



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«ИРКУТСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
ФГБОУ ВО «ИГУ»  
Кафедра гуманитарных дисциплин и иностранных языков



УТВЕРЖДАЮ

Доцент Н.Б. Грошева  
"26" июня 2020 г.

## Рабочая программа дисциплины (модуля)

### Б1.Б.11 Физическая культура и спорт

Направление подготовки 38.03.02 «МЕНЕДЖМЕНТ»

Тип образовательной программы прикладной бакалавриат

Направленность (профиль) «Управление проектами»

Квалификация выпускника – БАКАЛАВР

Форма обучения: заочная

Согласовано с УМК БМБШ

Протокол № 4 от « 26 » июня 2020 г.

Председатель  Сапранкова Т.А.

Рекомендовано кафедрой:

Протокол № 10  
от «18» июня 2020 г.

Зав. кафедрой  Сусллова А.Ю.

Иркутск 2020 г.

## Содержание

	стр.
1. Цели и задачи дисциплины	3
2. Место дисциплины в структуре ОПОП	3
3. Требования к результатам освоения дисциплины	3
4. Объем дисциплины и виды учебной работы	3
5. Содержание дисциплины	4
6. Перечень семинарских, практических занятий и лабораторных работ	5
7. Методические рекомендации по самостоятельной работе студентов	6
8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	7
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины	7
10. Образовательные технологии	10
11. Оценочные средства	10

## 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ

### Цель:

Цель курса – формирование способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности студентов.

### Задачи:

- понимание социальной значимости физической культуры и спорта и их роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- знание биологических, психолого-педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте;
- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Дисциплина «Физическая культура и спорт» входит в базовую часть общепрофессиональных дисциплин Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по подготовке студентов по направлению **38.03.02 «Менеджмент»**.

Для освоения дисциплины студенты используют знания, умения и навыки, приобретенные на предыдущем уровне образования.

## 3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Выпускник программы бакалавриата должен обладать **общекультурными компетенциями (ОК)**:

- способностью использовать методы и инструменты физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-7 из ФГОС ВО);

В результате изучения дисциплины студент должен:

**Знать:** научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни.

**Уметь:** использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни.

**Владеть:** средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности.

## 4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Дисциплина «Физическая культура и спорт» реализуется в соответствии с Порядком проведения дисциплин (модулей) по физической культуре для обучающихся по программам бакалавриата и специалитета в федеральном государственном бюджетном образовательном

учреждении высшего профессионального образования «Иркутский государственный университет».

Вид учебной работы	Всего часов / зачетных единиц	Семестры			
		I	II	III	IV
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>					
В том числе:				-	-
Лекции	4	4			
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	64	64			
В том числе:				-	-
<i>Другие виды самостоятельной работы</i>					
Вид промежуточной аттестации (зачет)	4	4			
Общая трудоемкость	часы	72	72		
	зачетные единицы	2	2		

## 5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Теоретический материал предусматривает овладение студентами объемом научно-практических и специальных знаний, необходимых для понимания природных и социальных процессов функционирования физической культуры общества и личности, умением их адаптивного, творческого использования для личностного и профессионального развития, организации здорового образа жизни и освоением комплекса ГТО при выполнении учебной, профессиональной, общественной и социальной деятельности. В дальнейшем теоретические сведения детализируются и закрепляются в углубленном освоении учебного материала при самостоятельной работе студентов, что дает возможность выбора путей реализации своей физической активности не только во время обучения в университете, но и позволяет вооружить его знаниями на последующий период жизни.

### 5.1.Разделы (модули) и темы дисциплин и виды занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекц.	Практ. Зан.	Лаб. Зан.	СРС	Контр.	Всего
1	Техника безопасности на занятиях по физической культуре. Общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе.	0,5			2,5		3
2	История ФОЦ ИГУ.	0,5			2,5		3
3	Социально-биологические основы адаптации организма человека к физической и умственной деятельности, факторам среды обитания.	1			16	1	18
4	История возникновения физической культуры. Всероссийский комплекс «Готов к труду и обороне».	0,5			6,5		7
5	Основы рационального питания. Влияние рациона питания на психологическое состояние.	0,5			10	1	11,5
6	История Олимпийского движения. Участие России в Олимпийских Играх.	0,5			10	1	11,5
7	Профессионально-прикладная физическая подготовка будущих специалистов (ППФП).	0,5			8,5	1	10

Образ жизни и его отражение в профессиональной деятельности							
---	--	--	--	--	--	--	--

## 6. ПЕРЕЧЕНЬ СЕМИНАРСКИХ, ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ РАБОТ

№ п/п	№ раздела (модуля) и темы дисциплины	Наименование семинаров, практических и лабораторных работ	Оценочные средства	Формируемые компетенции
1	2	3	5	6
1	I. 1.	Техника безопасности на занятиях по физической культуре. Общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе.	Тест	ОК-7
2	I. 2.	Социально-биологические основы адаптации организма человека к физической и умственной деятельности, факторам среды обитания.	Тест	ОК-7
3	I. 3.	Профессионально-прикладная физическая подготовка будущих специалистов (ППФП)		
4	I. 4.	История развития Всероссийского комплекса «Готов к труду и обороне»	Тест	
5	I.5.	История ФОЦ ИГУ.	Тест	
6	I. 6.	Основы рационального питания. Влияние рациона питания на психологическое состояние.	Тест	
7	I. 7.	История Олимпийского движения. Участие России в Олимпийских Играх.	Тест	

### 6.1. План самостоятельной работы студентов.

№	Тема	Вид самостоятельной работы	Задание	Количество часов
1	Техника безопасности на занятиях по физической культуре. Общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе.	Изучение теоретических основ физической культуры. Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль в процессе занятий	Работа в СДО	12
2	Социально-биологические основы адаптации организма человека к физической и умственной деятельности, факторам среды обитания.	Изучение теоретических основ физической культуры. Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль в процессе занятий	Работа в СДО	12
3	История возникновения физической культуры. Всероссийский комплекс «Готов к труду и обороне».	Изучение теоретических основ физической культуры. Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль в процессе занятий	Работа в СДО	12

4	Основы рационального питания. Влияние рациона питания на психологическое состояние.	Изучение теоретических основ физической культуры. Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль в процессе занятий	Работа в СДО	12
5	История Олимпийского движения. Участие России в Олимпийских Играх.	Изучение теоретических основ физической культуры. Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль в процессе занятий	Работа в СДО	12
6	Профессионально-прикладная физическая подготовка будущих специалистов (ППФП). Образ жизни и его отражение в профессиональной деятельности	Изучение теоретических основ физической культуры. Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль в процессе занятий	Работа в СДО	12

## 7. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ СТУДЕНТОВ

Самостоятельная работа студентов способствует развитию самостоятельности, ответственности и организованности, творческого подхода к решению проблем учебного профессионального уровня.

Самостоятельное, и при помощи преподавателя, составление индивидуального плана тренировок и комплексов физических упражнений для формирования фигуры, укрепления здоровья, физического развития – это еще одна форма самостоятельной работы студентов. В процессе занятий физической культурой, особенно в группах со специальной медицинской направленностью, при выполнении комплексов физических упражнений студентам необходимо знать последовательность упражнений, технику их выполнения, уровень физической нагрузки, количество повторений каждого упражнения с учетом индивидуальных физических особенностей, возможностей организма.

Составление комплексов физических упражнений осуществляется в первом семестре обучения при помощи преподавателя физической культуры, во втором семестре – самостоятельно.

Самостоятельное составление индивидуальных комплексов физических упражнений, позволяет студенту приобретать знания о последовательности построения комплекса; умения целесообразно использовать физические упражнения с учетом индивидуальных особенностей и возможностей своего организма.

### Указания по выполнению реферата.

При написании реферата необходимо учитывать последовательность изложения и структуру работы.

При написании и оформлении можно использовать рисунки, схемы, таблицы, вырезки из журналов, в том числе и фотографии, если они отражают сущность исследования.

Выступление студента в начале занятия, перед аудиторией (группой), должно быть рассчитано не более 10 минут.

### Указания по подготовке доклада.

Выступление студента в начале занятия, перед аудиторией (группой), должно быть рассчитано не более 5 минут.

## 8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### а) основная литература

1. Письменский И. А. Физическая культура: Учебник для акад. Бакалавриата: [Электронный ресурс]/ И.А. Письменский, Ю.Н. Аллянов.- М.:Издательство Юрайт , 2015.- 493 с.-ISBN 9785991654708.- (ЭБС «Юрайт»)

### б) дополнительная литература

1. Степанова, О. Н. Маркетинг в сфере физической культуры и спорта : научное издание / О. Н. Степанова. – 2-е изд., стер. – М. : Советский спорт, 2005. – 255 с. : ил. ; 21 см. – Библиогр.: с. 241-251. – ISBN 5-85009-977-8

### Также рекомендуем:

1. Бонько Т.И. Легкая атлетика для студентов: рекомендации для самостоятельных занятий [Текст] : учеб.-метод. Пособие для студ. Вузов / Т. И. Бонько, О. А. Ницина, К. В. Сухина. – Иркутск : Мегапринт, 2016. – 66 с. ; ISBN 978-5-905624-33-9 : (20 экз.)
2. Федосова И. В. Формирование основ здорового образа жизни у учащейся молодежи в образовательном пространстве вуза : научное издание / И. В. Федосова ; рец.: Е. В. Бахарева, Г. П. Геранюшкина. – Иркутск : Изд-во ВСГАО, 2014. – 187 с. ISBN 978-5-85827-915-0 (6 экз.)
3. Физическая культура [Текст] : (лекционный материал) : учеб. Пособие / Р. Ф. Проходовская [и др.] ; рец.: Е. В. Воробьева, В. Ю. Лебединский ; Иркут. Гос. Ун-т, Физкульт.-оздоровит. Центр. – Иркутск : Мегапринт, 2015. – 197 с.; ISBN 978-5-905624-28-5 : 27 экз.

## 9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ):

Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа	Оборудована специализированной (учебной) мебелью на 40 студентов и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории. Набор демонстрационного оборудования включает: 1.Передвижной проекционный столик Medium VT3 с полками для проектора и ноутбука. 2.Проектор SONY Sony VPL-CX21, LCD, 2100 ANSI Lm,XGA. 1,9 кейс.15 5» 3.Ноутбук Sony VAIO (VPC-EB3M1R/BQ) i3 370M (2.4)/4096/320/Ati HD5650 1Gb/DVD-	БАЗОВЫЙ УСТАНОВОЧНЫЙ КОМПЛЕКТ ПО: Office 2007 Russian OpenLicensePack NoLevel AcademicEdition – договор с ЗАО «СофтЛайн Трейд» Tr026664 от 17.05.2007 Project Standard 2007, Access 2007 – Программы академического сотрудничества с Microsoft DreamSpark Premium Electronic Software Delivery. –договор с ЗАО «СофтЛайн Трейд» Tr000023480 от 19.05.2015 Операционные системы Windows по лицензионным программам предустановки OEM, Программы академического сотрудничества с Microsoft MSDN AA.- договор с ЗАО «СофтЛайн Трейд» Tr017431 от 15.05.2008 Операционные системы Windows по лицензионным программам предустановки OEM, Программы академического сотрудничества с Microsoft DreamSpark Premium Electronic Software Delivery. – договор с ЗАО «СофтЛайн Трейд» Tr000031723 от 05.08.2015 Антивирусные программы – Права на программы для ЭВМ drWeb Server Security комплексная защита 120Пк (1 лицензию за год) миграция с дозакупкой(LBW-BC-12M-120:119-C4) – договор с ЗАО «СофтЛайн Трейд» 13982/МОС2957 от 22.01.2016 Архиваторы WinRAR: 3.x: Standard Licence – для юридических лиц 100-199 лицензий – договор с ЗАО «СофтЛайн Трейд» №15422/IRK11 от 05.02.2010 Сетевая клиентская часть Права на программы для ЭВМ

	<p>Smulti/WiFi/BT/Cam/MS Win7</p> <p>Оснащена учебно-наглядными пособиями и электронными презентациями, обеспечивающими тематические иллюстрации по всем темам, указанным в рабочей программе дисциплины</p>	<p>Windows Server CAL 2012 Russian OLP NL Academic Edition Device CAL 120 лицензий – договор с ЗАО «СофтЛайн Трейд» 13512/МОС2957 от 29.10.2015</p> <p>Межсетевой экран, функционал Proxu – Право использования программ для ЭВМ Traffic Inspector GOLD льготная – договор с ЗАО «СофтЛайн Трейд» Tr044356 от 27.08.2013</p> <p>Право использования программ для ЭВМ Продление Traffic Inspector GOLD Special на 1 год – договор с ЗАО «СофтЛайн Трейд» Tr000112196 от 29.09.2016</p>
<p>Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа</p>	<p>Оборудована специализированной (учебной) мебелью на 40 студентов и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.</p> <p>Набор демонстрационного оборудования включает:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Передвижной проекционный столик Medium VT3 с полками для проектора и ноутбука.</li> <li>2. Проектор SONY Sony VPL-CX21, LCD, 2100 ANSI Lm, XGA. 1,9 кейс. 15 5»</li> <li>3. Ноутбук Sony VAIO (VPC-EB3M1R/BQ) i3 370M (2.4)/4096/320/Ati HD5650 1Gb/DVD-Smulti/WiFi/BT/Cam/MS Win7</li> </ol>	<p>БАЗОВЫЙ УСТАНОВОЧНЫЙ КОМПЛЕКТ ПО: Office 2007 Russian OpenLicensePack NoLevel AcademicEdition – договор с ЗАО «СофтЛайн Трейд» Tr026664 от 17.05.2007</p> <p>Project Standard 2007, Access 2007 – Программы академического сотрудничества с Microsoft DreamSpark Premium Electronic Software Delivery. – договор с ЗАО «СофтЛайн Трейд» Tr000023480 от 19.05.2015</p> <p>Операционные системы Windows по лицензионным программам предустановки OEM, Программы академического сотрудничества с Microsoft MSDN AA.- договор с ЗАО «СофтЛайн Трейд» Tr017431 от 15.05.2008</p> <p>Операционные системы Windows по лицензионным программам предустановки OEM, Программы академического сотрудничества с Microsoft DreamSpark Premium Electronic Software Delivery. – договор с ЗАО «СофтЛайн Трейд» Tr000031723 от 05.08.2015</p> <p>Антивирусные программы – Права на программы для ЭВМ drWeb Server Security комплексная защита 120Пк (1 лицензию за год) миграция с дозакупкой(LBW-BC-12M-120:119-C4) – договор с ЗАО «СофтЛайн Трейд» 13982/МОС2957 от 22.01.2016</p> <p>Архиваторы WinRAR: 3.x: Standard Licence – для юридических лиц 100-199 лицензий – договор с ЗАО «СофтЛайн Трейд» №15422/IRK11 от 05.02.2010</p> <p>Сетевая клиентская часть Права на программы для ЭВМ Windows Server CAL 2012 Russian OLP NL Academic Edition Device CAL 120 лицензий – договор с ЗАО «СофтЛайн Трейд» 13512/МОС2957 от 29.10.2015</p> <p>Межсетевой экран, функционал Proxu – Право использования программ для ЭВМ Traffic Inspector GOLD льготная – договор с ЗАО «СофтЛайн Трейд» Tr044356 от 27.08.2013</p> <p>Право использования программ для ЭВМ Продление Traffic Inspector GOLD Special на 1 год – договор с ЗАО «СофтЛайн Трейд» Tr000112196 от 29.09.2016</p>
<p>Аудитория для групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации</p>	<p>Оборудована специализированной (учебной) мебелью на 11 студентов, 5 рабочих мест, оснащенных компьютерами с подключением к сети «Интернет» и обеспечением доступа в ЭИОС ФГБОУ ВО «ИГУ».</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 5 рабочих мест Системный блок HP compad dc7800SFF Dual Core PE-2180, 4 Gb DDR2 PC6400, 160GB SATA 3.0 HDD</li> </ol>	<p>БАЗОВЫЙ УСТАНОВОЧНЫЙ КОМПЛЕКТ ПО: Office 2007 Russian OpenLicensePack NoLevel AcademicEdition – договор с ЗАО «СофтЛайн Трейд» Tr026664 от 17.05.2007</p> <p>Project Standard 2007, Access 2007 – Программы академического сотрудничества с Microsoft DreamSpark Premium Electronic Software Delivery. – договор с ЗАО «СофтЛайн Трейд» Tr000023480 от 19.05.2015</p> <p>Операционные системы Windows по лицензионным программам предустановки OEM, Программы академического сотрудничества с Microsoft MSDN AA.- договор с ЗАО «СофтЛайн Трейд» Tr017431 от 15.05.2008</p> <p>Операционные системы Windows по лицензионным программам предустановки OEM, Программы академического сотрудничества с Microsoft DreamSpark Premium Electronic Software Delivery. – договор с ЗАО «СофтЛайн Трейд» Tr000031723 от 05.08.2015</p> <p>Антивирусные программы – Права на программы для ЭВМ</p>



	<p>2. Монитор ЖК (LCD) дисплей 17,0» ViewSonic «VA703m» 1280x1024, 8мс, TCO»03, серебр-черный (D-Sub, ММ)</p> <p>3. Принтер Многофункциональное устройство Hewlett-Packard LaserJet 3055 All-in-One одна штука.</p>	<p>drWeb Server Security комплексная защита 120Пк (1 лицензию за год) миграция с дозакупкой(LBW-BC-12M-120:119-C4) – договор с ЗАО «СофтЛайн Трейд» 13982/МОС2957 от 22.01.2016</p> <p>Архиваторы WinRAR: 3.x: Standard Licence – для юридических лиц 100-199 лицензий – договор с ЗАО «СофтЛайн Трейд» №15422/IRK11 от 05.02.2010</p> <p>Сетевая клиентская часть Права на программы для ЭВМ Windows Server CAL 2012 Russian OLP NL Akademic Edition Device CAL 120 лицензий – договор с ЗАО «СофтЛайн Трейд» 13512/МОС2957 от 29.10.2015</p> <p>Межсетевой экран, функционал Proxu – Право использования программ для ЭВМ Traffic Inspector GOLD льготная – договор с ЗАО «СофтЛайн Трейд» Tr044356 от 27.08.2013</p> <p>Право использования программ для ЭВМ Продление Traffic Inspector GOLD Special на 1 год – договор с ЗАО «СофтЛайн Трейд» Tr000112196 от 29.09.2016</p>
<p>Помещение для самостоятельной работы студентов</p>	<p>Оборудовано специализированной (учебной) мебелью на 10 студентов, 9шт. компьютерной техникой, подключенной к сети Интернет и обеспеченной доступом в ЭИОС ИГУ</p> <p>1. Системный блок Think Centre M80 Series SFF в комплекте: Intel® Core™ i3-540 Clarkdale 2.93GHz / 1333MHz / Dual Core™ / 4M/73W / LGA 1156/32nm/4GB PC3-10600 SDRAM x 2 /250 GB, 7200RPM SATA /DVD RW – 10шт</p> <p>2. Монитор ЖК (LCD) – монитор 20.0 ViewSonic «VA2013w» 1600x900, 5мс, TCO 03, черный (D-Sub) – 10шт</p> <p>3. Принтер HP LaserJet 5000N, A3, 22ppm, 32 MB, 250&amp;500 sheet feeder, JetDirect 615n prn svr</p> <p>4. Принтер HP LaserJet 5100<sup>th</sup>, A3, 22ppm, 32 MB, 250&amp;500 sheet feeder, JetDirect 615n prn svr</p>	<p>БАЗОВЫЙ УСТАНОВОЧНЫЙ КОМПЛЕКТ ПО: Office 2007 Russian OpenLicensePack NoLevel AcademicEdition – договор с ЗАО “СофтЛайн Трейд” Tr026664 от 17.05.2007</p> <p>Project Standard 2007, Access 2007 – Программы академического сотрудничества с Microsoft DreamSpark Premium Electronic Software Delivery. – договор с ЗАО “СофтЛайн Трейд” Tr000023480 от 19.05.2015</p> <p>Операционные системы Windows по лицензионным программам предустановки OEM, Программы академического сотрудничества с Microsoft MSDN AA.- договор с ЗАО “СофтЛайн Трейд” Tr017431 от 15.05.2008</p> <p>Операционные системы Windows по лицензионным программам предустановки OEM, Программы академического сотрудничества с Microsoft DreamSpark Premium Electronic Software Delivery. – договор с ЗАО “СофтЛайн Трейд” Tr000031723 от 05.08.2015</p> <p>Антивирусные программы – Права на программы для ЭВМ drWeb Server Security комплексная защита 120Пк (1 лицензию за год) миграция с дозакупкой(LBW-BC-12M-120:119-C4) – договор с ЗАО “СофтЛайн Трейд” 13982/МОС2957 от 22.01.2016</p> <p>Архиваторы WinRAR: 3.x: Standard Licence – для юридических лиц 100-199 лицензий – договор с ЗАО “СофтЛайн Трейд” №15422/IRK11 от 05.02.2010</p> <p>Сетевая клиентская часть Права на программы для ЭВМ Windows Server CAL 2012 Russian OLP NL Akademic Edition Device CAL 120 лицензий – договор с ЗАО “СофтЛайн Трейд” 13512/МОС2957 от 29.10.2015</p> <p>Межсетевой экран, функционал Proxu – Право использования программ для ЭВМ Traffic Inspector GOLD льготная – договор с ЗАО “СофтЛайн Трейд” Tr044356 от 27.08.2013</p> <p>Право использования программ для ЭВМ Продление Traffic Inspector GOLD Special на 1 год – договор с ЗАО “СофтЛайн Трейд” Tr000112196 от 29.09.2016</p>
<p>Спортивный зал</p>	<p>1. Спортивный зал ул. Ленина, 8, 2 этаж – 518,4 кв.метра для занятий с основным оборудованием: шведская стенка, перекладина. Спортивный инвентарь: гимнастические скамейки 3 шт., палки гимнастические – 20шт., коврики – 35шт., маты гимнастические – 4 шт.,</p>	

	скакалки 25шт., гантели – 22 пары, мячи баскетбольные (9 шт.), волейбольные (12 шт.), футбольные (12), стойки волейбольные - 2шт, сетки волейбольные - 2шт., 10антенны для волейбольной сетки – 1 пара, футбольные ворота – 2 шт., баскетбольные щиты с баскетбольными кольцами – 2 шт., сетки для баскетбольных колец – 2 пары, бадминтон – 10 пар. 2.Спортивный зал для занятий ОФП ул. К.Маркса, 1, 4 этаж, 159,9 кв.метра с основным оборудование: шведская стенка, перекладина, музыкальный центр. Спортивный инвентарь: гимнастические скамейки 4 шт., палки – 20 шт., коврики – 35 шт., маты – 4 шт., степы – 20 шт., скакалки 25 шт., гантели 20 пар, бадминтон – 10 пар.	
--	---	--

## **10.ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ**

### **Технология дифференцированного физкультурного образования**

Под дифференцированным физкультурным образованием понимается целенаправленное физическое формирование человека посредством развития его индивидуальных способностей. ТДФО – это способ реализации содержания дифференцированного физкультурного образования посредством системы средств, методов и организационных форм, обеспечивающий эффективное достижение цели образования. Содержание ТДФО – это совокупность педагогических технологий дифференцированного обучения двигательным действиям, развития физических качеств, формирования знаний, методических умений, технологий управления образовательным процессом, обеспечивающих достижение физического совершенства.

## **11.ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА (ОС)**

### **11.1 Оценочные средства для промежуточной аттестации**

Проверка усвоения теоретического материала учебной программы по Физической культуре проводится в форме ответов на контрольные вопросы в устной или письменной форме. Контрольные вопросы оформлены в виде билетов и тестов, разработанных и утвержденных ФОЦ ИГУ. Теоретический зачет оценивается от 3 до 5 баллов в соответствии с рекомендациями ФОС.

Зачет у студентов принимают преподаватели, закрепленные за учебными группами. Отметка о зачете вносится в ведомость факультета и зачетную книжку студента.

### **11.2 Оценочные средства для оценки текущей успеваемости студентов**

Проверка усвоения материала учебной программы по дисциплине проводится в виде собеседований, тестов и коллоквиума.

**Разработчик:**



Старший преподаватель  
Физкультурно-оздоровительного центра ИГУ

Т.И. Бонько

Программа рассмотрена на заседании кафедры гуманитарных дисциплин и иностранных языков

«18» июня 2020 г.

Протокол № 10

Зав. кафедрой



Сусллова А.Ю.

**Настоящая программа не может быть воспроизведена ни в какой форме без предварительного письменного разрешения кафедры-разработчика программы.**