психофизическая регуляция организма, физическое самовоспитание и самосовершенствование – условие здорового образа жизни.	2	ТК-1
1	1	Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания. Понятие о принципах методики физического воспитания и их назначение, средства и методы физического воспитания, воспитание физических качеств, общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, принципы спортивной тренировки, тренировочное занятие.	2	ТК-1
1	1	Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями, формы самостоятельных занятий, содержание самостоятельных занятий, характер содержания занятий в зависимости от возраста, особенности самостоятельных занятий для женщин, планирование объёма и интенсивности физических упражнений, управление процессом самостоятельных занятий, характеристика интенсивности физической нагрузки для студентов, гигиена самостоятельных занятий, профилактика травматизма, самоконтроль при проведении самостоятельных занятий.	2	ТК-1
1	1	Цель и задачи адаптивной физической культуры (АФК). Общие принципы АФК, организация учебного процесса, основы методики АФК, физическая культура и спорт для студентов, имеющих инвалидность, методика обучения двигательным действиям и двигательным навыкам, особенности развития физических качеств, организация проведения занятий оздоровительным спортом.	2	ТК-2
1	1	Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом. Диагностика и самодиагностика организма при занятиях физическими упражнениями и спортом, врачебный контроль, его содержание и периодичность, Методы стандартов, антропометрических индексов для оценки физического развития, оценка функционального состояния систем организма, контроль за физической подготовленностью,	1	ТК-2

№ раздела дисциплины из табл. 4.1.1	семестр	Темы и содержание лекций	Трудоемкость (час.)	Форма контроля (ПК)
		содержание педагогического контроля, самоконтроль и его задачи.		
1	1	Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра. Цель и задачи производственной физической культуры, методические основы производственной физической культуры, производственная физическая культура в рабочее время, методика составления и проведения комплексов упражнений вводной гимнастики, физкультурной паузы и физкультурной минутки, физическая культура и спорт в свободное время, физкультурно-спортивные занятия для активного отдыха, дополнительные средства повышения работоспособности, профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.	1	ТК-2

4.1.3 Практические занятия (семинары)

№ раздела дисциплины из табл. 4.1.1	семестр	Тематика и содержание практических занятий (семинаров)	Трудоемкость (час.)	Формы контроля (ТК, ПК)
1	1	Проведение теста уровня физического здоровья студентов. Приём антропометрических данных. Приём контрольных нормативов. Учебно-тренировочные занятия (УТЗ) по лёгкой атлетике. УТЗ по специальности практического раздела.	56	ТК-2, ТК-3, ТК-4

4.1.4 Лабораторные занятия

№ раздела дисциплины из табл. 4.1.1	семестр	Наименование лабораторных работ	Трудоемкость (час.)	Формы контроля (ТК, ПК)
		Учебной программой не предусмотрено		

4.1.5 Самостоятельная работа

№ раздела дисциплины из табл. 4.1.1	семестр	Виды и содержание самостоятельной работы студентов	Трудоемкость (час.)	Контроль выполнения работы (ПК, ТК, ИК)
		Учебной программой не предусмотрено		

4.3 Соответствие компетенций, формируемых при изучении дисциплины, и видов занятий

Перечень компетенций	Виды занятий				
	лекции	лабораторные занятия	практические (семинарские) занятия	КП, КР, РГР, Реф., Контр. работа	СРС
ОК-8	+		+		+

5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ИНТЕРАКТИВНОГО ОБУЧЕНИЯ

Методы, формы	Лекции (час)	Практические/ семинарские занятия (час)	Лабораторные занятия (час)	Всего
Информационных сообщений	2/2	10/0		12/2
Объяснительно- демонстрационный		8/0		8/0
Поисковый метод				
Решение ситуационных задач				
Исследовательский метод				
Итого интерактивных занятий	2/2	18/0		20/2

Примечание: в числителе указаны часы интерактивного обучения очной формы обучения, в знаменателе – заочной формы обучения.

6. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

1. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся в НИМИ ДГАУ [Электронный ресурс] : (введ. в действие приказом директора №106 от 19 июня 2015г.) / Новочерк. инж.-мелиор. ин-т Донской ГАУ.-Электрон. дан.- Новочеркасск, 2015.- Режим доступа: <http://www.ngma.su>

2. Чернов И.В. Физическая культура [Текст] : курс лекций для студ. всех спец. и направлен. заоч. формы обуч. / И.В. Чернов, Н.А. Багута; Новочерк. инж.- мелиор. ин-т. ДГАУ. – Новочеркасск, 2014. – 174 с. 40 экз.

3. Чернов И.В. Физическая культура [Электронный ресурс]: курс лекций для студ. всех спец. и направлен. заоч. формы обуч. / И.В. Чернов, Н.А. Багута ; Новочерк. гос.- мелиор. акад. каф. физвоспитания. Электрон. дан. – Ново-черкасск, 2013. – ЖМД; PDF; 1,07 МБ. – Систем. требования: IBMPC. Win-dows 7. AdobeAcrobat 9/-Загл. с экрана.

4. Физическая культура [Текст]: учебник для вузов / А.Б. Муллер [и др.]. – М. :Юрайт, 2013. – 424 с. – (Бакалавр. Базовый курс). – ISBN 978-5-9916-2920-1 : 371-25. 50 экз.

5. Физическая культура [Текст] : метод. указания к изучению дисц. и выполнению контр. работы для студ. заоч. обучения всех специальностей и направлений / И.В. Чернов, О.А. Джегутханова, Е.В. Чикина, Н.Н. Фетисова; Новочерк. инж.- мелиор. ин-т ДГАУ. – Новочеркасск. 2014. – 19 с. 34 экз.

6. Физическая культура [Электронный ресурс] : метод. указания к изучению дисц. и выполнению контр. работы для студ. заоч. обучения всех специальностей и направлений / И.В. Чернов, О.А. Джегутханова, Е.В. Чикина, Н.Н. Фетисова; Новочерк. гос. мелиор. ин-т. каф. физвоспитания. Электрон. дан.-Новочеркасск, 2014. ЖМД; PDF; 466 КБ.-Систем. требования: IBMPC. Win-dows 7. AdobeAcrobat 9/-Загл. с экрана.

7. Чеснова, Е.Л. Физическая культура: учебное пособие [Электронный ресурс] / Е.Л. Чеснова. – М.: Директ-Медиа, 2013. – Режим доступа <http://biblioclub.ru/>. 23.06.2014

8. Физическая культура и физическая подготовка. [Электронный ресурс]: учебник / И.С. Барчуков, Ю.Н. Назаров, В.Я. Кикоть и др – М.: Юнити-Дана, 2014. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/>.

7. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ ДЛЯ СТУДЕНТОВ ОСНОВНОГО И СПОРТИВНОГО УЧЕБНЫХ ОТДЕЛЕНИЙ (МУЖЧИНЫ)

Нормативы	5	4	3	2	1
Бег 100 м	13,2	13,6	14,0	14,3	14,6
Бег 1000 м	3,10	3,20	3,35	4,00	4,30
Бег 3000 м	12,0	12,35	13,10	13,50	14,30
12-ти минутный бег	2750	2500	2200	2100	2100
Прыжок (длина), см	250	240	230	223	215
Прыжок (высота), см	55	50	45	40	35
Тройной прыжок, см	730	700	650	630	600
Подтягивание	15	12	9	7	5
Сгибание рук в уп/бр.	15	12	9	7	5
Подъем туловища за 1 мин.	50	45	40	35	30
Толкание ядра	850	800	770	730	670
Метание гранаты	45	40	35	30	25
Прыжок в длину с разбега	480	460	435	410	390
Приседание на одной ноге	12	10	8	6	4

КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ ДЛЯ СТУДЕНТОВ ОСНОВНОГО И СПОРТИВНОГО УЧЕБНЫХ ОТДЕЛЕНИЙ (ЖЕНЩИНЫ)

Нормативы	5	4	3	2	1
Бег 100 м	15,7	16,0	17,0	17,9	18,7
Бег 500 м	1,42	1,50	2,0	2,15	2,35
Бег 2000 м	10,15	10,50	11,15	11,50	12,15
12-ти минутный бег	2300	2100	1900	1600	1600
Прыжок (длина), см	190	180	168	160	150
Прыжок (высота), см	40	35	30	25	20
Тройной прыжок, см	540	510	495	468	446
Подтягивание	13	8	6	4	2
Сгибание рук в уп/бр.	30	20	15	10	5
Подъем туловища за 1 мин.	40	35	30	25	20
Толкание ядра	650	600	550	500	430
Прыжок в длину с разбега	365	350	325	300	280
Приседание на одной ноге	10	8	6	4	2

КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ ДЛЯ СТУДЕНТОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ.

Нормативы	Мужчины	Женщины
Бег 30-60 м	По медицинским показаниям	
Оздоровительный бег с переходом на ходьбу (без учета времени)	2500-3000 м	2000-2500 м
Оздоровительный бег (ходьба)	10-12 мин	10 мин
Прыжок (длина), см	По медицинским показаниям	
Прыжок (высота), см	По медицинским показаниям	
Подтягивание	По медицинским показаниям	
Подъем туловища	Без учета времени	
Наклон вперед из положения сидя с касанием пола	Удержание позы 3 сек	
Удержание равновесия	10-26 сек	
Подъем ног из положения лежа до угла 90°	15-20 повторений	
Приседание у стены (упор спины о стену)	1,00 – 1,30 мин	1,00 – 1,20 мин

Примечание: В контрольных тестах возможны изменения, в зависимости от наличия инвентаря и погодных условий.

Вопросы для проведения промежуточной аттестации в форме зачёта:

1. Предупреждение травматизма во время занятий физической культурой.
2. Общие требования безопасности при проведении занятий по гимнастике.
3. Общие требования безопасности при проведении занятий по легкой атлетике.
4. Общие требования безопасности при проведении занятий по лыжному спорту.
5. Общие требования по безопасности при проведении занятий по плаванию.
6. Общие требования безопасности при проведении занятий по подвижным и спортивным играм. Рассказать на примере одной из игр.
7. Общие требования безопасности при проведении спортивных соревнований.
8. История Олимпийских игр и их значение.
9. Общие требования безопасности при проведении занятий в тренажерном зале.
10. Общие требования безопасности при организации и проведении туристских походов.
11. Эксплуатационно-технические требования к одежде, обуви, спортивному инвентарю и местам занятий физической культурой и спортом, обеспечивающие удобство и безопасность.
12. Профилактические меры, исключающие возможность получения теплового удара во время приема солнечных ванн. Ваши действия, если это случилось.
13. Профилактические меры, исключающие обморожение. Ваши действия, если это случилось.
14. Что вы знаете о XXII Олимпийских играх?
15. Что лежит в основе отказа от вредных привычек (курения, употребления спиртных напитков и наркотиков), в какой степени это зависит от занятий физическими упражнениями?
16. Средства и методы достижения духовно-нравственного, физического и психического благополучия.
17. Какими должны быть тренировочные нагрузки при выполнении физических упражнений?
18. В чем заключаются признаки утомления и переутомления? Меры по их предупреждению.
19. Каким должен быть пульсовый режим при выполнении физических упражнений?
20. Какие виды спорта обеспечивают наибольший прирост в силе? Составить план-конспект одного занятия по избранному виду спорта.
21. С помощью каких физических упражнений можно успешно развивать такое физическое качество, как быстрота?
22. Физиологическая характеристика предстартового состояния и «второго дыхания». Как себя вести в подобных ситуациях?
23. С помощью каких упражнений можно эффективно развивать такое двигательное качество, как выносливость?
24. С какой целью проводится тестирование двигательной подготовленности? При помощи каких тестов определяется развитие силы, выносливости, быстроты?
25. В чем различие объективных и субъективных приемов самоконтроля при выполнении физических упражнений?
26. С помощью каких физических упражнений можно успешно развивать физические качества скоростно-силовой направленности?
27. Какое влияние оказывают занятия физической культурой и спортом на репродуктивную функцию человека?
28. С помощью каких физических упражнений можно успешно развивать такое физическое качество, как гибкость?
29. Охарактеризуйте современные системы физических упражнений прикладной направленности.

30. Раскройте содержание технико-тактических действий в избранном вами виде спорта (баскетбол, волейбол и т. д.).
31. Как правильно экипировать себя для 2—3-дневного туристского похода?
32. Какую первую помощь необходимо оказывать пострадавшему, получившему во время занятий физическими упражнениями травму, вызвавшую кровотечение? Выполнить практически конкретные.
33. Влияние осанки на функционирование внутренних органов в покое и во время выполнения двигательных действий. Изложить содержание и выполнить 3—4 упражнения на формирование правильной осанки.
34. В чем состоят особенности организации проведения закаливающих процедур в зимнее время года (привести примеры, а если вы это делаете, то расскажите, каким образом).
35. Составить (написать) положение о проведении одного из видов соревнований, включенных в школьную спартакиаду («День здоровья», «День бегуна», по подвижным играм, баскетболу, акробатике т. д.).
36. Продемонстрируйте жесты судьи по одной из спортивных игр (волейболу, баскетболу, футболу или хоккею).
37. В чем состоят особенности организации и проведения закаливающих процедур в осеннее время года? Обосновать рассказ на собственном примере.
38. Какое воздействие оказывают на сердечно-сосудистую систему человека упражнения физкультурной минутки? Изложить два-три варианта, продемонстрировать один из них.
39. Каким требованиям должен отвечать дневник самоконтроля? Методика самоанализа его данных (на личном примере).
40. Разработать комплекс физических упражнений, направленный на коррекцию индивидуального физического развития и двигательных возможностей (лично для себя).
41. В чем состоят особенности организации и проведения закаливающих процедур в весеннее время года? Обосновать рассказ, используя собственный опыт.
42. Порядок составления комплекса упражнений утренней гимнастики с учетом вашей медицинской группы (основной, подготовительной, специальной). Составить и продемонстрировать свой комплекс утренней гимнастики.
43. Самоконтроль с применением антропометрических измерений (рассказать, продемонстрировать и оценить).
44. Самоконтроль с применением функциональной пробы (рассказать, продемонстрировать и оценить).
45. Самоконтроль с применением ортостатической пробы (рассказать, продемонстрировать и оценить).

По дисциплине формами **текущего контроля** являются:

ТК-1, ТК-2, ТК-3, ТК-4—сдача контрольных нормативов, сдача нормативов по специализации.

Итоговый контроль (ИК) – зачёт.

Полный фонд оценочных средств, включающий текущий контроль успеваемости и перечень контрольно-измерительных материалов (КИМ) приведен в приложении к рабочей программе.

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

8.1 Основная литература

1. Чернов И.В. Физическая культура [Текст]: курс лекций для студ. всех спец. и направлен. очно. формы обуч. / И.В. Чернов, Н.А. Багута; Новочерк. инж.- мелиор. ин-т. ДГАУ. – Новочеркасск, 2014. – 174 с. - 40 экз.

2. Чернов И.В. Физическая культура [Электронный ресурс]: курс лекций для студ. всех спец. и направлен. очно. формы обуч. / И.В. Чернов, Н.А. Багута; -Новочерк. гос. мелиор. ин-т. каф. физвоспитания. -Электрон. дан.- Новочеркасск, 2014.- ЖМД; PDF; 1,16 МБ.-Систем. требования: IBM PC. Windows 7. Adobe Acrobat 9.-Загл.с экрана.

3. Муллер А.Б.Физическая культура [Текст]: учебник для вузов / А.Б. Муллер [и др.]. – М. :Юрайт, 2013. – 424 с. – (Бакалавр. Базовый курс). – ISBN 978-5-9916-2920-1 : 371-25. 50 экз.

8.2 Дополнительная литература

1. Чернов И.В. Физическая культура. Тяжелая атлетика [Электронный ресурс]: практикум для студ. 1 курса всех спец. \ И.В. Чернов; Новочерк. гос. мелиор. акад. каф.физвоспитания. -Электрон. дан.-Новочеркасск, 2014. – ЖМД; PDF; 1 МБ. – Систем.требования: IBMPC. Windows 7/ AdobeAcrobat 9/-Загл. с экрана.

2. Фетисова Н.Н. Физическая культура. Гандбол [Текст] : практикум для проведения практических занятий для студентов I-IIIкурсов всех спец. и направл. очн. формы обуч. / Н.Н. Фетисова; Новочерк. инж.-мелиор. ин-т ДГАУ. – Новочеркасск, 2014.-150 с. 40 экз.

3. Фетисова Н.Н. Физическая культура. Гандбол [Электронный ресурс]: практикум для проведения практических занятий для студентов I-IIIкурсов всех спец. и направл. очн. формы обуч. / Н.Н. Фетисова; Новочерк. гос. мелиор. ин-т, каф.физвоспитания. -Электрон.дан. – Новочеркасск, 2014. – ЖМД; PDF; 1,15 МБ.- Систем.требования: IBMPC. Windows 7. AdobeAcrobat 9/-Загл. с экрана.

4. Багута Н.А. Физическая культура. Настольный теннис [Текст] : практикум для проведения практических занятий для студентов I-IIIкурсов всех спец. и направл. очн. формы обуч. /Н.А. Багута, О.В. Намазова, В.В. Григорова В.В. ; Новочерк. инж.-мелиор. ин-т ДГАУ. – Новочеркасск, 2014. – 328 с. 40 экз.

5. Багута Н.А. Физическая культура. Настольный теннис [Электронный ресурс]: практикум для проведения практических занятий для студентов I-IIIкурсов всех спец. и направл. очн. формы обуч. / Н.А. Багута; Новочерк. инж.-мелиор. ин-т, каф. физвоспитания. - Электрон.дан.- Новочеркасск, 2014.-ЖМД; PDF; 11,5 МБ.-Систем. требования: IBMPC. Windows 7. AdobeAcrobat 9/- Загл. с экрана.

6. Чеснова Е.Л. Физическая культура: учебное пособие [Электронный ресурс] / Е.Л. Чеснова. – М.: Директ-Медиа, 2013. – Режим доступа <http://biblioclub.ru/>. 23.04.2015

7. Чернов И.В. Физическая культура. Атлетическая гимнастика [Текст]: практикум для проведения практических занятий для студентов I-III курсов всех спец. и направл. очн. формы обуч. / И.В.Чернов, М.В. Чернов; гос. инж.-мелиор. ин-т., каф. физического воспитания. – Новочеркасск, 2014. – 90с.

8. Чернов И.В. Физическая культура. Атлетическая гимнастика [Электронный ресурс]: практикум для проведения практических занятий для студентов I-III курсов всех спец. и направл. очн. формы обуч. / И.В. Чернов, М.В. Чернов; - Новочерк. гос. мелиор. ин-т., каф.физвоспитания. - Электрон.дан.- Новочеркасск, 2014.-ЖМД; PDF; 524 КБ.-Систем. требования: IBMPC. Windows 7. AdobeAcrobat 9/-Загл. с экрана.

9. Чикина Е.В. Методы организации АФК (адаптивной физической культуры) в НИМИ ДГАУ [Текст]:метод. рекомендации для преподавателей, ведущих занятия со студ., имеющими инвалидность / Новочерк. инж.-мелиор. ин-т ДГАУ. каф. физ. воспитания; сост. Е.В. Чикина, Л.В. Толстик, И.В. Чернов. 2015. – Новочеркасск, 2015. – 20 с. 20 экз.

10. Чикина Е.В. Методы организации АФК (адаптивной физической культуры) в НИМИ ДГАУ [Текст]:метод. рекомендации для преподавателей, ведущих занятия со студ., имеющими инвалидность / Новочерк. инж.-мелиор. ин-т ДГАУ. каф. физ. воспитания; сост. Е.В. Чикина, Л.В. Толстик, И.В. Чернов. – ЖМД; PDF; 0,53 МБ. - Систем.требования: IBM PC. Windows 7. AdobeAcrobat 9.-Загл.с экрана.

11. Григорова В.В. Физическая культура. Ритмическая гимнастика [Текст]: практикум для студ. I-III курсов всех спец. и направл. оч. формы обуч. / В.В. Григорова, Н.А. Багута, О.В.

Намазова,; Новочерк. инж.-мелиор. ин-т ДГАУ. – Новочеркасск, 2014. – 119 с.- б/ц 44 экз.

12. Григорова В.В. Физическая культура. Ритмическая гимнастика [Электронный ресурс]: практикум для проведения практических занятий для студентов I-III курсов всех спец. и направл. очн. формы обуч. В.В.Григорова; Новочерк. инж.-мелиор. ин-т, каф. физвоспитания. -Электрон. дан.- Новочеркасск, 2014.-ЖМД; PDF; 11,5 МБ.-Систем. требования: IBM PC. Windows 7. AdobeAcrobat 9.- Загл. с экрана.

8.3 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

Наименование ресурса	Режим доступа
Официальный сайт Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека	http://www.rospotrebnadzor.ru/
Официальный сайт НИМИ с доступом в электронную библиотеку	http://www.ngma.su
Российская государственная библиотека	http://www.rsl.ru
Информационно-правовой портал ГАРАНТ.РУ	http://www.garant.ru/
Справочная система Консультант Плюс	http://www.consultant.ru/

8.4 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

1. Положение о текущей аттестации обучающихся в НИМИ ДГАУ [Электронный ресурс] (введено в действие приказом директора №119 от 14 июля 2015 г.) / Новочерк. инж.-мелиор. ин-т Донской ГАУ.-Электрон. дан.- Новочеркасск, 2015.- Режим доступа: <http://www.ngma.su>

2. Типовые формы титульных листов текстовой документации, выполняемой студентами в учебном процессе [Электронный ресурс] / Новочерк. инж.-мелиор. ин-т Донской ГАУ.-Электрон. дан.- Новочеркасск, 2015.- Режим доступа: <http://www.ngma.su>

Приступая к изучению дисциплины необходимо в первую очередь ознакомиться с содержанием РПД. Лекции имеют целью дать систематизированные основы научных знаний об общих вопросах дисциплины. При изучении и проработке теоретического материала для обучающихся необходимо:

- повторить законспектированный на лекционном занятии материал и дополнить его с учетом рекомендованной по данной теме литературы;
- при самостоятельном изучении темы сделать конспект, используя рекомендованные в РПД литературные источники и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

8.5 Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса, программного обеспечения и информационных справочных систем, для освоения обучающимися дисциплины

Наименование ресурса	Реквизиты договора
MS Windows XP,7,8, 8.1, 10 MS Office professional	Соглашение OVS для решений ES #V2162234 Документ # X20-14232 Сублицензионный договор № 53827/РНД1743/294 от 22.12.2015г. Сублицензионный договор №13264/РНД5195/295 от 22.12.2015г.
Adobe Acrobat Reader DC	ПО Acrobat Reader DC и мобильное приложение Acrobat Reader являются бесплатными и доступны для корпоративного распространения. Лицензия PlatformClients_PC_WWEULA-ru_RU-20150407_1357
ЭБС "Лань"	Договор №5 от 20.02.2016 г. Акт приема-передачи №280 от 21.02.2016 г.

ЭБС «Университетская библиотека»	Договор № 216-12/15 от 19.01.2016г.
ЭБС «ВИНИТИ РАН»	Договор №20 от 21.04.2014 г.
«e-library»	Лицензионный договор SCIENCEINDEX №SIO-13947/34486/2016 от 03.03.2016 г.
Autodesk (ACAD)	Autodesk (лицензионные программы для образовательного учреждения, бесплатно)
КОМПАС-3DV15	Сублицензионный договор №27-Р15 от 13.04.2015 Номер лицензионного соглашения КАД-15-0377
Система «Анти-Плагат»	Лицензионный договор №23 от 19.01.2016 г.

9. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Преподавание дисциплины осуществляется в специальных помещениях – учебных аудиториях для проведения занятий лекционного типа, семинарского типа (практические занятия в спортивных залах ауд.2505, ауд.2506, спортивно оздоровительном центре ауд.8, ауд.12, ауд.16, ауд.17, ауд.25, ауд.5 игровой зал главного корпуса, оснащенных спортивным оборудованием.), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещениях для самостоятельной работы. Специальные помещения укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Лекционные занятия проводятся в аудиториях общего пользования, оснащенных специальной мебелью, доской, и т.п., при необходимости аудитория оснащается переносными мультимедийными средствами (экран, проектор, акустическая система).

Практические занятия проводятся в спортивных залах а.2505, а.2506, ауд.5 игровой зал главного корпуса, спортивно оздоровительном центре ауд.8, ауд.12, ауд.16, ауд.17, ауд.25, оснащенных спортивным оборудованием.

Проведение, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации осуществляется в спортивно оздоровительном центре ауд.8, ауд.12, ауд.16, ауд.17, ауд.25, игровой зал главного корпуса, оснащенных спортивным оборудованием.

Для самостоятельной работы используется помещение спортивно оздоровительном центре а.8, оснащенное спортивным оборудованием

Помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования – ауд. 6.

Обучающиеся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья занимаются в специальной медицинской группе ауд.8 СОЦ и обеспечены печатными и (или) электронными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.

10.ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ

Содержание дисциплины и условия организации обучения для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов корректируются при наличии таких обучающихся в соответствии с индивидуальной программой реабилитации инвалида, а так же методическими рекомендациями по организации образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в образовательных организациях высшего образования (утв. Минобрнауки России 08.04.2014 №АК-44-05 вн), Положением о методике сценки степени возможности включения лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов в общий образовательный процесс (НИМИ, 2015); Положением об обучении лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов в Новочеркасском инженерно-мелиоративном институте (НИМИ, 2015), Порядок проведения и объём подготовки по физической культуре при освоении образовательной программы инвалидами и лицами с

ограниченными возможностями здоровья (НИМИ, 2015); Порядок проведения и объём подготовки по физической культуре по образовательным программам высшего образования при очной и заочной формах обучения (НИМИ, 2015).

11. ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ В РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ

В рабочую программу на 2018 – 2019 учебный год вносятся изменения - обновлено и актуализировано содержание следующих разделов и подразделов рабочей программы:

7. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ ДЛЯ СТУДЕНТОВ ОСНОВНОГО И СПОРТИВНОГО УЧЕБНЫХ ОТДЕЛЕНИЙ (МУЖЧИНЫ)

Нормативы	5	4	3	2	1
Бег 100 м	13,2	13,6	14,0	14,3	14,6
Бег 1000 м	3,10	3,20	3,35	4,00	4,30
Бег 3000 м	12,0	12,35	13,10	13,50	14,30
12-ти минутный бег	2750	2500	2200	2100	2100
Прыжок (длина), см	250	240	230	223	215
Прыжок (высота), см	55	50	45	40	35
Тройной прыжок, см	730	700	650	630	600
Подтягивание	15	12	9	7	5
Сгибание рук в уп/бр.	15	12	9	7	5
Подъем туловища за 1 мин.	50	45	40	35	30
Толкание ядра	850	800	770	730	670
Метание гранаты	45	40	35	30	25
Прыжок в длину с разбега	480	460	435	410	390
Приседание на одной ноге	12	10	8	6	4

КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ ДЛЯ СТУДЕНТОВ ОСНОВНОГО И СПОРТИВНОГО УЧЕБНЫХ ОТДЕЛЕНИЙ (ЖЕНЩИНЫ)

Нормативы	5	4	3	2	1
Бег 100 м	15,7	16,0	17,0	17,9	18,7
Бег 500 м	1,42	1,50	2,0	2,15	2,35
Бег 2000 м	10,15	10,50	11,15	11,50	12,15
12-ти минутный бег	2300	2100	1900	1600	1600
Прыжок (длина), см	190	180	168	160	150
Прыжок (высота), см	40	35	30	25	20
Тройной прыжок, см	540	510	495	468	446
Подтягивание	13	8	6	4	2
Сгибание рук в уп/бр.	30	20	15	10	5
Подъем туловища за 1 мин.	40	35	30	25	20
Толкание ядра	650	600	550	500	430
Прыжок в длину с разбега	365	350	325	300	280
Приседание на одной ноге	10	8	6	4	2

КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ ДЛЯ СТУДЕНТОВ ЗАНИМАЮЩИХСЯ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ.

Нормативы	Мужчины	Женщины
Бег 30-60 м	По медицинским показаниям	
Оздоровительный бег с переходом на ходьбу (без учета времени)	2500-3000 м	2000-2500 м

Оздоровительный бег (ходьба)	10-12 мин	10 мин
Прыжок (длина), см	По медицинским показаниям	
Прыжок (высота), см	По медицинским показаниям	
Подтягивание	По медицинским показаниям	
Подъем туловища	Без учета времени	
Наклон вперед из положения сидя с касанием пола	Удержание позы 3 сек	
Удержание равновесия	10-26 сек	
Подъем ног из положения лежа до угла 90°	15-20 повторений	
Приседание у стены (упор спины о стену)	1,00 – 1,30 мин	1,00 – 1,20 мин

Примечание: В контрольных тестах возможны изменения, в зависимости от наличия инвентаря и погодных условий.

Вопросы для проведения промежуточной аттестации в форме зачёта:

1. Предупреждение травматизма во время занятий физической культурой.
2. Общие требования безопасности при проведении занятий по гимнастике.
3. Общие требования безопасности при проведении занятий по легкой атлетике.
4. Общие требования безопасности при проведении занятий по лыжному спорту.
5. Общие требования по безопасности при проведении занятий по плаванию.
6. Общие требования безопасности при проведении занятий по подвижным и спортивным играм. Рас- сказать на примере одной из игр.
7. Общие требования безопасности при проведении спортивных соревнований.
8. История Олимпийских игр и их значение.
9. Общие требования безопасности при проведении занятий в тренажерном зале.
10. Общие требования безопасности при организации и проведении туристских походов.
11. Эксплуатационно-технические требования к одежде, обуви, спортивному инвентарю и местам заня- тий физической культурой и спортом, обеспечивающие удобство и безопасность.
12. Профилактические меры, исключающие возможность получения теплового удара во время приема солнечных ванн. Ваши действия, если это случилось.
13. Профилактические меры, исключающие обморожение. Ваши действия, если это случилось.
14. Что вы знаете о XXII Олимпийских играх?
15. Что лежит в основе отказа от вредных привычек (курения, употребления спиртных напитков и нар- котиков), в какой степени это зависит от занятий физическими упражнениями?
16. Средства и методы достижения духовно-нравственного, физического и психического благополучия.
17. Какими должны быть тренировочные нагрузки при выполнении физических упражнений?
18. В чем заключаются признаки утомления и переутомления? Меры по их предупреждению.
19. Каким должен быть пульсовый режим при выполнении физических упражнений?
20. Какие виды спорта обеспечивают наибольший прирост в силе? Составить план- конспект одного за- нятия по избранному виду спорта.
21. С помощью каких физических упражнений можно успешно развивать такое физическое качество, как быстрота?
22. Физиологическая характеристика предстартового состояния и «второго дыхания». Как себя вести в подобных ситуациях?
23. С помощью каких упражнений можно эффективно развивать такое двигательное качество, как вы- носливость?
24. С какой целью проводится тестирование двигательной подготовленности? При помощи каких тестов определяется развитие силы, выносливости, быстроты?
25. В чем различие объективных и субъективных приемов самоконтроля при выполнении физических упражнений?
26. С помощью каких физических упражнений можно успешно развивать физические качества скоро- стно-силовой направленности?

27. Какое влияние оказывают занятия физической культурой и спортом на репродуктивную функцию человека?
28. С помощью каких физических упражнений можно успешно развивать такое физическое качество, как гибкость?
29. Охарактеризуйте современные системы физических упражнений прикладной направленности.
30. Раскройте содержание технико-тактических действий в избранном вами виде спорта (баскетбол, волейбол и т. д.).
31. Как правильно экипировать себя для 2—3-дневного туристского похода?
32. Какую первую помощь необходимо оказывать пострадавшему, получившему во время занятий физическими упражнениями травму, вызвавшую кровотечение? Выполнить практически конкретные.
33. Влияние осанки на функционирование внутренних органов в покое и во время выполнения двигательных действий. Изложить содержание и выполнить 3—4 упражнения на формирование правильной осанки.
34. В чем состоят особенности организации проведения закаливающих процедур в зимнее время года (привести примеры, а если вы это делаете, то расскажите, каким образом).
35. Составить (написать) положение о проведении одного из видов соревнований, включенных в школьную спартакиаду («День здоровья», «День бегуна», по подвижным играм, баскетболу, акробатике т. д.).
36. Продемонстрируйте жесты судьи по одной из спортивных игр (волейболу, баскетболу, футболу или хоккею).
37. В чем состоят особенности организации и проведения закаливающих процедур в осеннее время года? Обосновать рассказ на собственном примере.
38. Какое воздействие оказывают на сердечно-сосудистую систему человека упражнения
39. физкультурной минутки? Изложить два-три варианта, продемонстрировать один из них.
40. Каким требованиям должен отвечать дневник самоконтроля? Методика самоанализа его данных (на личном примере).
41. Разработать комплекс физических упражнений, направленный на коррекцию индивидуального физического развития и двигательных возможностей (лично для себя).
42. В чем состоят особенности организации и проведения закаливающих процедур в весеннее время года? Обосновать рассказ, используя собственный опыт.
43. Порядок составления комплекса упражнений утренней гимнастики с учетом вашей медицинской группы (основной, подготовительной, специальной). Составить и продемонстрировать свой комплекс утренней гимнастики.
44. Самоконтроль с применением антропометрических измерений (рассказать, продемонстрировать и оценить).
45. Самоконтроль с применением функциональной пробы (рассказать, продемонстрировать и оценить).
45. Самоконтроль с применением ортостатической пробы (рассказать, продемонстрировать и оценить).

По дисциплине формами **текущего контроля** являются:

ТК-1, ТК-2, ТК-3, ТК-4—сдача контрольных нормативов, сдача нормативов по специализации.
Итоговый контроль (ИК) – зачёт.

Полный фонд оценочных средств, включающий текущий контроль успеваемости и перечень контрольно-измерительных материалов (КИМ) приведен в приложении к рабочей программе.

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

8.1 Основная литература

1. Чернов И.В. Физическая культура [Текст]: курс лекций для студ. всех спец. и направл. очно. формы обуч. / И.В. Чернов, Н.А. Багута; Новочерк. инж.- мелиор. ин-т.

ДГАУ. – Новочеркасск, 2014. – 174 с. - 40 экз.

2. Чернов И.В. Физическая культура [Электронный ресурс]: курс лекций для студ. всех спец. и на- правлен.очно. формы обуч. / И.В. Чернов, Н.А. Багута; -Новочерк. гос. мелиор. ин-т. каф. физвоспитания. - Электрон. дан.- Новочеркасск, 2014.- ЖМД; PDF; 1,16 МБ.-Систем. требования: IBM PC. Windows 7. AdobeAcrobat 9.-Загл.с экрана.

3. МуллерА.Б.Физическая культура [Текст]: учебник для вузов / А.Б. Муллер [и др.]. – М.:Юрайт, 2013. – 424 с. – (Бакалавр. Базовый курс). – ISBN 978-5-9916-2920-1 : 371-25. 50 экз.

8.2 Дополнительная литература

1. Чернов И.В. Физическая культура. Тяжелая атлетика [Электронный ресурс]: практикум для студ.

1 курса всех спец. \ И.В. Чернов; Новочерк. гос. мелиор. акад. каф.физвоспитания. - Электрон. дан.- Новочеркасск, 2014. – ЖМД; PDF; 1 МБ. – Систем.требования: IBMPC. Windows 7/ AdobeAcrobat 9/-Загл. с экрана.

2. Фетисова Н.Н. Физическая культура. Гандбол [Текст] : практикум для проведения практических занятий для студентов I-IIIкурсов всех спец. и направл. очн. формы обуч. / Н.Н. Фетисова; Новочерк. инж.- мелиор. ин-т ДГАУ. – Новочеркасск, 2014.-150 с. 40 экз.

3. Фетисова Н.Н. Физическая культура. Гандбол [Электронный ресурс]: практикум для проведения практических занятий для студентов I-IIIкурсов всех спец. и направл. очн. формы обуч. / Н.Н. Фетисова; Новочерк. гос. мелиор. ин-т, каф.физвоспитания. - Электрон.дан. – Новочеркасск, 2014. – ЖМД; PDF; 1,15 МБ.- Систем.требования: IBMPC. Windows 7. AdobeAcrobat 9/-Загл. с экрана.

4. Багута Н.А. Физическая культура. Настольный теннис [Текст] : практикум для проведения прак- тических занятий для студентов I-IIIкурсов всех спец. и направл. очн. формы обуч. /Н.А. Багута, О.В. Нама- зова, В.В. Григорова В.В. ; Новочерк. инж.-мелиор. ин-т ДГАУ. – Новочеркасск, 2014. – 328 с. 40 экз.

5. Багута Н.А. Физическая культура. Настольный теннис [Электронный ресурс]: практикум для про- ведения практических занятий для студентов I-IIIкурсов всех спец. и направл. очн. формы обуч. / Н.А. Ба- гута; Новочерк. инж.-мелиор. ин-т, каф. физвоспитания. -Электрон.дан.- Новочеркасск, 2014.-ЖМД; PDF; 11,5 МБ.-Систем. требования: IBMPC. Windows 7. AdobeAcrobat 9/- Загл. с экрана.

6. Чеснова Е.Л. Физическая культура: учебное пособие [Электронный ресурс] / Е.Л. Чеснова. – М.: Директ-Медиа, 2013. – Режим доступа <http://biblioclub.ru/>. 23.04.2015

7. Чернов И.В. Физическая культура. Атлетическая гимнастика [Текст]: практикум для проведения практических занятий для студентов I-III курсов всех спец. и направл. очн. формы обуч. / И.В.Чернов, М.В. Чернов; гос. инж.-мелиор. ин-т., каф. физического воспитания. – Новочеркасск, 2014. – 90с.

8. Чернов И.В. Физическая культура. Атлетическая гимнастика [Электронный ресурс]: практикум для проведения практических занятий для студентов I-III курсов всех спец. и направл. очн. формы обуч. / И.В. Чернов, М.В. Чернов; - Новочерк. гос. мелиор. ин-т., каф.физвоспитания. - Электрон.дан.- Новочер- касск, 2014.-ЖМД; PDF; 524 КБ.-Систем. требования: IBMPC. Windows 7. AdobeAcrobat 9/-Загл. с экрана.

9. Чикина Е.В. Методы организации АФК (адаптивной физической культуры) в НИМИ ДГАУ [Текст]:метод. рекомендации для преподавателей, ведущих занятия со студ., имеющими инвалидность / Новочерк. инж.-мелиор. ин-т ДГАУ. каф. физ. воспитания; сост. Е.В. Чикина, Л.В. Толстик, И.В. Чернов. 2015. – Новочеркасск, 2015. – 20 с. 20 экз.

10. Чикина Е.В. Методы организации АФК (адаптивной физической культуры) в НИМИ ДГАУ [Текст]:метод. рекомендации для преподавателей, ведущих занятия со студ., имеющими инвалидность / Новочерк. инж.-мелиор. ин-т ДГАУ. каф. физ. воспитания; сост. Е.В. Чикина, Л.В. Толстик, И.В. Чернов. – ЖМД; PDF; 0,53 МБ. - Систем.требования: IBM PC. Windows 7. AdobeAcrobat 9.-Загл.с экрана.

11. Григорова В.В. Физическая культура. Ритмическая гимнастика [Текст]:

практикум для студ. I-III курсов всех спец. и направл. оч. формы обуч. / В.В. Григорова, Н.А. Багута, О.В. Намазова,; Новочерк. инж.-мелиор. ин-т ДГАУ. – Новочеркасск, 2014. – 119 с.- б/ц 44 экз.

12. Григорова В.В. Физическая культура. Ритмическая гимнастика [Электронный ресурс]: практи- кум для проведения практических занятий для студентов I-III курсов всех спец. и направл. очн. формы обуч. В.В.Григорова; Новочерк. инж.-мелиор. ин-т, каф. физвоспитания. -Электрон. дан.- Новочеркасск, 2014.-ЖМД; PDF; 11,5 МБ.-Систем. требования: IBM PC. Windows 7. AdobeAcrobat 9.- Загл. с экрана.

8.3 Современные профессиональные базы и информационные справочные системы

Наименование ресурса	Режим доступа
официальный сайт НИМИ с доступом в электронную библиотеку	www.ngma.su
Российская государственная библиотека (фонд электронных документов)	https://www.rsl.ru/
Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» Раздел Математика и естественно-научное образование	http://window.edu.ru/
Портал учебников и диссертаций	https://scicenter.online/
Университетская информационная система Россия (УИС Россия)	https://uisrussia.msu.ru/
Электронная библиотека "научное наследие России"	http://e-heritage.ru/index.html
Электронная библиотека учебников	http://studentam.net/
Справочная система «Консультант плюс»	Соглашение OVS для решений ES #V2162234
Справочная система «e-library»	Лицензионный договор SCIENCEINDEX №SIO-13947/34486/2016 от 03.03.2016 г

Перечень договоров ЭБС образовательной организации на 2019-20 уч. год

Наименование документа с указанием реквизитов	Срок действия документа
Договор № 354 на оказание услуг по предоставлению доступа к электронным изданиям от 05.03.2019 г. с ООО «ЭБС Лань»	с 14.06.2019 г. по 13.06.2020 г.
Договор № 001-01/19 об оказании информационных услуг от 14.01.2019 г. с ООО «НексМедиа»	с 14.01.2019 г. по 19.01.2020 г.
Дополнительное соглашение № 1 к договору № 5 от 08.02.2019 г. на оказание услуг по предоставлению доступа к электронным изданиям с ООО «ЭБС Лань»	с 20.02.2019 г. по 20.02.2020 г.
Договор № р08/11 на оказание услуг по предоставлению доступа к электронным изданиям от 30.11.2017 г. с ООО «Издательство Лань»	с 30.11.2017 г. по 31.12.2025 г.
Договор № 5 на оказание услуг по предоставлению доступа к электронным изданиям от 08.02.2019 г. с ООО «ЭБС Лань»	с 20.02.2019 г. по 20.02.2020 г.
Договор № 48-п на передачу произведения науки и неисключительных прав на его использовании от 27.04.2018 г. с ФГБНУ «РосНИИПМ»	с 27.04.2018г. до окончания неисключительных прав на произведение

8.4 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

1.Положение о промежуточной аттестации обучающихся по программам высшего образования [Электронный ресурс] (введено в действие приказом директора НИМИ Донской ГАУ №3-ОД от 18.01.2017 г.) /Новочерк. инж.-мелиор. ин-т Донской ГАУ.-Электрон. дан.- Новочеркасск, 2018.- Режим доступа: <http://www.ngma.su>

2. Положение о текущей аттестации обучающихся в НИМИ ДГАУ [Электронный ресурс] (введено в действие приказом директора №119 от 14 июля 2015 г.) / Новочерк. инж.-мелиор. ин-т Донской ГАУ.-Электрон. дан.- Новочеркасск, 2015.- Режим доступа: <http://www.ngma.su>

3.Типовые формы титульных листов текстовой документации, выполняемой студентами в учебном процессе [Электронный ресурс] / Новочерк. инж.-мелиор. ин-т Донской ГАУ.-Электрон. дан.- Новочеркасск, 2015.- Режим доступа: <http://www.ngma.su>

8.5 Перечень информационных технологий и программного обеспечения, используемых при осуществлении образовательного процесса

Перечень лицензионного программного обеспечения	Реквизиты подтверждающего документа
Программная система для обнаружения текстовых заимствований в учебных и научных работах «Антиплагиат. ВУЗ» (интернет-версия); Модуль «Программный комплекс поиска текстовых заимствований в открытых источниках сети интернет»	Лицензионный договор № 662 от 22.01.2019 г. ЗАО «Анти-Плагиат» (с 22.01.2019 г. по 22.01.2020 г.).
Microsoft. Desktop Education ALNG LicSAPk OLVS E 1Y AcademicEdition Enterprise (MS Windows XP,7,8, 8.1, 10; MS Office professional; MS Windows Server)	Сублицензионный договор № Tr000302420 от 21.11.2018 г. АО «СофтЛайн Трейд» (с 21.11.2018 г. по 31.12.2019 г.) Сублицензионный договор № Tr000302417 от 21.11.2018 г. АО «СофтЛайн Трейд» (с 21.11.2018 г. по 31.12.2019 г.)
Dr.Web@Desktop Security Suite Антивирус + ЦУ	Государственный (муниципальный) контракт № РГА05210005 от 21.05.2019 г. на передачу неисключительных прав на использование программ для ЭВМ ООО «Компания ГЭНДАЛЬФ» (с 21.05.2019 г. по 21.05.2020 г.)
АИБС «МАРК-SQL»	Лицензионное соглашение на использование АИБС «МАРК-SQL» и/или АИБС «МАРК-SQL Internet» № 270620111290 от 27.06.2011 г. ЗАО «НПО «ИНФОРМ-СИСТЕМА» (бессрочно).

9. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, ауд. 2505, корп. 2 (на 68 посадочных мест) по адресу: 346428, Ростовская область, г. Новочеркасск, ул. Пушкинская, 111	Специальное помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления информации большой аудитории: - Набор демонстрационного оборудования (переносной): экран – 1 шт., проектор – 1 шт. нетбук – 1 шт.; - Учебно-наглядные пособия; - Рабочие места студентов; - Рабочее место преподавателя.
Учебная аудитория для проведения практических занятий: ауд. 5, спортивный зал (игровой), главный корпус по адресу: 346428, Ростовская область, г. Новочеркасск, ул. Пушкинская, 111.	Специальное помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления информации большой аудитории:

Учебная аудитория для проведения практических занятий: ауд. 5, спортивный зал (игровой), главный корпус по адресу: 346428, Ростовская область, г. Новочеркасск, ул. Пушкинская, 111.	– Набор демонстрационного оборудования (переносной): экран – 1 шт., проектор – 1 шт., нетбук – 1 шт.; – Кольцо баскетбольное амортизирующие профессиональное – 2 шт.; – Сетка волейбольная, черная обшита тентом с 4-х сторон, с тросом – 1 шт.; – Судейский стол – 6 шт.; – Акустическая система Oniks MG6 – 1 шт.; – Судейская вышка волейбол – 1 шт.; – Мишень дартс – 3 шт.; – Робот Ви-981 – 1 шт.; – Сетка волейбольная профессиональная для соревнований с тросом – 1 шт.; – Стойка волейбольная проф. универсальная телескопическая – 1 шт.; – Стол теннисный (зел.) без сетки – 2 шт.; – Стол теннисный «EXSPERT» – 1 шт.; – Стенка гимнастическая шведская – 3 шт.; – Доска – 1 шт.; – Рабочие места студентов; Рабочее место преподавателя.
Учебная аудитория для проведения практических занятий, ауд. 8, для занятий специальных медицинских групп, занятий адаптивной физической культурой, спортивно-оздоровительный центр, по адресу: 346400, Ростовская область, г. Новочеркасск, пр-т Платовский, 37	Специальное помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления информации большой аудитории: – Набор демонстрационного оборудования (переносной): экран – 1 шт., проектор – 1 шт., нетбук – 1 шт.; – Тренажер для косых мышц живота – 1 шт.; – Тренажер для мышц бицепса – 1 шт.; – Тренажер для мышц груди (на плитах) – 1 шт.; – Тренажер для мышц спины (тяга сверху на плитах) – 1 шт.; – Тренажер для пресса ПС-24 – 1 шт.; – Тренажер для спины разборный – 1 шт.; – Тренажер комбинированный – 1 шт.; – Тренажер на сведение ног (на плитах) – 1 шт.; – Тренажер на сведение ног (на плитах) ПС17 – 1 шт.; – Тренажер для дельтовидной мышцы плеча – 1 шт.; – Тренажер для мышц спины (тяга спереди на плитах) – 1 шт.; – Тренажер для пресса (римский стул) – 1 шт.; – Блок-рама свобод. вес/на плитах – 1 шт.; – Вибротренажер – 1 шт.; – Мастер-жим (сгибатель-разгибатель) – 1 шт.; – Римский стул – 1 шт.; – Скамья для жима (с регулируемой спинкой) – 1 шт.; – Супержим (жим ногами универсальный) – 1 шт.; – Тренажер для бицепса (парта – 1 шт.); – Мультижим – 1 шт.;

	– Доска – 1 шт.; – Рабочие места студентов; – Рабочее место преподавателя.
Помещение для хранения и профилактического обслуживания спортивного инвентаря, ауд. 6 по адресу: 346428, Ростовская область, г. Новочеркасск, ул. Пушкинская, 111	Помещение укомплектовано специализированной мебелью, для хранения и профилактического обслуживания спортивного инвентаря: мячи для настольного тенниса, ракетки для настольного тенниса, сетки для волейбола, шахматы, гантели, гири.

10. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ

Содержание дисциплины и условия организации обучения для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов корректируются при наличии таких обучающихся в соответствии с индивидуальной программой реабилитации инвалида, а так же методическими рекомендациями по организации образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в образовательных организациях высшего образования (утв. Минобрнауки России 08.04.2014 №АК-44-05 вн), Положением о методике оценки степени возможности включения лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов в общий образовательный процесс (НИМИ, 2015); Положением об обучении лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов в Новочеркасском инженерно-мелиоративном институте (НИМИ, 2015), Порядком проведения и объём подготовки по физической культуре при освоении образовательной программы инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья (НИМИ, 2015); Порядок проведения и объём подготовки по физической культуре по образовательным программам высшего образования при очной и заочной формах обучения (НИМИ, 2015).

Дополнения и изменения одобрены на заседании кафедры « 28 » августа 2018 г.

Заведующий кафедрой ФВ



(подпись)

Чернов И.В.

(Ф.И.О.)

внесенные изменения утверждаю: «30 » августа 2018 г.

Декан факультета БиСТ



(подпись)

Носкова Е.А.

(Ф.И.О.)

11. ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ В РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ

В рабочую программу на 2018 – 2019 учебный год вносятся изменения - обновлено и актуализировано содержание следующих разделов и подразделов рабочей программы:

7. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ ДЛЯ СТУДЕНТОВ ОСНОВНОГО И СПОРТИВНОГО УЧЕБНЫХ ОТДЕЛЕНИЙ (МУЖЧИНЫ)

Нормативы	5	4	3	2	1
Бег 100 м	13,2	13,6	14,0	14,3	14,6
Бег 1000 м	3,10	3,20	3,35	4,00	4,30
Бег 3000 м	12,0	12,35	13,10	13,50	14,30
12-ти минутный бег	2750	2500	2200	2100	<2100
Прыжок (длина), см	250	240	230	223	215
Прыжок (высота), см	55	50	45	40	35
Тройной прыжок, см	730	700	650	630	600
Подтягивание	15	12	9	7	5
Сгибание рук в уп/бр.	15	12	9	7	5
Подъем туловища за 1 мин.	50	45	40	35	30
Толкание ядра	850	800	770	730	670
Метание гранаты	45	40	35	30	25
Прыжок в длину с разбега	480	460	435	410	390
Приседание на одной ноге	12	10	8	6	4

КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ ДЛЯ СТУДЕНТОВ ОСНОВНОГО И СПОРТИВНОГО УЧЕБНЫХ ОТДЕЛЕНИЙ (ЖЕНЩИНЫ)

Нормативы	5	4	3	2	1
Бег 100 м	15,7	16,0	17,0	17,9	18,7
Бег 500 м	1,42	1,50	2,0	2,15	2,35
Бег 2000 м	10,15	10,50	11,15	11,50	12,15
12-ти минутный бег	2300	2100	1900	1600	<1600
Прыжок (длина), см	190	180	168	160	150
Прыжок (высота), см	40	35	30	25	20
Тройной прыжок, см	540	510	495	468	446
Подтягивание	13	8	6	4	2
Сгибание рук в уп/бр.	30	20	15	10	5
Подъем туловища за 1 мин.	40	35	30	25	20
Толкание ядра	650	600	550	500	430
Прыжок в длину с разбега	365	350	325	300	280
Приседание на одной ноге	10	8	6	4	2

КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ ДЛЯ СТУДЕНТОВ ЗАНИМАЮЩИХСЯ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ.

Нормативы	Мужчины	Женщины
Бег 30-60 м	По медицинским показаниям	
Оздоровительный бег с переходом на ходьбу (без учета времени)	2500-3000 м	2000-2500 м
Оздоровительный бег	10-12 мин	10 мин

(ходьба)		
Прыжок (длина), см	По медицинским показаниям	
Прыжок (высота), см	По медицинским показаниям	
Подтягивание	По медицинским показаниям	
Подъем туловища	Без учета времени	
Наклон вперед из положения сидя с касанием пола	Удержание позы 3 сек	
Удержание равновесия	10-26 сек	
Подъем ног из положения лежа до угла 90°	15-20 повторений	
Приседание у стены (упор спины о стену)	1,00 – 1,30 мин	1,00 – 1,20 мин

Примечание: В контрольных тестах возможны изменения, в зависимости от наличия инвентаря и погодных условий.

Вопросы для проведения промежуточной аттестации в форме зачёта:

35. Предупреждение травматизма во время занятий физической культурой.
36. Общие требования безопасности при проведении занятий по гимнастике.
37. Общие требования безопасности при проведении занятий по легкой атлетике.
38. Общие требования безопасности при проведении занятий по лыжному спорту.
39. Общие требования по безопасности при проведении занятий по плаванию.
40. Общие требования безопасности при проведении занятий по подвижным и спортивным играм. Рас- сказать на примере одной из игр.
41. Общие требования безопасности при проведении спортивных соревнований.
42. История Олимпийских игр и их значение.
43. Общие требования безопасности при проведении занятий в тренажерном зале.
44. Общие требования безопасности при организации и проведении туристских походов.
45. Эксплуатационно-технические требования к одежде, обуви, спортивному инвентарю и местам занятий физической культурой и спортом, обеспечивающие удобство и безопасность.
46. Профилактические меры, исключающие возможность получения теплового удара во время приема солнечных ванн. Ваши действия, если это случилось.
47. Профилактические меры, исключающие обморожение. Ваши действия, если это случилось.
48. Что вы знаете о XXII Олимпийских играх?
49. Что лежит в основе отказа от вредных привычек (курения, употребления спиртных напитков и нар- котиков), в какой степени это зависит от занятий физическими упражнениями?
50. Средства и методы достижения духовно-нравственного, физического и психического благополучия.
51. Какими должны быть тренировочные нагрузки при выполнении физических упражнений?
52. В чем заключаются признаки утомления и переутомления? Меры по их предупреждению.
53. Каким должен быть пульсовый режим при выполнении физических упражнений?
54. Какие виды спорта обеспечивают наибольший прирост в силе? Составить план-конспект одного занятия по избранному виду спорта.
55. С помощью каких физических упражнений можно успешно развивать такое физическое качество, как быстрота?
56. Физиологическая характеристика предстартового состояния и «второго дыхания». Как себя вести в подобных ситуациях?
57. С помощью каких упражнений можно эффективно развивать такое двигательное качество, как выносливость?
58. С какой целью проводится тестирование двигательной подготовленности? При помощи каких тестов определяется развитие силы, выносливости, быстроты?
59. В чем различие объективных и субъективных приемов самоконтроля при выполнении физических упражнений?
60. С помощью каких физических упражнений можно успешно развивать физические

- качества скоростно-силовой направленности?
61. Какое влияние оказывают занятия физической культурой и спортом на репродуктивную функцию человека?
 62. С помощью каких физических упражнений можно успешно развивать такое физическое качество, как гибкость?
 63. Охарактеризуйте современные системы физических упражнений прикладной направленности.
 64. Раскройте содержание технико-тактических действий в избранном вами виде спорта (баскетбол, волейбол и т.д.).
 65. Как правильно экипировать себя для 2—3-дневного туристского похода?
 66. Какую первую помощь необходимо оказывать пострадавшему, получившему во время занятий физическими упражнениями травму, вызвавшую кровотечение? Выполнить практически конкретные.
 67. Влияние осанки на функционирование внутренних органов в покое и во время выполнения двигательных действий. Изложить содержание и выполнить 3—4 упражнения на формирование правильной осанки.
 68. В чем состоят особенности организации проведения закаливающих процедур в зимнее время года (привести примеры, а если вы это делаете, то расскажите, каким образом). 35. Составить (написать) положение о проведении одного из видов соревнований, включенных в школьную спартакиаду («День здоровья», «День бегуна», по подвижным играм, баскетболу, акробатике т. д.). 36. Продемонстрируйте жесты судьи по одной из спортивных игр (волейболу, баскетболу, футболу или хоккею).
 46. В чем состоят особенности организации и проведения закаливающих процедур в осеннее время года? Обосновать рассказ на собственном примере.
 47. Какое воздействие оказывают на сердечно-сосудистую систему человека упражнения
 48. физкультурной минутки? Изложить два-три варианта, продемонстрировать один из них.
 49. Каким требованиям должен отвечать дневник самоконтроля? Методика самоанализа его данных (на).
 50. Разработать комплекс физических упражнений, направленный на коррекцию индивидуального физического развития и двигательных возможностей (лично для себя).
 51. В чем состоят особенности организации и проведения закаливающих процедур в весеннее время года? Обосновать рассказ, используя собственный опыт.
 52. Порядок составления комплекса упражнений утренней гимнастики с учетом вашей медицинской группы (основной, подготовительной, специальной). Составить и продемонстрировать свой комплекс утренней гимнастики.
 53. Самоконтроль с применением антропометрических измерений (рассказать, продемонстрировать и оценить).
 54. Самоконтроль с применением функциональной пробы (рассказать, продемонстрировать и оценить).
 55. Самоконтроль с применением ортостатической пробы (рассказать, продемонстрировать и оценить).

По дисциплине формами **текущего контроля** являются:

ТК-1, ТК-2, ТК-3, ТК-4—сдача контрольных нормативов, сдача нормативов по специализации.

Итоговый контроль (ИК) – зачёт.

Полный фонд оценочных средств, включающий текущий контроль успеваемости и перечень контрольно-измерительных материалов (КИМ) приведен в приложении к рабочей программе.

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

8.1 Основная литература

4. Чернов И.В. Физическая культура [Текст]: курс лекций для студ. всех спец. и направлен. очно. формы обуч. / И.В. Чернов, Н.А. Багута; Новочерк. инж.- мелиор. ин-т. ДГАУ. – Новочеркасск, 2014. – 174 с. - 40экз.

5. Чернов И.В. Физическая культура [Электронный ресурс]: курс лекций для студ. всех спец. и на- правлен.очно. формы обуч. / И.В. Чернов, Н.А. Багута; -Новочерк. гос. мелиор. ин-т. каф. физвоспитания. - Электрон. дан.- Новочеркасск, 2014.- ЖМД; PDF; 1,16 МБ.-Систем. требования: IBM PC. Windows 7. AdobeAcrobat 9.-Загл.сэкрана.
6. МуллерА.Б.Физическая культура [Текст]: учебник для вузов / А.Б. Муллер [и др.]. – М.:Юрайт, 2013. – 424 с. – (Бакалавр. Базовый курс). – ISBN 978-5-9916-2920-1 : 371-25. 50экз.

8.2 Дополнительная литература

13. ЧерновИ.В.Физическаякультура.Тяжелаяатлетика[Электронныйресурс]:практикумдлястуд. 1 курса всех спец. \ И.В. Чернов; Новочерк. гос. мелиор. акад. каф.физвоспитания. - Электрон. дан.- Новочеркасск, 2014. – ЖМД; PDF; 1 МБ. – Систем.требования: IBMPC. Windows 7/ AdobeAcrobat 9/-Загл. с экрана.
14. Фетисова Н.Н. Физическая культура. Гандбол [Текст] : практикум для проведения практических занятий для студентов I-III курсов всех спец. и направл. очн. формы обуч. / Н.Н. Фетисова; Новочерк. инж.- мелиор. ин-т ДГАУ. – Новочеркасск, 2014.-150 с. 40экз.
15. Фетисова Н.Н. Физическая культура. Гандбол [Электронный ресурс]: практикум для проведения практических занятий для студентов I-III курсов всех спец. и направл. очн. формы обуч. / Н.Н. Фетисова; Новочерк. гос. мелиор. ин-т, каф.физвоспитания. - Электрон.дан. – Новочеркасск, 2014. – ЖМД; PDF; 1,15 МБ.- Систем.требования: IBMPC. Windows 7. AdobeAcrobat 9/-Загл. сэкрана.
16. Багута Н.А. Физическая культура. Настольный теннис [Текст] : практикум для проведения прак- тических занятий для студентов I-III курсов всех спец. и направл. очн. формы обуч. /Н.А. Багута, О.В. Нама- зова, В.В. Григорова В.В. ; Новочерк. инж.-мелиор. ин-т ДГАУ. – Новочеркасск, 2014. – 328 с. 40экз.
17. Багута Н.А. Физическая культура. Настольный теннис [Электронный ресурс]: практикум для про- ведения практических занятий для студентов I-III курсов всех спец. и направл. очн. формы обуч. / Н.А. Ба- гута; Новочерк. инж.-мелиор. ин-т, каф. физвоспитания. - Электрон.дан.- Новочеркасск, 2014.-ЖМД; PDF; 11,5 МБ.-Систем. требования: IBMPC. Windows 7. AdobeAcrobat 9/- Загл. сэкрана.
18. Чеснова Е.Л. Физическая культура: учебное пособие [Электронный ресурс] / Е.Л. Чеснова. – М.: Директ-Медиа, 2013. – Режим доступа <http://biblioclub.ru/.23.04.2015>
19. Чернов И.В. Физическая культура. Атлетическая гимнастика [Текст]: практикум для проведения практических занятий для студентов I-III курсов всех спец. и направл. очн. формы обуч. / И.В.Чернов, М.В. Чернов; гос. инж.-мелиор. ин-т., каф. физического воспитания. – Новочеркасск, 2014. –90с.
20. Чернов И.В. Физическая культура. Атлетическая гимнастика [Электронный ресурс]: практикум для проведения практических занятий для студентов I-III курсов всех спец. и направл. очн. формы обуч. / И.В. Чернов, М.В. Чернов; - Новочерк. гос. мелиор. ин-т., каф.физвоспитания. - Электрон.дан.- Новочер- касск, 2014.-ЖМД; PDF; 524 КБ.-Систем. требования: IBMPC. Windows 7. AdobeAcrobat 9/-Загл. сэкрана.
21. Чикина Е.В. Методы организации АФК (адаптивной физической культуры) в НИМИДГАУ [Текст]:метод. рекомендации для преподавателей, ведущих занятия со студ., имеющими инвалидность / Новочерк. инж.-мелиор. ин-т ДГАУ. каф. физ. воспитания; сост. Е.В. Чикина, Л.В. Толстик, И.В. Чернов. 2015. – Новочеркасск, 2015. – 20 с. 20 экз.
22. Чикина Е.В. Методы организации АФК (адаптивной физической культуры) в НИМИ ДГАУ [Текст]:метод. рекомендации для преподавателей, ведущих занятия со студ., имеющими инвалидность / Новочерк. инж.-мелиор. ин-т ДГАУ. каф. физ. воспитания; сост. Е.В. Чикина, Л.В. Толстик, И.В. Чернов. – ЖМД; PDF; 0,53 МБ. - Систем.требования: IBM PC. Windows 7. AdobeAcrobat 9.-Загл.сэкрана.
23. Григорова В.В. Физическая культура. Ритмическая гимнастика [Текст]: практикум для студ. I-III курсов всех спец. и направл. оч. формы обуч. / В.В. Григорова, Н.А. Багута, О.В. Намазова,; Новочерк. инж.-мелиор. ин-т ДГАУ. – Новочеркасск, 2014. – 119 с.- б/ц 44экз.

24. Григорова В.В. Физическая культура. Ритмическая гимнастика [Электронный ресурс]: практи- кум для проведения практических занятий для студентов I-III курсов всех спец. и направл. очн. формы обуч. В.В.Григорова; Новочерк. инж.-мелиор. ин-т, каф. физвоспитания. -Электрон. дан.- Новочеркасск, 2014.-ЖМД; PDF; 11,5 МБ.-Систем. требования: IBM PC. Windows 7. AdobeAcrobat 9.- Загл. сэкрена.

8.3 Современные профессиональные базы и информационные справочные системы

Наименование ресурса	Режим доступа
официальный сайт НИМИ с доступом в электронную библиотеку	www.ngma.su
Российская государственная библиотека (фонд электронных документов)	https://www.rsl.ru/
Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» Раздел Математика и естественно-научное образование	http://window.edu.ru/
Портал учебников и диссертаций	https://scicenter.online/
Университетская информационная система Россия (УИС Россия)	https://uisrussia.msu.ru/
Электронная библиотека "научное наследие России"	http://e-heritage.ru/index.html
Электронная библиотека учебников	http://studentam.net/
Справочная система «Консультант плюс»	Соглашение OVS для решений ES #V2162234
Справочная система «e-library»	Лицензионный договор SCIENCEINDEX№SIO- 13947/34486/2016 от 03.03.2016 г

Перечень договоров ЭБС образовательной организации на 2019-20 уч. год

Наименование документа с указанием реквизитов	Срок действия документа
Договор № 354 на оказание услуг по предоставлению доступа к электронным изданиям от 05.03.2019 г. с ООО «ЭБС Лань»	с 14.06.2019 г. по 13.06.2020 г.
Договор № 001-01/19 об оказании информационных услуг от 14.01.2019 г. с ООО «НексМедиа»	с 14.01.2019 г. по 19.01.2020 г.
Дополнительное соглашение № 1 к договору № 5 от 08.02.2019 г. на оказание услуг по предоставлению доступа к электронным изданиям с ООО «ЭБС Лань»	с 20.02.2019 г. по 20.02.2020 г.
Договор № р08/11 на оказание услуг по предоставлению доступа к электронным изданиям от 30.11.2017 г. с ООО «Издательство Лань»	с 30.11.2017 г. по 31.12.2025 г.
Договор № 5 на оказание услуг по предоставлению доступа к электронным изданиям от 08.02.2019 г. с ООО «ЭБС Лань»	с 20.02.2019 г. по 20.02.2020 г.
Договор № 48-п на передачу произведения науки и неисключительных прав на его использовании от 27.04.2018 г. с ФГБНУ «РосНИИПМ»	с 27.04.2018г. до окончания неисключительных прав на произведение

8.4 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

1.Положение о промежуточной аттестации обучающихся по программам высшего образования [Электронный ресурс] (введено в действие приказом директора НИМИ Донской ГАУ №3-ОД от 18.01.2017 г.) /Новочерк. инж.-мелиор. ин-т Донской ГАУ.-Электрон. дан.- Новочеркасск, 2018.- Режим доступа: <http://www.ngma.su>

2. Положение о текущей аттестации обучающихся в НИМИ ДГАУ [Электронный ресурс] (введено в действие приказом директора №119 от 14 июля 2015 г.) / Новочерк. инж.-мелиор. ин-т Донской ГАУ.-Электрон. дан.- Новочеркасск, 2015.- Режим доступа: <http://www.ngma.su>

3.Типовые формы титульных листов текстовой документации, выполняемой студентами в учебном процессе [Электронный ресурс] / Новочерк. инж.-мелиор. ин-т Донской ГАУ.-Электрон. дан.- Новочеркасск, 2015.- Режим доступа: <http://www.ngma.su>

8.5 Перечень информационных технологий и программного обеспечения, используемых при осуществлении образовательного процесса

Перечень лицензионного программного	
-------------------------------------	--

обеспечения	Реквизиты подтверждающего документа
Программная система для обнаружения текстовых заимствований в учебных и научных работах «Антиплагиат. ВУЗ» (интернет-версия); Модуль «Программный комплекс поиска текстовых заимствований в открытых источниках сети интернет»	Лицензионный договор № 662 от 22.01.2019 г. ЗАО «Анти-Плагиат» (с 22.01.2019 г. по 22.01.2020 г.).
Microsoft. Desktop Education ALNG LicSAPk OLVS E 1Y AcademicEdition Enterprise (MS Windows XP,7,8, 8.1, 10; MS Office professional; MS Windows Server)	Сублицензионный договор № Tr000302420 от 21.11.2018 г. АО «СофтЛайн Трейд» (с 21.11.2018 г. по 31.12.2019 г.) Сублицензионный договор № Tr000302417 от 21.11.2018 г. АО «СофтЛайн Трейд» (с 21.11.2018 г. по 31.12.2019 г.)
Dr.Web@Desktop Security Suite Антивирус + ЦУ	Государственный (муниципальный) контракт № РГА05210005 от 21.05.2019 г. на передачу неисключительных прав на использование программ для ЭВМ ООО «Компания ГЭНДАЛЬФ» (с 21.05.2019 г. по 21.05.2020 г.)
АИБС «МАРК-SQL»	Лицензионное соглашение на использование АИБС «МАРК-SQL» и/или АИБС «МАРК-SQL Internet» № 270620111290 от 27.06.2011 г. ЗАО «НПО «ИНФОРМ-СИСТЕМА» (бессрочно).

9. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

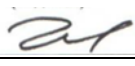
Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, ауд. 2505, корп. 2 (на 68 посадочных мест) по адресу: 346428, Ростовская область, г. Новочеркасск, ул. Пушкинская, 111	Специальное помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления информации большой аудитории: - Набор демонстрационного оборудования (переносной): экран – 1 шт., проектор – 1 шт. нетбук – 1 шт.; - Учебно-наглядные пособия; - Рабочие места студентов; - Рабочее место преподавателя.
Учебная аудитория для проведения практических занятий: ауд. 5, спортивный зал (игровой), главный корпус по адресу: 346428, Ростовская область, г. Новочеркасск, ул. Пушкинская, 111.	Специальное помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления информации большой аудитории:

Учебная аудитория для проведения практических занятий: ауд. 5, спортивный зал (игровой), главный корпус по адресу: 346428, Ростовская область, г. Новочеркасск, ул. Пушкинская, 111.	– Набор демонстрационного оборудования (переносной): экран – 1 шт., проектор – 1 шт., нетбук – 1 шт.; – Кольцо баскетбольное амортизирующие профессиональное – 2 шт.; – Сетка волейбольная, черная обшита тентом с 4-х сторон, с тросом – 1 шт.; – Судейский стол – 6 шт.; – Акустическая система Oniks MG6 – 1 шт.; – Судейская вышка волейбол – 1 шт.; – Мишень дартс – 3 шт.; – Робот Ви-981 – 1 шт.; – Сетка волейбольная профессиональная для соревнований с тросом – 1 шт.; – Стойка волейбольная проф. универсальная телескопическая – 1 шт.; – Стол теннисный (зел.) без сетки – 2 шт.; – Стол теннисный «EXSPERT» – 1 шт.; – Стенка гимнастическая шведская – 3 шт.; – Доска – 1 шт.; – Рабочие места студентов; Рабочее место преподавателя.
Учебная аудитория для проведения практических занятий, ауд. 8, для занятий специальных медицинских групп, занятий адаптивной физической культурой, спортивно-оздоровительный центр, по адресу: 346400, Ростовская область, г. Новочеркасск, пр-т Платовский, 37	Специальное помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления информации большой аудитории: – Набор демонстрационного оборудования (переносной): экран – 1 шт., проектор – 1 шт. нетбук – 1 шт.; – Тренажер для косых мышц живота – 1 шт.; – Тренажер для мышц бицепса – 1 шт.; – Тренажер для мышц груди (на плитах) – 1 шт.; – Тренажер для мышц спины (тяга сверху на плитах) – 1 шт.; – Тренажер для пресса ПС-24 – 1 шт.; – Тренажер для спины разборный – 1 шт.; – Тренажер комбинированный – 1 шт.; – Тренажер на сведение ног (на плитах) – 1 шт.; – Тренажер на сведение ног (на плитах) ПС17 – 1 шт.; – Тренажер для дельтовидной мышцы плеча – 1 шт.; – Тренажер для мышц спины (тяга спереди на плитах) – 1 шт.; – Тренажер для пресса (римский стул) – 1 шт.; – Блок-рама свобод. вес/на плитах – 1 шт.; – Вибротренажер – 1 шт.; – Мастер-жим (сгибатель-разгибатель) – 1 шт.; – Римский стул – 1 шт.;

	– Скамья для жима (с регулируемой спинкой) – 1 шт.; – Супержим (жим ногами универсальный) – 1 шт.; – Тренажер для бицепса (парта – 1 шт.); – Мультижим – 1 шт.; – Доска – 1 шт.; – Рабочие места студентов; – Рабочее место преподавателя.
Помещение для хранения и профилактического обслуживания спортивного инвентаря, ауд. 6 по адресу: 346428, Ростовская область, г. Новочеркасск, ул. Пушкинская, 111	Помещение укомплектовано специализированной мебелью, для хранения и профилактического обслуживания спортивного инвентаря: мячи для настольного тенниса, ракетки для настольного тенниса, сетки для волейбола, шахматы, гантели, гири.

Дополнения и изменения одобрены на заседании кафедры « 26 » августа 2019 г.

Заведующий кафедрой ФВ


(подпись)

Чернов И.В.
(Ф.И.О.)

внесенные изменения утверждаю: « 26 » августа 2019 г.

Декан факультета БиСТ


(подпись)

Носкова Е.А.
(Ф.И.О.)

11. ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ В РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ

В рабочую программу на весенний семестр 2019 - 2020 учебного года вносятся изменения: дополнено содержание следующих разделов и подразделов рабочей программы:

8.3 Современные профессиональные базы и информационные справочные системы

Перечень договоров ЭБС образовательной организации на 2019-20 уч. год

Учебный год	Наименование документа с указанием реквизитов	Срок действия документа
2019/2020	Договор № 11/2020 на оказание услуг по предоставлению доступа к электронным экземплярам произведений научного, учебного характера, составляющим базу данных ЭБС «ЛАНЬ» от 11.02.2020 г. с ООО «ЭБС ЛАНЬ»	с 20.02.2020 г. по 20.02.2021 г.
2019/2020	Договор № СЭБ № НВ-171 на оказание услуг от 18.12.2019 г. с ООО «ЭБС ЛАНЬ»	с 18.12.2019 г. по 31.12.2022 г.
2019/2020	Договор № 501-01/20 об оказании информационных услуг от 22.01.2020 г. с ООО «НексМедиа»	с 20.01.2020 г. по 19.01.2026 г.
2019/2020	Договор № 10 на оказание услуг по предоставлению доступа к электронным изданиям от 28.10.2019 г. с ООО «ЭБС Лань»	с 28.10.2019 г. по 28.10.2020 г.

8.5 Перечень информационных технологий и программного обеспечения, используемых при осуществлении образовательного процесса

Перечень лицензионного программного обеспечения	Реквизиты подтверждающего документа
с 01.09.2019 г. по 31.08.2020 г.	
Программная система для обнаружения текстовых заимствований в учебных и научных работах «Антиплагиат. ВУЗ» версии 3.3»; Программное обеспечение «Модуль поиска текстовых заимствований «Объединенная коллекция»	Лицензионный договор № 1446 от 03.02.2020 г. АО «Антиплагиат» (с 03.02.2020 г. по 03.02.2021 г.).
Microsoft. Desktop Education ALNG LicSAPk OLVS E 1Y AcademicEdition Enterprise	Сублицензионный договор № Tr000418096/44 от 20.12.2019 г. АО «СофтЛайн Трейд» (с 20.12.2019 г. по 20.12.2020 г.) Сублицензионный договор № Tr000418096/45 от 20.12.2019 г. АО «СофтЛайн Трейд» (с 20.12.2019 г. по 20.12.2020 г.)

Дополнения и изменения одобрены на заседании кафедры « 20 » февраля 2020 г.

Заведующий кафедрой ФВ


(подпись)

Чернов И.В.
(Ф.И.О.)

внесенные изменения утверждаю: « 25 » февраля 2020 г.

Декан факультета БиСТ


(подпись)

Стрежкова М.А.
(Ф.И.О.)

11. ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ В РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ

В рабочую программу на 2020 - 2021 учебный год вносятся следующие изменения:

7. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ ДЛЯ СТУДЕНТОВ ОСНОВНОГО И СПОРТИВНОГО УЧЕБНЫХ ОТДЕЛЕНИЙ (МУЖЧИНЫ)

Нормативы	5	4	3	2	1
Бег 100 м	13,2	13,6	14,0	14,3	14,6
Бег 1000 м	3,10	3,20	3,35	4,00	4,30
Бег 3000 м	12,0	12,35	13,10	13,50	14,30
12-ти минутный бег	2750	2500	2200	2100	<2100
Прыжок (длина), см	250	240	230	223	215
Прыжок (высота), см	55	50	45	40	35
Тройной прыжок, см	730	700	650	630	600
Подтягивание	15	12	9	7	5
Сгибание рук в уп/бр.	15	12	9	7	5
Подъем туловища за 1 мин.	50	45	40	35	30
Толкание ядра	850	800	770	730	670
Метание гранаты	45	40	35	30	25
Прыжок в длину с разбега	480	460	435	410	390
Приседание на одной ноге	12	10	8	6	4

КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ ДЛЯ СТУДЕНТОВ ОСНОВНОГО И СПОРТИВНОГО УЧЕБНЫХ ОТДЕЛЕНИЙ (ЖЕНЩИНЫ)

Нормативы	5	4	3	2	1
Бег 100 м	15,7	16,0	17,0	17,9	18,7
Бег 500 м	1,42	1,50	2,0	2,15	2,35
Бег 2000 м	10,15	10,50	11,15	11,50	12,15
12-ти минутный бег	2300	2100	1900	1600	<1600
Прыжок (длина), см	190	180	168	160	150
Прыжок (высота), см	40	35	30	25	20
Тройной прыжок, см	540	510	495	468	446
Подтягивание	13	8	6	4	2
Сгибание рук в уп/бр.	30	20	15	10	5
Подъем туловища за 1 мин.	40	35	30	25	20
Толкание ядра	650	600	550	500	430
Прыжок в длину с разбега	365	350	325	300	280
Приседание на одной ноге	10	8	6	4	2

КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ ДЛЯ СТУДЕНТОВ ЗАНИМАЮЩИХСЯ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ.

Нормативы	Мужчины	Женщины
Бег 30-60 м	По медицинским показаниям	
Оздоровительный бег с переходом на ходьбу (без учета времени)	2500-3000 м	2000-2500 м
Оздоровительный бег (ходьба)	10-12 мин	10 мин
Прыжок (длина), см	По медицинским показаниям	

Прыжок (высота), см	По медицинским показаниям	
Подтягивание	По медицинским показаниям	
Подъем туловища	Без учета времени	
Наклон вперед из положения сидя с касанием пола	Удержание позы 3 сек	
Удержание равновесия	10-26 сек	
Подъем ног из положения лежа до угла 90°	15-20 повторений	
Приседание у стены (упор спины о стену)	1,00 – 1,30 мин	1,00 – 1,20 мин

Примечание: В контрольных тестах возможны изменения, в зависимости от наличия инвентаря и погодных условий.

Вопросы для проведения промежуточной аттестации в форме зачёта:

1. Предупреждение травматизма во время занятий физической культурой.
2. Общие требования безопасности при проведении занятий по гимнастике.
3. Общие требования безопасности при проведении занятий по легкой атлетике.
4. Общие требования безопасности при проведении занятий по лыжному спорту.
5. Общие требования по безопасности при проведении занятий по плаванию.
6. Общие требования безопасности при проведении занятий по подвижным и спортивным играм. Рассказать на примере одной из игр.
7. Общие требования безопасности при проведении спортивных соревнований.
8. История Олимпийских игр и их значение.
9. Общие требования безопасности при проведении занятий в тренажерном зале.
10. Общие требования безопасности при организации и проведении туристских походов.
11. Эксплуатационно-технические требования к одежде, обуви, спортивному инвентарю и местам занятий физической культурой и спортом, обеспечивающие удобство и безопасность.
12. Профилактические меры, исключающие обморожение. Ваши действия, если это случилось.
13. Что вы знаете о XXII Олимпийских играх?
14. Что лежит в основе отказа от вредных привычек (курения, употребления спиртных напитков и наркотиков), в какой степени это зависит от занятий физическими упражнениями?
15. Средства и методы достижения духовно-нравственного, физического и психического благополучия.
16. Профилактические меры, исключающие возможность получения теплового удара во время приема солнечных ванн. Ваши действия, если это случилось.
17. Какими должны быть тренировочные нагрузки при выполнении физических упражнений?
18. В чем заключаются признаки утомления и переутомления? Меры по их предупреждению.
19. Каким должен быть пульсовый режим при выполнении физических упражнений?
20. Какие виды спорта обеспечивают наибольший прирост в силе? Составить план-конспект одного занятия по избранному виду спорта.
21. С помощью каких физических упражнений можно успешно развивать такое физическое качество, как быстрота?
22. Физиологическая характеристика предстартового состояния и «второго дыхания». Как себя вести в подобных ситуациях?
23. С помощью каких упражнений можно эффективно развивать такое двигательное качество, как выносливость?
24. С какой целью проводится тестирование двигательной подготовленности? При помощи

каких тестов определяется развитие силы, выносливости, быстроты?

25. В чем различие объективных и субъективных приемов самоконтроля при выполнении физических упражнений?

26. С помощью каких физических упражнений можно успешно развивать физические качества скоростно-силовой направленности?

27. Какое влияние оказывают занятия физической культурой и спортом на репродуктивную функцию человека?

28. С помощью каких физических упражнений можно успешно развивать такое физическое качество, как гибкость?

29. Охарактеризуйте современные системы физических упражнений прикладной направленности.

30. Раскройте содержание технико-тактических действий в избранном вами виде спорта (баскетбол, волейбол и т. д.).

31. Как правильно экипировать себя для 2—3-дневного туристского похода?

32. Какую первую помощь необходимо оказывать пострадавшему, получившему во время занятий физическими упражнениями травму, вызвавшую кровотечение? Выполнить практически конкретные.

33. Влияние осанки на функционирование внутренних органов в покое и во время выполнения двигательных действий. Изложить содержание и выполнить 3—4 упражнения на формирование правильной осанки.

34. В чем состоят особенности организации проведения закаливающих процедур в зимнее время года (привести примеры, а если вы это делаете, то расскажите, каким образом).

35. Составить (написать) положение о проведении одного из видов соревнований, включенных в школьную спартакиаду («День здоровья», «День бегуна», по подвижным играм, баскетболу, акробатике т. д.).

36. Продемонстрируйте жесты судьи по одной из спортивных игр (волейболу, баскетболу, футболу или хоккею).

37. В чем состоят особенности организации и проведения закаливающих процедур в осеннее время года? Обосновать рассказ на собственном примере.

38. Какое воздействие оказывают на сердечно-сосудистую систему человека упражнения физкультурной минутки? Изложить два-три варианта, продемонстрировать один из них.

39. Каким требованиям должен отвечать дневник самоконтроля? Методика самоанализа его данных (на личном примере).

40. Разработать комплекс физических упражнений, направленный на коррекцию индивидуального физического развития и двигательных возможностей (лично для себя).

41. В чем состоят особенности организации и проведения закаливающих процедур в весеннее время года? Обосновать рассказ, используя собственный опыт.

42. Порядок составления комплекса упражнений утренней гимнастики с учетом вашей медицинской группы (основной, подготовительной, специальной). Составить и продемонстрировать свой комплекс утренней гимнастики.

43. Самоконтроль с применением антропометрических измерений (рассказать, продемонстрировать и оценить).

44. Самоконтроль с применением функциональной пробы (рассказать, продемонстрировать и оценить).

По дисциплине формами **текущего контроля** являются:

ТК-1, ТК-2, ТК-3, ТК-4 – сдача контрольных нормативов, сдача нормативов по специализации.

Итоговый контроль (ИК) – зачет.

Полный фонд оценочных средств, включающий текущий контроль успеваемости и перечень контрольно-измерительных материалов (КИМ) приведен в приложении к рабочей программе.

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

8.1. Основная литература

1. Чернов И.В. Физическая культура [Текст]: курс лекций для студ. всех спец. и направлен. очно. формы обуч. / И.В. Чернов, Н.А. Багута; Новочерк. инж.- мелиор. ин-т. ДГАУ. – Новочеркасск, 2014. – 174 с. - 40 экз.

2. Чернов И.В. Физическая культура [Электронный ресурс]: курс лекций для студ. всех спец. и направлен. очно. формы обуч. / И.В. Чернов, Н.А. Багута; -Новочерк. гос. мелиор. ин-т. каф. физвоспитания. -Электрон. дан.- Новочеркасск, 2014.- ЖМД; PDF; 1,16 МБ.-Систем. требования: IBM PC. Windows 7. Adobe Acrobat 9.-Загл.с экрана. Режим доступа: <http://biblioclub.ru/>. 27.05.2020

3. Муллер А.Б.Физическая культура [Текст]: учебник для вузов / А.Б. Муллер [и др.]. – М. :Юрайт, 2013. – 424 с. – (Бакалавр. Базовый курс). – ISBN 978-5-9916-2920-1 : 371-25. 50 экз.

8.2. Дополнительная литература

1. Чернов И.В. Физическая культура. Тяжелая атлетика [Текст]: практикум для студ. 1 курса всех спец. / И.В. Чернов; Новочерк. гос. мелиор. акад. – Новочеркасск, 2010. – 110 с. 1 экз.

2. Чернов И.В. Физическая культура. Тяжелая атлетика [Электронный ресурс]: практикум для студ. 1 курса всех спец. \ И.В. Чернов; Новочерк. гос. мелиор. акад. каф.физвоспитания. -Электрон. дан.-Новочеркасск, 2014. – ЖМД; PDF; 1 МБ. – Систем.требования: IBMPC. Windows 7/ Adobe Acrobat 9/-Загл. с экрана. Режим доступа: <http://biblioclub.ru/>. 27.05.2020

3. Фетисова Н.Н. Физическая культура. Гандбол [Текст] : практикум для проведения практических занятий для студентов I-III курсов всех спец. и направл. очн. формы обуч. / Н.Н. Фетисова; Новочерк. инж.-мелиор. ин-т ДГАУ. – Новочеркасск, 2014.-150 с. 40 экз.

4. Фетисова Н.Н. Физическая культура. Гандбол [Электронный ресурс]: практикум для проведения практических занятий для студентов I-III курсов всех спец. и направл. очн. формы обуч. / Н.Н. Фетисова; Новочерк. гос. мелиор. ин-т, каф.физвоспитания. -Электрон.дан. – Новочеркасск, 2014. – ЖМД; PDF; 1,15 МБ.- Систем.требования: IBMPC. Windows 7. AdobeAcrobat 9/-Загл. с экрана. Режим доступа: <http://biblioclub.ru/>. 27.05.2020

5. Багута Н.А. Физическая культура. Настольный теннис [Текст] : практикум для проведения практических занятий для студентов I-III курсов всех спец. и направл. очн. формы обуч. /Н.А. Багута, О.В. Намазова, В.В. Григорова В.В. ; Новочерк. инж.-мелиор. ин-т ДГАУ. – Новочеркасск, 2014. – 328 с. 40 экз.

6. Багута Н.А. Физическая культура. Настольный теннис [Электронный ресурс]: практикум для проведения практических занятий для студентов I-III курсов всех спец. и направл. очн. формы обуч. / Н.А. Багута; Новочерк. инж.-мелиор. ин-т, каф. физвоспитания. - Электрон.дан.- Новочеркасск, 2014.-ЖМД; PDF; 11,5 МБ.-Систем. требования: IBMPC. Windows 7. AdobeAcrobat 9/- Загл. с экрана. Режим доступа: <http://biblioclub.ru/>. 27.05.2020

7. Чеснова Е.Л. Физическая культура: учебное пособие [Электронный ресурс] / Е.Л. Чеснова. – М.: Директ-Медиа, 2013. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/>. 27.05.2020

8. Барчуков И.С. Физическая культура и физическая подготовка. [Электронный ресурс]: учебник / И.С. Барчуков, Ю.Н. Назаров, В.Я. Кикоть и др – М.: Юнити-Дана, 2012. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/>. 27.05.2020

9. Чернов И.В. Физическая культура. Атлетическая гимнастика [Текст]: практикум для проведения практических занятий для студентов I-III курсов всех спец. и направл. очн. формы обуч. / И.В.Чернов, М.В. Чернов; гос. инж.-мелиор. ин-т., каф. физического воспитания. – Новочеркасск, 2014. – 90с.

10. Чернов И.В. Физическая культура. Атлетическая гимнастика [Электронный ресурс]:

практикум для проведения практических занятий для студентов I-III курсов всех спец. и направл. очн. формы обуч. / И.В. Чернов, М.В. Чернов; - Новочерк. гос. мелиор. ин-т., каф. физвоспитания. - Электрон. дан.- Новочеркасск, 2014.-ЖМД; PDF; 524 КБ.-Систем. требования: IBMPC. Windows 7. Adobe Acrobat 9/-Загл. с экрана. Режим доступа: <http://biblioclub.ru/>. 27.05.2020

11. Чикина Е.В. Методы организации АФК (адаптивной физической культуры) в НИМИ ДГАУ [Текст]:метод. рекомендации для преподавателей, ведущих занятия со студ., имеющими инвалидность / Новочерк. инж.-мелиор. ин-т ДГАУ. каф. физ. воспитания; сост. Е.В. Чикина, Л.В. Толстик, И.В. Чернов. 2015. – Новочеркасск, 2015. – 20 с. 20 экз.

12. Чикина Е.В. Методы организации АФК (адаптивной физической культуры) в НИМИ ДГАУ [Текст]:метод. рекомендации для преподавателей, ведущих занятия со студ., имеющими инвалидность / Новочерк. инж.-мелиор. ин-т ДГАУ. каф. физ. воспитания; сост. Е.В. Чикина, Л.В. Толстик, И.В. Чернов. – ЖМД; PDF; 0,53 МБ. - Систем. требования: IBM PC. Windows 7. Adobe Acrobat 9.-Загл.с экрана.

13. Григорова В.В. Физическая культура. Ритмическая гимнастика [Текст]: практикум для студ. I-III курсов всех спец. и направл. оч. формы обуч. / В.В. Григорова, Н.А. Багута, О.В. Намазова,; Новочерк. инж.-мелиор. ин-т ДГАУ. – Новочеркасск, 2014. – 119 с.- б/ц 44 экз.

14. Григорова В.В. Физическая культура. Ритмическая гимнастика [Электронный ресурс]: практикум для проведения практических занятий для студентов I-III курсов всех спец. и направл. очн. формы обуч. В.В.Григорова; Новочерк. инж.-мелиор. ин-т, каф. физвоспитания. -Электрон. дан.- Новочеркасск, 2014.-ЖМД; PDF; 11,5 МБ.-Систем. требования: IBM PC. Windows 7. Adobe Acrobat 9.- Загл. с экрана. Режим доступа: <http://biblioclub.ru/>. 27.05.2020

8.3 Перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем

Наименование ресурса	Режим доступа
официальный сайт НИМИ с доступом в электронную библиотеку	www.ngma.su
Российская государственная библиотека (фонд электронных документов)	https://www.rsl.ru/
Бесплатная библиотека ГОСТов и стандартов России	http://www.tehlit.ru/index.htm
Портал учебников и диссертаций	https://scicenter.online/
Университетская информационная система Россия (УИС Россия)	https://uisrussia.msu.ru/
Электронная библиотека "научное наследие России"	http://e-heritage.ru/index.html
Электронная библиотека учебников	http://studentam.net/
Справочная система «e-library»	Лицензионный договор SCIENCEINDEX №SIO-13947/34486/2016 от 03.03.2016 г
Официальный сайт Министерства физической культуры, спорта и туризма РФ	https://minsport.gov.ru/
Официальный сайт Министерства образования и науки РФ	https://minobrnauki.gov.ru/
Официальный сайт ГТО	https://www.gto.ru/

8.4 Перечень договоров ЭБС образовательной организации на 2020-2021 уч. год

Учебный год	Наименование документа с указанием реквизитов	Срок действия документа
2020/2021	Договор № 501-01\20 об оказании информационных	С 20.01.2020 г.

	услуг по предоставлению доступа к базовой коллекции «ЭБС Университетская библиотека онлайн» от 22.01.2020г. с ООО «НексМедиа»	по 19.01.2026
2020/2021	Договор № р08/11 на оказание услуг по предоставлению доступа к электронным изданиям от 30.11.2017 г. с ООО «Издательство Лань» Размещение внутривузовской литературы ДонГАУ на платформе ЭБС Лань	с 30.11.2017 г. по 31.12.2025 г.
2020/2021	Договор № СЭБ №НВ-171 по размещению произведений и предоставлению доступа к разделам ЭБС СЭБ от 18.12.2019 г. с ООО «ЭБС Лань»	С 18.12.2019 по 31.12.2022 с последующей пролонгацией

8.5 Перечень лицензионного программного обеспечения

Перечень лицензионного программного обеспечения	Реквизиты подтверждающего документа
2020г.	
Программная система для обнаружения текстовых заимствований в учебных и научных работах «Антиплагиат. ВУЗ» версии 3.3»; Программное обеспечение «Модуль поиска текстовых заимствований «Объединенная коллекция»	Лицензионный договор № 1446 от 03.02.2020 г. АО «Антиплагиат» (с 03.02.2019 г. по 03.02.2020 г.).
Microsoft. Desktop Education ALNG LicSAPk OLVS E 1Y AcademicEdition Enterprise	Сублицензионный договор № Tr000418096/44 от 20.12.2019 г. АО «СофтЛайн Трейд» (с 20.12.2019 г. по 20.12.2020 г.) Сублицензионный договор № Tr000418096/45 от 20.12.2019 г. АО «СофтЛайн Трейд» (с 20.12.2019 г. по 20.12.2020 г.)
Dr.Web@Desktop Security Suite Антивирус + ЦУ	Государственный (муниципальный) контракт № РГА05210005 от 21.05.2019 г. на передачу неисключительных прав на использование программ для ЭВМ ООО «Компания ГЭНДАЛЬФ» (с 21.05.2019 г. по 31.05.2020 г.)
АИБС «МАРК-SQL»	Лицензионное соглашение на использование АИБС «МАРК-SQL» и/или АИБС «МАРК-SQL Internet» № 270620111290 от 27.06.2011 г. ЗАО «НПО «ИНФОРМ-СИСТЕМА» (бессрочно).

9. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, ауд. 201 (на 148 посадочных мест) по адресу: 346428, Ростовская область, г. Новочеркасск, ул. Пушкинская, 111.	Специальное помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления информации большой аудитории: – Набор демонстрационного оборудования (переносной проектор,
---	---

	экран, ноутбук); – Учебно-наглядные пособия; – Доска – 1 шт.; – Рабочие места студентов; – Рабочее место преподавателя.
Учебная аудитория для проведения практических занятий, ауд. 12, зал тяжёлой атлетики, спортивно-оздоровительный центр, по адресу: 346400, Ростовская область, г. Новочеркасск, пр-т Платовский, 37	Специальное помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления информации большой аудитории: – Набор демонстрационного оборудования (переносной): экран - 1 шт., проектор - 1 шт., нетбук - 1 шт.; – Гриф олимпийский хром. 2200мм. с замками на 660 кг.; – Весы мед.РП-150 МГ; – Гантели разборные (до 49 кг. комплект); – Гири спортивные 32 кг. 2 шт.; – Гриф для пауэрлифтинга с замками; – Гриф усиленный (сложный); – Гриф хромированный для пауэрлифтинга; – Гриф штанги рекордной 3шт.; – Диск обрез.-15 кг. 10шт.; – Комплект для помоста (дерево); – Комплект для помоста (резина); – Пирамида для дисков; – Спортивный тренажер; – Стойка для хранения профессиональных; – гантелей на 5 па МВ 1.10; – Стойка для приседания со штангой; – Штанга тренировочная 101.5 кг 4 шт.; – Доска – 1 шт.; – Рабочие места студентов; – Рабочее место преподавателя.
Учебная аудитория для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации, ауд. 12, зал тяжёлой атлетики, спортивно-оздоровительный центр, по адресу: 346400, Ростовская область, г. Новочеркасск, пр-т Платовский, 37	
Учебная аудитория для проведения практических занятий, ауд. 5, спортивный зал, главный корпус по адресу: 346428, Ростовская область, г. Новочеркасск, ул. Пушкинская, 111	Специальное помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления информации большой аудитории: – Набор демонстрационного оборудования (переносной): экран - 1 шт., проектор - 1 шт., нетбук - 1 шт.; – Кольцо баскетбольное амортизирующие профессиональное - 2 шт.; – Сетка волейбольная, черная обшита тентом с 4-х сторон, с тросом; – Судейский стол - 6 шт.; – Акустическая система Oniks MG6;
Учебная аудитория для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации, ауд. 5, спортивный зал, главный корпус по адресу: 346428, Ростовская область, г. Новочеркасск, ул. Пушкинская, 111	

	– Судейская вышка волейбол; – Мишень дартс – 3 шт.; – Робот Ви-981; – Сетка волейбольная профессиональная для соревнований с тросом; – Стойка волейбольная проф. универсальная телескопическая; – Стол теннисный (зел.) без сетки - 2 шт.; – Стол теннисный «EXSPERT»; – Стенка гимнастическая шведская - 3 шт.; – Доска – 1 шт.; – Рабочие места студентов; – Рабочее место преподавателя.
Учебная аудитория для проведения практических занятий, ауд. 8, для занятий специальных медицинских групп, занятий адаптивной физической культурой, спортивно-оздоровительный центр, по адресу: 346400, Ростовская область, г. Новочеркасск, пр-т Платовский, 37	Специальное помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления информации большой аудитории: – Набор демонстрационного оборудования (переносной): экран - 1 шт., проектор - 1 шт. нетбук - 1 шт.;
Учебная аудитория для проведения практических занятий, ауд. 8, для занятий специальных медицинских групп, занятий адаптивной физической культурой, спортивно-оздоровительный центр, по адресу: 346400, Ростовская область, г. Новочеркасск, пр-т Платовский, 37 зал для занятий специальных медицинских групп	– Тренажер для косых мышц живота; – Тренажер для мышц бицепса; – Тренажер для мышц груди (на плитах); – Тренажер для мышц спины (тяга сверху на плитах); – Тренажер для пресса ПС-24; – Тренажер для спины разборный; – Тренажер комбинированный; – Тренажер на сведение ног (на плитах); – Тренажер на сведение ног (на плитах) ПС17; – Тренажер для дельтовидной мышцы плеча; – Тренажер для мышц спины (тяга спереди на плитах); – Тренажер для пресса (римский стул); – Блок-рама свобод. вес/на плитах; – Вибротренажер; – Мастер-жим (сгибатель-разгибатель); – Римский стул; – Скамья для жима (с регулируемой спинкой); – Супержим (жим ногами универсальный); – Тренажер для бицепса (парта); – Мультижим; – Доска – 1 шт.; – Рабочие места студентов;
Учебная аудитория для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации, ауд. 8, для занятий специальных медицинских групп, занятий адаптивной физической культурой, по адресу: 346400, Ростовская область, г. Новочеркасск, пр-т Платовский, 37	

	– Рабочее место преподавателя.
Учебная аудитория для проведения практических занятий, ауд. 16, спортивный зал, спортивно-оздоровительный центр, по адресу: 346400, Ростовская область, г. Новочеркасск, пр-т Платовский, 37	Специальное помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления информации большой аудитории: – Набор демонстрационного оборудования (переносной): экран - 1 шт., проектор - 1 шт., нетбук - 1 шт.; – Стойки для бадминтона передвижные с грузами (6 шт.); – Щит б/б игровой пластик составной (2 шт. 2 сет.); – Щит б/б тренировочный дерево (6 шт. 6 сет.); – Ворота гандбольные (2 шт.); – Доска – 1 шт.; – Рабочие места студентов; – Рабочее место преподавателя.
Учебная аудитория для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации, ауд. 16, спортивный зал, спортивно-оздоровительный центр, по адресу: 346400, Ростовская область, г. Новочеркасск, пр-т Платовский, 37	
Учебная аудитория для проведения практических занятий, ауд. 17, зал бокса, спортивно-оздоровительный центр, по адресу: 346400, Ростовская область, г. Новочеркасск, пр-т Платовский, 37	Специальное помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления информации большой аудитории: – Набор демонстрационного оборудования (переносной): экран - 1 шт., проектор - 1 шт., нетбук - 1 шт.; – Мешок боксерский; – Подушка настенная для бокса; – Ринг боксерский разборный 7*7, канаты 6*6; – Весы медицинские ВЭМ -150 «Масса К»; – Доска – 1 шт.; – Рабочие места студентов; – Рабочее место преподавателя.
Учебная аудитория для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации, ауд. 17, зал бокса, спортивно-оздоровительный центр, по адресу: 346400, Ростовская область, г. Новочеркасск, пр-т Платовский, 37	
Учебная аудитория для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации, ауд. 23, зал бокса, спортивно-оздоровительный центр, по адресу: 346400, Ростовская область, г. Новочеркасск, пр-т Платовский, 37	
Учебная аудитория для проведения практических занятий, ауд. 25, зал для занятий специальных медицинских групп, спортивно-оздоровительный центр, по адресу: 346400, Ростовская область, г. Новочеркасск, пр-т Платовский, 37	Специальное помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления информации большой аудитории: – Набор демонстрационного оборудования (переносной): экран - 1 шт., проектор - 1 шт., нетбук - 1 шт.; – Миостимулятор; – Мишень дартс 2 шт.; – Гимнастическая стенка шведская 3 шт.; – Доска – 1 шт.; – Рабочие места студентов; – Рабочее место преподавателя.
Учебная аудитория для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации, ауд. 25, зал для занятий специальных медицинских групп, спортивно-оздоровительный центр, по адресу: 346400, Ростовская область, г. Новочеркасск, пр-т Платовский, 37	

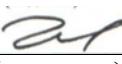
Помещение для самостоятельной работы, ауд.П18 (на 12 посадочных мест) по адресу: 346428, Ростовская область, г. Новочеркасск, ул. Пушкинская, 111	Помещение укомплектовано специализированной мебелью и оснащено компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду НИМИ Донской ГАУ: – Сервер IMANGO – 1 шт.; – Терминальная станция L110 – 12 шт.; – Монитор 22" ЖК Aser – 12 шт.; – Плоттер – 2 шт.; – Сканер – 1 шт.; – Принтер – 1 шт.; – Рабочие места студентов; – Рабочее место преподавателя.
---	---

Дополнения и изменения одобрены на заседании кафедры

Протокол № 1

от «27» августа 2020 г.

Заведующий кафедрой



(подпись)

Чернов И.В.

(Ф.И.О.)

Внесенные изменения утверждаю:

Декан факультета



(подпись)

Стрежкова М.А.

(Ф.И.О.)

В рабочую программу на 2021 - 2022 учебный год вносятся следующие дополнения и изменения - обновлено и актуализировано содержание следующих разделов и подразделов рабочей программы:

8.3 Современные профессиональные базы и информационные справочные системы

Базы данных ООО "Пресс-Информ" (Консультант +)	Договор №01674/2021 от 25.01.2021 ООО "Пресс-Информ" (Консультант +)
Базы данных ООО "Региональный информационный индекс цитирования"	Договор № АК 1185 от 19.03.2021 ООО "Региональный информационный индекс цитирования" (21.03.21 г. по 20.03.22 г.)
Базы данных ООО Научная электронная библиотека	Лицензионный договор № СИО-13947/18016/2020 от 11.09.2020 ООО Научная электронная библиотека
Базы данных ООО "Гросс Систем. Информация и решения"	Контракт № 24/12 от 24.12.2020 ООО "Гросс Систем.Информация и решения"

8.5 Перечень информационных технологий и программного обеспечения, используемых при осуществлении образовательного процесса

Перечень лицензионного программного обеспечения	Реквизиты подтверждающего документа
Microsoft. Desktop Education ALNG LicSAPk OLVS E 1Y AcademicEdition Enterprise (MS Windows XP,7,8, 8.1, 10; MS Office professional; MS Windows Server; MS Project Expert 2010 Professional)	Сублицензионный договор №502 от 03.12.2020 г. АО «СофтЛайн Трейд» (с 03.12.2020 г. по 02.12.2021 г.)
Dr.Web®DesktopSecuritySuiteАнтивирус КЗ+ЦУ	Государственный (муниципальный) контракт № РЦА06150002 от 15.06.2021 г. на передачу неисключительных прав на использование программ для ЭВМ ООО «АЙТИ ЦЕНТ» (с 15.06.2021 г. по 15.06.2022 г.)

Внесенные изменения утверждаю:
Декан факультета

(подпись)

Носкова Е.А.
(Ф.И.О.)