

**Новочеркасский инженерно-мелиоративный институт им. А.К. Кортунова филиал  
ФГБОУ ВО Донской ГАУ**

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета ФБиСТ

В.А. Губачев \_\_\_\_\_

" \_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 2023 г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

|  |  |
|--|--|
| Дисциплины   | <b>Б1.В.ДВ.04.0 Адаптивная физическая культура<br/>7</b>   |
| Направление(я)   | <b>44.03.01 Педагогическое образование</b>   |
| Направленность (и)                                       | <b>Информатика и информационно-коммуникационные технологии (ИКТ)</b>   |
| Квалификация   | <b>бакалавр</b>  |
| Форма обучения   | <b>очная</b>   |
| Факультет  | <b>Факультет механизации</b>   |
| Кафедра  | <b>Физическое воспитание</b>   |
| Учебный план   | <b>2023_44.03.01ikt.plx<br/>44.03.01 Педагогическое образование</b>  |
| ФГОС ВО (3++)<br>направления                             | <b>Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование (приказ Минобрнауки России от 22.02.2018 г. № 121)</b> |
| Общая<br>трудоемкость                                    | <b>328 / 0 ЗЕТ</b>   |
| Разработчик (и):   | <b>ст. препод., Фомина Е.С.</b>  |
| Рабочая программа одобрена на заседании кафедры          | <b>Физическое воспитание</b>   |
| Заведующий кафедрой                                      | <b>Габибов А.Б.</b>  |
| Дата утверждения уч. советом от 26.04.2023 протокол № 8. |  |

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

Общая трудоемкость **0 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 328

в том числе:

аудиторные занятия 184

самостоятельная работа 144

**Распределение часов дисциплины по семестрам**

| Семестр<br>(<Курс>.<Семестр<br>на курсе>) | 2 (1.2) |     | 3 (2.1) |     | 4 (2.2) |     | Итого |     |
|---|---------|-----|---------|-----|---------|-----|-------|-----|
|   | Неделя  |     | 14      |     | 16 4/6  |     |       |     |
| Вид занятий                               | УП      | РП  | УП      | РП  | УП      | РП  | УП    | РП  |
| Практические                              | 64      | 64  | 56      | 56  | 64      | 64  | 184   | 184 |
| В том числе инт.                          | 30      |     | 30      |     | 30      |     | 90    |     |
| Итого ауд.                                | 64      | 64  | 56      | 56  | 64      | 64  | 184   | 184 |
| Контактная работа                         | 64      | 64  | 56      | 56  | 64      | 64  | 184   | 184 |
| Сам. работа                               | 48      | 48  | 48      | 48  | 48      | 48  | 144   | 144 |
| Итого                                     | 112     | 112 | 104     | 104 | 112     | 112 | 328   | 328 |

Виды контроля в семестрах:

|       |       |         |
|-------|-------|---------|
| Зачет | 2,3,4 | семестр |
|-------|-------|---------|

**2. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

|     |   |
|-----|---|
| 2.1 | Целью освоения дисциплины является формирование всех компетенций предусмотренным учебным планом в области физической культуры и спорта, и способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. |
|-----|---|

**3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

|                   |  |            |
|-------------------|--|------------|
| Цикл (раздел) ОП: |  | Б1.В.ДВ.04 |
| <b>3.1</b>        | <b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>   |            |
| 3.1.1             | Дисциплина базируется на знаниях, умениях и навыках приобретенных студентами в ходе обучения, по предмету физическая культура и спорт. |            |
| <b>3.2</b>        | <b>Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>                  |            |
| 3.2.1             | Выполнение, подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы   |            |

**4. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**УК-7 : Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности**

УК-7.1 : Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности

УК-7.2 : Владеет технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья

**5. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

| Код занятия | Наименование разделов и тем /вид занятия/   | Семестр / Курс | Часов | Индикаторы    | Литература   | Интеракт. | Примечание |
|-------------|---|----------------|-------|---------------|--|-----------|------------|
|             | <b>Раздел 1. Раздел 1<br/>Практические занятия</b>  |                |       |               |  |           |            |
| 1.1         | Проведение теста уровня физического здоровья студентов. Приём антропометрических данных. Приём контрольных нормативов. Учебно-тренировочные занятия (УТЗ) по адаптивной физической культуре. /Пр/ | 2              | 64    | УК-7.1 УК-7.2 | Л1.1 Л1.2<br>Л1.3Л2.1<br>Л2.2 Л2.3<br>Л2.4<br>Л2.5Л3.1 | 0         |            |
| 1.2         | Приём контрольных нормативов. УТЗ по специальности практического раздела. /Пр/  | 3              | 56    | УК-7.1 УК-7.2 | Л1.1 Л1.2<br>Л1.3Л2.1<br>Л2.2 Л2.3<br>Л2.4<br>Л2.5Л3.1 | 0         |            |
| 1.3         | Проведение теста уровня физического здоровья студентов. Приём антропометрических данных. Приём контрольных нормативов. Учебно-тренировочные занятия (УТЗ) по адаптивной физической культуре. /Пр/ | 4              | 20    | УК-7.1 УК-7.2 | Л1.1 Л1.2<br>Л1.3Л2.1<br>Л2.2 Л2.3<br>Л2.4<br>Л2.5Л3.1 | 0         |            |
| 1.4         | Приём контрольных нормативов. УТЗ по специальности практического раздела. /Пр/  | 4              | 20    | УК-7.1 УК-7.2 | Л1.1 Л1.2<br>Л1.3Л2.1<br>Л2.2 Л2.3<br>Л2.4<br>Л2.5Л3.1 | 0         |            |
| 1.5         | Проведение теста уровня физического здоровья студентов. Приём антропометрических данных. Приём контрольных нормативов. Учебно-тренировочные занятия (УТЗ) по адаптивной физической культуре. /Пр/ | 4              | 24    | УК-7.1 УК-7.2 | Л1.1 Л1.2<br>Л1.3Л2.1<br>Л2.2 Л2.3<br>Л2.4<br>Л2.5Л3.1 | 0         |            |

|     |                                       |   |    |  |  |   |  |
|-----|---------------------------------------|---|----|--|--|---|--|
| 1.6 | Самостоятельная работа студентов /Ср/ | 2 | 48 |  |  | 0 |  |
| 1.7 | Самостоятельная работа студентов /Ср/ | 3 | 48 |  |  | 0 |  |
| 1.8 | Самостоятельная работа студентов /Ср/ | 4 | 48 |  |  | 0 |  |

## 6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

### 6.1. Контрольные вопросы и задания

Контрольные тесты 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 тесты 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 тесты 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          |             |

### 6.2. Темы письменных работ

Темы письменных работ (рефератов, эссе)

1. «Гиподинамия»- болезнь 21 века. Физическая культура – как средство укрепления здоровья. Влияния

- двигательной активности на продление жизненной деятельности.
2. «Бег» - упражнение номер один в укреплении сердечно-сосудистой и дыхательной системы. Показания и противопоказания к бегу. Врачебный контроль и самоконтроль при занятиях. Методика при беге.
  3. Дыхательная гимнастика. Различные виды (Стрельникова, Бутейко и др.). Применение при заболевании органов дыхания.
  4. Закаливание. Сущность, характеристика. Виды закаливания, средства, методика. Значение в укреплении иммунитета.
  5. Современные взгляды на питание в улучшении пищеварения. Виды раздельного питания, сбалансированное питание. Несовместимость отдельных продуктов питания.
  6. Диета- как средство в лечении различных заболеваний. Характеристика лечебных столов. «Разгрузочные дни» при различных заболеваниях.
  7. ОФП для мужчин и женщин. Методика занятий. Комплексы физических упражнений для укрепления и развития различных групп мышц. Влияние состояния позвоночника на здоровье.
  8. Осанка. Характеристика осанки. Виды ее нарушений (кифоз, сколиоз, лордоз), крыло-видные лопатки – их лечение. Противопоказание к занятиям физическими упражнениями, применимые комплексы гимнастических упражнений.
  9. Курение, наркотики – злейшие враги поколения. Вредное воздействие. виды лечения.
  10. Массаж и самомассаж в лечении различных заболеваний, показания и противопоказания в применении. Методика.
  11. Личная гигиена физкультурника. Понятие о гигиене и ее виды. Разделы личной гигиены (гигиена сна, одежды, питания, режим дня, гигиены тела). значение гигиены для здоровья.
  12. Производственная гимнастика для лиц умственного труда. Цели, задачи, методические требования виды производственной гимнастики. Комплекс упражнений.
  13. Взгляды современных авторов на очищение организма в укреплении здоровья (Брэг, Семенова, Шаталова).
  14. Лечебная гимнастика как средство в комплексном лечении заболевания (характеристика заболевания, причины его возникновения, особенности питания. Традиционные и народные методы лечения. Оказание первой мед помощи при обострении заболевания. Противопоказания и показания при занятиях физическими упражнениями. Комплексы лечебной гимнастики).
  15. Микроэлементы, витамины, их значение в жизнедеятельности человека, их содержание в различных продуктах.
  16. Физкультура для беременных.
  17. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом.
  18. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов (в соответствии с вы-бранной специальностью).
  19. Самостоятельные занятия физической культурой.

### 6.3. Фонд оценочных средств

Выносимые на контроль задания в форме экзаменов и зачетов по дисциплинам (их частям) и практикам по завершении теоретической части семестра (для обучающихся очной формы обучения) или года (для обучающихся заочной формы обучения) составляют промежуточную аттестацию.

Общий порядок проведения процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций определен Положением о промежуточной аттестации обучающихся по программам высшего образования.

Промежуточная аттестация (зачет, экзамен) - это оценка совокупности знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих степень сформированности компетенций в объеме установленном рабочей программой по дисциплине в целом (практике) или по ее разделам. Главной целью промежуточной аттестации, проводимой в форме зачета или экзамена по дисциплинам (модулям) и практикам, является установление соответствия уровня подготовки студента на разных этапах обучения требованиям образовательной программы и ФГОС ВО.

Основными критериями оценки уровня сформированности знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности студентов разных форм контроля является оценка.

Порядок оценивания результатов по разным видам заданий определяется Положением о фонде оценочных средств. При промежуточной аттестации по экзаменам и дифференцированным зачетам выставляются академические оценки - «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «не-удовлетворительно». В остальных случаях, результаты оценки знаний, умений, навыков студентов выражаются оценкой по шкале наименований - «зачтено» или «не зачтено».

В соответствии с порядком текущая аттестация оценка знаний, умений, навыков у студентов очной формы обучения осуществляется по балльно - рейтинговой системе, в соответствии с которой комплексная оценка по дисциплинам первоначально должна быть выражена в баллах, которые затем выражаются соответствующей им оценкой. Если студент очной формы обучения набрал по итогам семестра по дисциплине необходимое количество баллов, то оценка выставляется «автоматически», без дополнительной сдачи экзамена или зачета. В случае, если студент не набрал необходимое количество баллов, или претендует на более высокую оценку, то ему предоставляется возможность сдать зачет или экзамен во время промежуточной аттестации.

Промежуточная аттестация студентами очной формы обучения включающей в себя проведение текущего (ТК), промежуточного (ПК) и итогового (ИК) контроля по дисциплине.

Текущий контроль (ТК) осуществляется в течение семестра и проводится по лабораторным работам или/и семинарским и практическим занятиям, а также по видам самостоятельной работы студентов (КП, КР, РГР, реферат). Возможными формами ТК являются: отчет по лабораторной работе; защита реферата или расчетно-графической работы; контрольная работа по практическим заданиям и для студентов заочной формы; выполнение определенных разделов курсовой работы (проекта); защита курсовой работы (проекта). Количество текущих контролей по дисциплине в семестре определяется кафедрой.

В ходе промежуточного контроля (ПК) проверяются теоретические знания. Данный контроль проводится по разделам

(модулям) дисциплины 2-3 раза в течение семестра в установленное рабочей программой время. Возможными формами контроля являются тестирование (с помощью компьютера или в печатном виде), коллоквиум или другие формы.

Итоговый контроль (ИК) – это экзамен в сессионный период или зачёт по дисциплине в целом.

Для студентов заочной формы обучения внутригодовой рейтинг знаний отсутствует, поэтому оценки выставляются при проведении промежуточной аттестации непосредственно на годовых экзаменах и зачетах.

По практикам (учебным, производственными, преддипломной и др.) оценка уровня сформированности компетенций осуществляется во время промежуточной аттестации.

Вопросы, выносимые преподавателем на итоговую форму контроля по дисциплине или практике, отражаются в Рабочей программе и должны соответствовать логике и задачам реализации ФГОС по направлениям (специальностям) и матрице компетенций. Из них формируется комплект билетов к зачету или экзамену, входящий в фонд оценочных средств (ФОС) по дисциплине (практике). При подготовке вопросов и задач для проведения экзаменов (зачётов) должно быть обеспечено единообразие требований и объективность оценки знаний студентов.

Наиболее широко используются следующие формы проведения экзаменов: устный, письменный (в том числе, с использованием тестов и результатов ответов для обработки на ЭВМ), письменно – устный. Форма проведения промежуточной аттестации по дисциплине (зачета или экзамена) и соответствующая форма экзаменационных (зачетных) билетов определяется ведущим преподавателем по согласованию с заведующим кафедрой и доводится до сведения студентов.

Все выносимые на экзамен или зачет контрольные вопросы и примеры задач доводятся до сведения студентов в начале учебного семестра передачей их пакетов в печатном виде и на элек-тронных носителях в академические группы, вывешиванием их на специальных стендах кафедры, а также должны быть представлены в составе рабочих программ дисциплин в электронной образовательной среде института.

Из пакета контрольных вопросов и задач формируются билеты (экзаменационные, зачетные). Количество билетов зависит от формы проведения эк- замена (зачёта), но должно не менее чем на 10 % превышать количество одно- временно проверяемых.

Билеты составляет лектор курса, ответственный за формирование УМК по дисциплине или практике. Перед каждой сессией (не позднее месяца до окончания учебного семестра) билеты рассматриваются (обсуждаются) на 5 заседании кафедры и утверждаются или переутверждаются (подписываются) заведующим кафедрой.

Вопросы билетов должны охватывать все разделы рабочей программы за контролируемый период, изучаемые на лекциях, практических занятиях, лабораторных работах и выносимые на самостоятельную проработку студентами. Все контрольные вопросы формулируются четко и до-статочно подробно для ясного восприятия студентами их сути.

Преподавателю, принимающему экзамен или зачет, предоставляется право задавать дополнительные вопросы и задачи по программе курса с целью объективного выявления уровня знаний студента. Дополнительные вопросы могут задаваться преподавателем при собеседовании (устном экзамене). Эти вопросы должны иметь уточняющий или частный характер и не быть равно- ценными по уровню сложности основным вопросам билетов. Вопросы рекомендуется записывать на экзаменационном (зачетном) листе студента.

К сдаче экзамена и зачета допускаются обучающиеся полностью выполнившие требования рабочей программы учебной дисциплины и сдавшие все необходимые промежуточные формы контроля: расчетно-графическая работа, реферат, курсовой проект (работа), отчет по лабораторным занятиям. Помимо этого, в соответствии с требованиями Положения о балльно - рейтинго-вой оценке знаний, студент должен набрать необходимый минимум баллов для допуска.

Одновременно к подготовке к устному экзамену (зачету) допускается до 4 – 5 студентов, что позволяет обеспечивать должный контроль за подготовкой ответов и не задерживать подготовившихся студентов с приемом ответов. На письменный контроль может запускаться группа обучающихся в количестве, определяемом преподавателем (преподавателями) исходя из возможностей аудитории и условий контроля за его проведением. Количество обучающихся одновременно сдающих контроль в форме тестов определяется возможностями применяемых при этом технических средств или возможности осуществления контроля за его проведением.

Во время экзамена или зачета обучающимся предоставляется право пользоваться программой учебной дисциплины, а с разрешения преподавателя – также справочниками, таблицами, схемами и другими пособиями, перечень которых определяет заведующий кафедрой.

Продолжительность подготовки к устному экзамену студента составляет до одного академического часа, к устному зачету - до 30 минут. По истечении этого срока студент приглашается для ответа на поставленные в билете вопросы.

Продолжительность письменного или тестового контроля определяется исходя из трудоёмкости ответов, а время подготовки и сдачи ответов до-водится до сведения студентов предварительно (до начала экзамена или зачета).

Для обеспечения эффективного диалога «студент – преподаватель» рекомендуется студен-там делать максимально полные записи на экзаменационных (зачетных) листах четким и разборчивым почерком, в том числе при сдаче экзамена в устной форме. Это позволяет преподавателю достаточно быстро оценить уровень знаний и заслушать ответы только по части билета или по отдельным вопросам.

К сдаче экзамена и зачета допускаются студенты - заочники полностью выполнившие требования рабочей программы учебной дисциплины и сдавшие все необходимые промежуточные формы контроля.

Контрольные работы и курсовые проекты (работы) выполняются студентом самостоятельно в соответствии с индивидуальным заданием. Курсовые проекты (работы) рецензируются с заключением - «допускается к защите» или «не допускается к защите». Защита курсового проекта (работы) проводится перед комиссией из числа преподавателей кафедры до начала экзамена или зачета.

Процедура проведения экзамена или зачета у студентов заочной формы обучения аналогична процедуре промежуточного контроля для студентов очной формы обучения.

#### 6.4. Перечень видов оценочных средств

**1. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ:**

- тесты или билеты для проведения промежуточного контроля (ПК). Хранятся в бумажном виде на соответствующей кафедре;
- разделы индивидуальных заданий (письменных работ) обучающихся;
- доклад, сообщение по теме практического занятия;
- задачи и задания.

**2. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ:**

- комплект билетов для экзамена/зачета. Хранится в бумажном виде на соответствующей кафедре. Подлежит ежегодному обновлению и переутверждению. Число вариантов билетов в комплекте не менее числа студентов на экзамене/зачете.

**7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)****7.1. Рекомендуемая литература****7.1.1. Основная литература**

|      | Авторы, составители                       | Заглавие  | Издательство, год  |
|------|---|---|--|
| Л1.1 | Чернов И.В., Багута Н.А.                  | Физическая культура: курс лекций для студентов всех специальностей и направлению заочной формы обучения | Новочеркасск, 2013,<br><a href="http://biblio.dongau.ru/MegaPr oNIMI/Web">http://biblio.dongau.ru/MegaPr oNIMI/Web</a> |
| Л1.2 | Муллер А.Б.                               | Физическая культура: учебник для вузов  | Москва: Юрайт, 2013,   |
| Л1.3 | Нестерец О. Ю., Бомин В. А., Ракоца А. И. | Особенности занятий лечебной физической культурой: учебное пособие                                      | Иркутск: Иркутский ГАУ, 2018,<br><a href="https://e.lanbook.com/book/133376">https://e.lanbook.com/book/133376</a>     |

**7.1.2. Дополнительная литература**

|      | Авторы, составители   | Заглавие  | Издательство, год  |
|------|---|---|--|
| Л2.1 | Чернов И.В., Фетисова Н.Н.  | Оздоровительная тренировка: учебное пособие   | Новочеркасск, 2016,<br><a href="http://biblio.dongau.ru/MegaPr oNIMI/UserEntry?Action=Link_FindDoc&amp;id=29754&amp;idb=0">http://biblio.dongau.ru/MegaPr oNIMI/UserEntry?Action=Link_FindDoc&amp;id=29754&amp;idb=0</a>   |
| Л2.2 | Чернов И.В., Чернов М.В.  | Тяжелая атлетика: учебное пособие для студентов всех специальностей высших учебных заведений  | Новочеркасск, 2016,<br><a href="http://biblio.dongau.ru/MegaPr oNIMI/UserEntry?Action=Link_FindDoc&amp;id=31657&amp;idb=0">http://biblio.dongau.ru/MegaPr oNIMI/UserEntry?Action=Link_FindDoc&amp;id=31657&amp;idb=0</a>   |
| Л2.3 | Новочерк. инж.-мелиор. ин-т Донской ГАУ, мелиор. колледж им. Б.Б.Шумакова ; сост. И.В. Чернов, Л.В. Толстик | Физическая культура студентов специальных медицинских групп: методические рекомендации к практическим занятиям для студентов очной формы обучения специальности мед. группы | Новочеркасск, 2018,<br><a href="http://biblio.dongau.ru/MegaPr oNIMI/UserEntry?Action=Link_FindDoc&amp;id=212923&amp;idb=0">http://biblio.dongau.ru/MegaPr oNIMI/UserEntry?Action=Link_FindDoc&amp;id=212923&amp;idb=0</a> |
| Л2.4 | Новочерк. инж.-мелиор. ин-т ДГАУ, каф. физ. воспитания ; сост. Е.В. Чикина, Л.В. Толстик, И.В. Чернов       | Методы организации АФК (адаптивной физической культуры) в НИМИ ДГАУ: методические рекомендации для преподавателей, ведущих занятия со студентами, имеющими инвалидность     | Новочеркасск, 2015,<br><a href="http://biblio.dongau.ru/MegaPr oNIMI/UserEntry?Action=Link_FindDoc&amp;id=256698&amp;idb=0">http://biblio.dongau.ru/MegaPr oNIMI/UserEntry?Action=Link_FindDoc&amp;id=256698&amp;idb=0</a> |
| Л2.5 | Чернов И.В.   | Физическая культура. Атлетическая гимнастика: практикум для студентов 1- III курса всех специальностей и направлению очной формы обучения                                   | Новочеркасск, 2014,<br><a href="http://biblio.dongau.ru/MegaPr oNIMI/Web">http://biblio.dongau.ru/MegaPr oNIMI/Web</a>   |

**7.1.3. Методические разработки**

|      | Авторы, составители        | Заглавие  | Издательство, год  |
|------|----------------------------|---|--|
| Л3.1 | Чернов И.В., Фетисова Н.Н. | Экспресс оценка уровня физического здоровья: методические указания по изучению дисциплины и выполнению контрольной работы студентами заочной формы обучения всех специальностей | Новочеркасск, 2013,<br><a href="http://biblio.dongau.ru/MegaPr oNIMI/Web">http://biblio.dongau.ru/MegaPr oNIMI/Web</a> |

**7.3 Перечень программного обеспечения**

|       |                       |   |
|-------|-----------------------|---|
| 7.3.1 | AdobeAcrobatReader DC | Лицензионный договор на программное обеспечение для персональных компьютеров Platform Clients_PC_WWEULA-ru_RU-20150407_1357 AdobeSystemsIncorporated (бессрочно). |
| 7.3.2 | 7-Zip                 |   |

|       |                             |   |
|-------|-----------------------------|---|
| 7.3.3 | MS Windows XP,7,8, 8.1, 10; | Сублицензионный договор №502 от 03.12.2020 г. АО «СофтЛайн Трейд» |
| 7.3.4 | MS Office professional;     | Сублицензионный договор №502 от 03.12.2020 г. АО «СофтЛайн Трейд» |
| 7.3.5 | Microsoft Teams             | Предоставляется бесплатно   |
| 7.3.6 | Opera                       |   |
| 7.3.7 | Googl Chrome                |   |
| 7.3.8 | Yandex browser              |   |

#### **7.4 Перечень информационных справочных систем**

|       |  |   |
|-------|--|---|
| 7.4.1 | Базы данных ООО "Пресс-Информ" (Консультант +) | <a href="https://www.consultant.ru">https://www.consultant.ru</a> |
| 7.4.2 | Базы данных ООО Научная электронная библиотека | <a href="http://elibrary.ru/">http://elibrary.ru/</a>             |

### **9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

1. Положение о текущей аттестации обучающихся в НИМИ ДГАУ : (введено в действие приказом директора №119 от 14 июля 2015 г.) / Новочерк. инж.-мелиор. ин-т Донской ГАУ.- Новочеркасск, 2015.- URL : <http://ngma.su> (дата обращения: 27.08.2021). - Текст : электронный.
2. Типовые формы титульных листов текстовой документации, выполняемой студентами в учебном процессе / Новочерк. инж.-мелиор. ин-т Донской ГАУ.- Новочеркасск, 2015.- URL : <http://ngma.su> (дата обращения: 27.08.2021). - Текст : электронный.
3. Положение о курсовом проекте (работе) обучающихся, осваивающих образовательные программы бакалавриата, специалитета, магистратуры : (введен в действие приказом директора №120 от 14 июля 2015г.) / Новочерк. инж.-мелиор. ин-т Донской ГАУ.- Новочеркасск, 2015.- URL : <http://ngma.su> (дата обращения: 27.08.2021). - Текст : электронный.
4. Положение о промежуточной аттестации обучающихся по программам высшего образования : (введено в действие приказом директора НИМИ Донской ГАУ №3-ОД от 18 января 2018 г.) / Новочерк. инж.-мелиор. ин-т Донской ГАУ.- Новочеркасск, 2018. - URL : <http://ngma.su> (дата обращения: 27.08.2021). - Текст : электронный.