

**Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ НАРОДНОГО ХОЗЯЙСТВА
И ГОСУДАРСТВЕННОЙ СЛУЖБЫ
ПРИ ПРЕЗИДЕНТЕ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ»**

Волгоградский институт управления - филиал РАНХиГС
Кафедра физической и специальной подготовки

Утверждена
кафедрой физической и
специальной подготовки
Протокол от «28» августа 2017 г. №1

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и обучающихся
инвалидов

Б1.В.14 «Элективные курсы по физической культуре и спорту»

(индекс и наименование дисциплины, в соответствии с учебным планом)

по направлению подготовки (специальности)

38.05.01 Экономическая безопасность

(код и наименование направления подготовки (специальности))

Экономико-правовое обеспечение экономической безопасности

направленность (профиль/специализация)

ЭКОНОМИСТ

квалификация

очная, заочная
форма(ы) обучения

Год набора-2018

Волгоград, 2017 г.

Авторы—составители:

старший преподаватель кафедры
физической и специальной подготовки

Шевченко Татьяна Анатольевна

старший преподаватель кафедры
физической и специальной подготовки

Лаврентьева Елена Александровна

Заведующий кафедрой
физической и специальной подготовки,
канд. пед. наук, доцент

Дзержинский Геннадий Александрович

СОДЕРЖАНИЕ

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения адаптированной образовательной программы.....	4
2. Объем и место дисциплины в структуре адаптированной образовательной программы.....	5
3. Структура и содержание дисциплины	5
4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся и фонд оценочных средств по дисциплине.....	9
5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.....	21
6. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.....	25
6.1. Основная литература.....	25
6.2. Дополнительная литература.....	25
6.3. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы.....	26
6.4. Нормативные правовые документы.....	26
6.5. Интернет-ресурсы.....	26
7. Материально-техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы.....	26

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения программы

Дисциплина Б1.В.14 «Элективные курсы по физической культуре и спорту» обеспечивает овладение следующими компетенциями:

Код компетенции	Наименование компетенции	Код этапа освоения компетенции	Наименование этапа освоения компетенции
УК ОС-6	способность поддерживать уровень физического здоровья, достаточного для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК ОС-6.1	Формирование способности организовывать свою жизнь в соответствии с социально-значимыми представлениями о здоровом образе жизни, применять способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности, планировать индивидуальные занятия различной целевой направленности.

В результате освоения дисциплины у студентов должны быть сформированы:

ОТФ/ТФ (при наличии профстандарта)	Код этапа освоения компетенции	Результаты обучения
	УК ОС-6.1 Формирование способности организовывать свою жизнь в соответствии с социально-значимыми представлениями о здоровом образе жизни, применять способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности, планировать индивидуальные занятия различной целевой направленности.	На уровне знаний: - научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни; - о влиянии оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; - правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности. На уровне умений: - умений по разработке и индивидуальному подбору комплексов оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексов упражнений атлетической гимнастики; - использовать умения в процессе активной творческой деятельности по формированию здорового образа жизни; - умение осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой.

		На уровне навыков: - анализировать и оценивать индивидуальное физическое развитие; - владения основными методами подбора комплексов оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексов упражнений атлетической гимнастики; - осуществления творческого сотрудничества и руководящей роли в коллективных формах занятий физической культурой; - навык работы с законодательными и другими нормативными актами.
--	--	--

2. Объем и место дисциплины (модуля) в структуре АОП ВО

Учебная дисциплина Б1.В.14 «Элективные курсы по физической культуре и спорту» принадлежит к блоку дисциплин по выбору, в объеме не менее 328 академических часов.

В соответствии с Учебным планом, по очной форме обучения дисциплина осваивается в 1,2,3,4,5,6,7 семестрах на 1,2,3,4 курсах, (по заочной форме обучения дисциплина осваивается на 1 курсе). Указанные академические часы являются обязательными для освоения и в зачетные единицы не переводятся.

Освоение дисциплины опирается на минимально необходимый объем теоретических знаний основ по физической культуре и здоровому образу жизни, а также на приобретенные ранее умения и навыки в сфере физической культуры.

Знания и навыки, получаемые студентами в результате изучения дисциплины, необходимы для компетентной организации поддержки уровня физического здоровья, достаточного для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Учебная дисциплина Б1.В.14 "Элективные курсы по физической культуре" реализуется в взаимосвязи с такими дисциплинами, как «Физическая культура и спорт» (Б1.Б.52, 3,4,7,8 семестр) и «Безопасность жизнедеятельности» (Б1.Б.28, 2 семестр).

По очной форме обучения количество академических часов, выделенных на контактную работу с преподавателем (по видам учебных занятий) – 328 часов практические занятия.

По заочной форме обучения количество академических часов, выделенных на контактную работу с преподавателем (по видам учебных занятий) – на самостоятельную работу обучающихся – 324 часа, на контроль – 4 часа.

Форма промежуточной аттестации в соответствии с Учебным планом – зачет (очное - 1,2,3,4,5,6,7 семестры - контрольные практические тесты, (основная группа и смг), реферат, (освобожденные), заочное - контрольная работа).

2. Содержание и структура дисциплины

№ п/п	Наименование тем (разделов),	Объем дисциплины, час.						Форма текущего контроля успеваемости **, промежуточной аттестации
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий				СР	
			Л	ЛР	ПЗ	КСР		
Очная форма обучения								
Тема 1	Легкая атлетика	70			70			норматив
Тема 2	Общая физическая подготовка (ОФП).	46			46			норматив
Тема 3	Спортивные игры	154			154			норматив

№ п/п	Наименование тем (разделов),	Объем дисциплины, час.						Форма текущего контроля успеваемости **, промежуточной аттестации
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий				СР	
			Л	ЛР	ПЗ	КСР		
Очная форма обучения								
3.1	Баскетбол	48			48			норматив
3.2	Волейбол	48			48			норматив
3.3	Мини- футбол	38			38			норматив
3.4	Бадминтон	10			10			норматив
3.5	Настольный теннис	10			10			норматив
Тема 4	Оздоровительная аэробика (девушки)/ Атлетическая подготовка (юноши)	46			46			норматив
Тема 5	Контрольные тесты	12			12			Т
Промежуточная аттестация								Зачет
Всего:		328			328			
Заочная форма обучения								
Тема 1	Легкая атлетика	70					70	
Тема 2	Общая физическая подготовка (ОФП).	46					46	
Тема 3	Спортивные игры	154					154	
3.1	Баскетбол	48					48	
3.2	Волейбол	48					48	
3.3	Мини- футбол	38					38	
3.4	Бадминтон	10					10	
3.5	Настольный теннис	10					10	
Тема 4	Оздоровительная аэробика (девушки)/ Атлетическая подготовка (юноши)	46					46	
Тема 5	Контрольные тесты	8					8	
	Контрольная самостоятельная работа	4				4		Р
Промежуточная аттестация								Зачет
Всего:		328				4	324	

Примечание:

* – при применении электронного обучения, дистанционных образовательных технологий в соответствии с учебным планом;

** – формы текущего контроля успеваемости: опрос (О), тестирование (Т), контрольная работа (КР), коллоквиум (К), эссе (Э), реферат (Р), диспут (Д) и др.

2.1. Содержание дисциплины

Тема 1. Легкая атлетика.

Теоретические сведения о легкой атлетике.

Бег на короткие дистанции (30 м-девушки, 60 м-юноши).

Бег на дистанции 200 м-девушки, юноши.

Бег на длинные дистанции 1000 м, 2000 м-девушки, 1500 м, 3000 м-юноши. Обучение правильному равномерному распределению сил по дистанции.

Техника: высокий и низкий старты, бег на дистанции, финиширование.

Специальные беговые упражнения (выполняют сериями на отрезке 20-60м):

бег с ускорением с хода; с высокого и низкого старта; с высоким подниманием бедра; прыжковыми шагами; переменный, с переходами от максимальных усилий к бегу по инерции.

Техника: высокий старт, стартовое ускорение; бег на дистанции, финиширование, бег по пересеченной местности.

Кроссовая подготовка (бег по пересеченной местности).

Тренировка: равномерный бег на местности малой и средней интенсивности для юношей – 2000-3000м, для девушек – 1000-2000м.

Техника бега по твердому, мягкому и скользкому грунту.

Тренировка: переменный бег на местности малой и средней интенсивности. Юноши – 2000-3000м, девушки – 1000-2000м.

Тема 2. Общефизическая подготовка (ОФП).

Развитие силовых качеств.

Подтягивания, отжимания, упражнения на пресс: - поднимание туловища из положения лёжа на наклонной скамье при закрепленных ногах;

- поднимание ног в положении лёжа на наклонной доске.

Развитие общей выносливости.

Равномерный бег умеренной интенсивности 45-50% от максимальной (5-6 мин.) в чередовании с ходьбой (3-4 км). Развитие скоростно-силовых качеств.

Повторный бег на коротких отрезках сериями, беговые и прыжковые упражнения (многоскоки, прыжки на одной ноге, на двух, выпрыгивания, скакалка) – 2-3 серии по 20-30 метров.

Прыжок в длину с места. Тройной прыжок в длину с места Техника выполнения.

Развитие скоростной выносливости.

Переменный бег по дистанции с изменением темпа. Повторный бег на коротких (50-60 м) и средних (200-300 м) отрезках сериями по 3-4 повторения.

Тема 3. Спортивные игры.

3.1. Баскетбол

Теоретические сведения.

Техника передвижения в защите и нападении: перемещения, остановки повороты. Ловля и передача мяча двумя руками на уровне груди. Ведение мяча. Бросок в движении. Вырывание и выбивание мяча. Учебная игра. Сочетание перемещений с выполнением технических приемов нападения. Ведение мяча с изменением направления и скорости, правой и левой рукой. Бросок мяча одной рукой и двумя от головы. Броски с точек. Штрафной бросок. Учебная игра.

Взаимодействия игроков нападения и защиты.

Ловля и передача мяча в сочетании с другими техническими приемами нападения. Ловля высоко летящих мячей в прыжке и после отскока от щита.

Передача мяча от головы. Личная система защиты по всей площадке.

Учебная игра.

Перемещения в нападении. Ведение мяча при сближении с соперником. Встречная передача мяча. Дистанционные броски. Взаимодействия игроков в нападении и защите. Зонная защита. Учебная игра.

3.2. Волейбол

Теоретические сведения.

Ознакомление с техникой: стойка волейболиста, перемещения, прием и передача сверху двумя руками, приём снизу двумя руками, подача нижняя прямая. Учебная игра.

Изучение техники перемещения, передачи и приёма мяча в сочетании.

Приём мяча с падением и перекатом. подача верхняя прямая. Правила игры в волейбол. Учебная игра.

Изучение техники нападающего удара. подача, приём подачи.

Тактические действия в нападении и защите. Учебная игра.

Приём мяча снизу одной рукой с падением, нападающий удар.

Блокирование. подача верхняя прямая. Учебная игра с применением изученных приёмов игры и тактических действий.

3.3. Мини-футбол.

Теоретические сведения.

Ознакомление с техникой: стойка футболиста, ведение, удары и остановка мяча.

Ознакомление с основными правилами игры в мини-футбол. Удар по летящему мячу средней частью подъёма стопы. Игра в квадрате.

Двусторонняя игра. Ознакомление с техникой игры головой: удар по мячу головой в прыжке с разбега серединой лба, удар боковой частью лба.

Двусторонняя игра.

Тактика игры в нападении и защите. Отбор мяча у соперника наложением стопы и толчком плеча в плечо. Штрафные удары по воротам.

Двусторонняя игра с применением изученных технических приёмов.

Тактика игры в нападении и защите. Отбор мяча у соперника наложением стопы и толчком плеча в плечо. Штрафные удары по воротам.

Двусторонняя игра с применением изученных технических приёмов.

Обманные движения, обводка противника. Тактические действия.

Техника игры вратаря. Штрафные удары по воротам. Учебная игра.

3.4. Бадминтон.

Теоретические сведения.

Обучение удару открытой стороной ракетки (удар сверху) и нападающему удару “смеш”.

Обучение ударам сбоку, у сетки. Обучение подачам и перемещениям на площадке. Обучение технико- тактическим действиям игры в одиночке и в паре.

Игровая практика, участие в мини-турнире.

3.5. Настольный теннис.

Теоретические сведения.

Обучение игровой стойке и технике простейших элементов: “тычёрк” или “толчок”, “блок”, “откидка”.

Обучение технике подач и ударов “накатом”. Обучение технике ударов и подач “накатом” справа.

Обучение технике “топ-спин”. Обучение технике ударов по “свечам”.

Тема 4. Оздоровительная аэробика (девушки)/ Атлетическая подготовка (юноши).

Теоретические сведения.

Техника основных танцевальных шагов (без движения рук, с движением рук). Упражнения на все группы мышц. Стретчинг. Степ-аэробика.

Движения танцевального комплекса, укрепление мышц спины, груди, рук, голени и пресса. Шейпинг.

Комплексы с применением отягощений, укрепление мышц туловища, ног и рук. Комплексы с применением степ – платформы.

Теоретические сведения.

Ознакомление с техникой выполнения упражнений на тренажерах. Режим дыхания. Методические приемы.

Развитие основных мышечных групп (мышцы спины, живота, рук и ног):

1. Подтягивание на перекладине или верхние тяги с прямым и обратным хватом грифа тренажера.

2. Приседания со штангой на плечах.

3. Жим штанги над головой.

4. Сгибание рук со штангой в положении стоя.

5. Подъем туловища из положения лежа.

Упражнения выполняются в 1-2 подходах по 6-8 раз.

Упражнения для укрепления мышц груди, плечевого пояса, трицепсов, бицепсов и брюшного пресса:

1. Жим штанги лежа на горизонтальной скамье.

2. Жим штанги широким хватом на горизонтальной скамье.

3. Жим штанги над головой.

4. Сгибание рук со штангой в положении стоя.

5. Разгибание рук на блочном тренажере в положении стоя.

6. Переход из положения лежа в положение сидя с поворотом корпуса.

Упражнения выполняются в 1-2 подходах по 10-15 раз.

Упражнения для укрепления мышц нижней части спины, сгибателей бедра, ягодич, мышц живота.

1. Приседание со штангой на плечах.

2. Становая тяга.

3. Становая тяга на прямых ногах с широким хватом грифа штанги.

4. Динамические выпады со штангой на плечах.

5. Подъем ягодич в положении лежа с поднятыми прямыми ногами.

Упражнения выполняются в 1-2 подходах по 8-10 раз.

Упражнения для укрепления мышц спины, плечевого пояса и брюшного пресса:

1. Подтягивание на перекладине.

2. Сгибание рук в положении сидя с обратным хватом грифа тренажера.
 3. Сгибание рук в положении сидя с прямым хватом (имитация гребли).
 4. Наклоны вперед со штангой на плечах в положении стоя.
 5. Сгибание рук со штангой на бицепс.
 6. Подъем туловища с весом на плечах из положения лежа.
- Упражнения выполняются в 2 подходах по 10-15 раз.

Комплекс упражнений по атлетической гимнастике – это сложная система, включающая в себя набор упражнений и выбранный режим тренировок.

Примерный комплекс упражнений:

1. Жим штанги широким хватом в положении лежа на спине;
2. Разведение рук с гантелями в положении лежа на спине;
3. Тяга штанги к животу в положении стол в наклоне;
4. Подтягивание на перекладине широким хватом до касания затылком;
5. Жим штанги широким хватом в положении сидя;
6. Разведение рук с гантелями в положении сидя;
7. Приседание со штангой на плечах;
8. Поднимание на носки, расположенные на бруске, со штангой на плечах;
9. Сгибание рук со штангой к плечам в положении стоя;
10. Разгибание рук со штангой (французский жим).

Тема 5. Контрольные нормативы

Уровень освоения учебной дисциплины студентами через комплексную проверку знаний, методических и практических умений, характеристику общей физической, спортивно-технической подготовленности студента, его психофизической готовности к профессиональной деятельности.

4. Фонд оценочных средств промежуточной аттестации по дисциплине

4.1. Формы и методы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации.

4.1.1. В ходе реализации дисциплины Б1.В.14 «Элективные курсы по физической культуре и спорту» используются следующие методы текущего контроля успеваемости обучающихся:

– при проведении практических занятий:

- Контрольные практические нормативы ;

4.1.2. Промежуточная аттестация проводится в форме зачета.

Зачет по дисциплине получают студенты, получившие не менее 60 баллов при текущей аттестации.

При подготовке к зачету студенты, освобожденные от практических занятий, внимательно просматривают литературу и источники интернета, предусмотренные в рабочей программе, и готовят реферат. Для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и обучающихся инвалидов при необходимости предусматривается увеличение времени на подготовку к зачёту/экзамену, а также предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на зачёте/экзамене. Процедура проведения промежуточной аттестации для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и обучающихся инвалидов устанавливается с учётом индивидуальных психофизических особенностей. Промежуточная аттестация может проводиться в несколько этапов.

4.2. Материалы текущего контроля успеваемости.

Контрольные нормативы ОСНОВНАЯ ГРУППА

100% = 60% (работа на занятии) + 40% (2 норматива по 20 баллов)

<i>1 курс</i>		Юноши	Девушки
1 семестр	1 срез Контрольные тесты	1.Прыжок в длину с места 2.Подтягивания/гиря	1. Бег 30м 2.Сгибание и разгибание рук в упоре лежа
	Зачетный норматив	1.Бег 60м 2. Бег 1000м	1. Прыжок в длину с места 2. Бег 1000м
	2 срез Контрольные тесты	3. Подъём туловища из исходного положения лёжа на спине в сед (макс). 4. КСУ-1	3. Подъём туловища из исходного положения лёжа на спине в сед (макс). 4.Прыжки на скакалке за 1 мин.

	Зачетный норматив	3.Сгибание и разгибание рук в упоре лежа 4. Челночный бег 5x10	3.Поднимание и опускание прямых ног 4.КСУ-1/КДТ
2 семестр	1 срез Контрольные тесты	1.Поднимание и опускание прямых ног 2.Подтягивания/гири	1. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. 2. Гибкость
	Зачетный норматив	1.Подъём туловища из исходного положения лёжа на спине в сед (2 мин) 2.Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях	1.Подъём туловища из исходного положения лёжа на спине в сед (1 мин.). 2.Прыжки на скакалке за 1мин.
	2 срез Контрольные тесты	3.Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (до касания грудью пола). 4.Бег 100м	3. Прыжок в длину с места 4. Бег 60м
	Зачетный норматив	3. Прыжок в длину с места 4. Бег 3000м	1. Челночный бег 3x10 2.Бег 2000м

ОСНОВНАЯ ГРУППА

100% = 60% (работа на занятии) + 40% (2 норматива по 20 баллов)

2 курс		Юноши	Девушки
3 семестр	1 срез Контрольные тесты	1.Прыжок в длину с места 2. Бег 100м	1. Бег 60м 2. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа
	Зачетный норматив	1. Подтягивания/гири 2. Бег 1500м	1. Прыжок в длину с места 2. Бег 1000м
	2 срез Контрольные тесты	3.Сгибание и разгибание рук в упоре лежа до касания грудью пола 4. Лягушка	3. Подъём туловища из исходного положения лёжа на спине в сед (макс). 4. Прыжки на скакалке за 1 мин.
	Зачетный норматив	3.Подъём туловища из исходного положения лёжа на спине в сед (1 мин) 4.Челночный бег 10x10	3. Поднимание и опускание прямых ног 4. КСУ-1/КДТ
4 семестр	1 срез Контрольные тесты	1. Подъём туловища из исходного положения лёжа на спине в сед 2 мин 2. Подтягивания/гири	1. Подтягивание на низкой перекладине или Сгибание и разгибание рук в упоре лежа 2. Гибкость
	Зачетный норматив	1.Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях 2.Поднимание и опускание прямых ног	1. Подъём туловища из исходного положения лёжа на спине в сед (1 мин.). 2. Прыжки на скакалке за 1мин.
	2 срез Контрольные тесты	3. Тройной прыжок в длину с места 4. Бег 100м	3. Прыжок в длину с места 4. Бег 60м
	Зачетный норматив	3. Бег 200м 4. Бег 3000м	3. Челночный бег 5x10 4. Бег 2000м

ОСНОВНАЯ ГРУППА

100% = 60% (работа на занятии) + 40% (2 норматива по 20 баллов)

3 курс		Юноши	Девушки
5 семестр	1 срез Контрольные тесты	1.Подтягивания/гиря 2. Бег 100м	1. Бег 100м 2. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа
	Зачетный норматив	1. Прыжок в длину с места 2.Бег 1500м	1.Прыжок в длину с места 2.Бег 1000м
	2 срез Контрольные тесты	3. КСУ-3 4. Удержание в висе на согнутых руках	3. Подъём туловища из исходного положения лёжа на спине в сед (макс). 4.Прыжки на скакалке за 1 мин.
	Зачетный норматив	3.Сгибание и разгибание рук в упоре лежа до касания грудью пола 4.Челночный бег 10х10	3.Поднимание и опускание прямых ног 4. КСУ-1/КДТ
6 семестр	1 срез Контрольные тесты	1.Поднимание и опускание прямых ног 2.Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях	1. Подтягивание на низкой перекладине или Сгибание и разгибание рук в упоре лежа 2. Гибкость
	Зачетный норматив	1.Подъём туловища из исходного положения лёжа на спине в сед 2 мин 2.Подъем переворотом на перекладине /гиря/ Подтягивания	1.Подъём туловища из исходного положения лёжа на спине в сед (1 мин.). 2.Прыжки на скакалке за 1мин.
	2 срез Контрольные тесты	3. Тройной прыжок в длину с места 4. Бег 00м	3.Прыжок в длину с места 4. Бег 30м
	Зачетный норматив	3.Бег 500м 4.Бег 3000м	3.Челночный бег 3х10 4.Бег 2000м

ОСНОВНАЯ ГРУППА

100% = 60% (работа на занятии) + 40% (2 норматива по 20 баллов)

4 курс		Юноши	Девушки
7 семестр	1 срез Контрольные тесты	1.Прыжок в длину с места 2. Подтягивания/гиря	1. Бег 100м 2. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа
	Зачетный норматив	Бег 100м Бег 1500м/3000м	Прыжок в длину с места Бег 1000м/2000м
	2 срез Контрольные тесты	1. КСУ-3 2. Челн. бег 10х10	1. Подъём туловища из исходного положения лёжа на спине в сед (макс). 2.Удержание в висе на согнутых руках или Подтягивание на низкой перекладине
	Зачетный норматив	Лягушка или Прыжки на скакалке за 1мин.	Поднимание и опускание прямых ног

		Удержание в висе на согнутых руках	КСУ-2
--	--	---	--------------

****Примечание:** Содержание контрольных тестов в срезах может быть изменено по решению кафедры.*

СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА (ДЕВУШКИ)
100% = 60% (работа на занятии) + 40% (4 норматива по 10 баллов)

№	Баллы нормативы	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
1 срез, 4 срез											
1.	Отжимания (кол-во раз)	25	23	21	19	17	15	13	12	11	10
2.	Гибкость (см)	18	17	16	14	13	11	9	8	6	4
3.	Броски б/б мяча в корзину(кол-во раз)	5		4		3		2		1	
4.	Бадминтон (кол-во раз)	30	28	26	24	22	20	18	16	14	12
Зачетные нормативы											
5.	Ходьба 10 кругов (мин)	11.30	11.40	11.50	12.00	12.10	12.20	12.30	12.40	12.50	13.00
6.	Уголок (кол-во раз)	18	17	16	15	13	11	10	9	7	5
2 срез, 3 срез											
7.	Пресс макс(кол-во раз)	45	44	43	42	41	40	38	36	33	30
8.	Равновесие (сек)	40	36	32	28	23	18	15	12	8	5
9.	Волейбол (кол-во раз)	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6
10.	Планка (сек)	65 сек	60	55	50	45	40	35	30	25	20
Зачетные нормативы											
11.	Отжимания на повышенной опоре (кол-во раз)	25	23	21	19	17	15	13	12	11	10
12.	Приседания (кол-во раз)	40	39	38	37	36	35	34	33	32	31

СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА(Юноши)
100% = 60% (работа на занятии) + 40% (4 норматива по 10 баллов)

№	Баллы нормативы	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
1 срез, 4 срез											
1.	Отжимания или подтягивание на низ. перекладине (кол-во раз)	20	19	18	17	16	15	14	12	9	6
		12	11	10	9	8	7	6	5	4	3
2.	Гибкость (см)	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4
3.	Броски б/б мяча в корзину(кол-во раз)	5		4		3		2		1	
4.	Бадминтон (кол-во раз)	30	28	26	24	22	20	18	16	14	12

Зачетные нормативы											
5.	Ходьба 10 кругов (мин)	11.30	11.40	11.50	12.00	12.10	12.20	12.30	12.40	12.50	13.00
6.	Уголок (кол-во раз)	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11
2 срез, 3 срез											
7.	Пресс макс. (кол-во раз)	55	52	49	45	43	40	37	34	30	25
8.	Равновесие (сек)	40	36	32	28	23	18	15	12	8	5
9.	Волейбол (кол-во раз)	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6
10.	Планка (сек)	65	60	55	50	45	40	35	30	25	20
Зачетные нормативы											
11.	Отжимания или подтягивание на низ. перекладине (кол-во раз)	20	19	18	17	16	15	14	12	9	6
		12	11	10	9	8	7	6	5	4	3
12.	Приседания (кол-во раз)	50	49	48	47	46	45	44	43	42	41

Вопросы текущего контроля для студентов, временно освобожденных от практических занятий

1 курс (1 семестр)

1. Исторические шаги в становлении и развитии физической культуры.
2. Цель и задачи физической культуры.
3. Основные понятия физической культуры: физическая культура, физическое воспитание, физическая подготовленность, физическое развитие, физическая рекреация, физическая реабилитация, спорт.
4. Физическая культура в структуре профессионального образования.
5. Организация физического воспитания в ВУЗе.
6. Работоспособность и влияние на нее различных факторов.
7. Общие закономерности изменения работоспособности студентов в процессе обучения.
8. Средства физической культуры в регулировании психоэмоционального и функционального состояния студентов
9. Использование «малых форм» физической культуры в режиме учебного труда студентов.
10. Особенности проведения учебных занятий по физическому воспитанию для повышения работоспособности студентов.

1 курс (2 семестр)

11. Физические упражнения как основные средства физического воспитания.
12. Оздоровительные силы природы и гигиенические факторы как вспомогательные средства физического воспитания.
13. Назовите внешние факторы, влияющие на здоровье человека.
14. Ожирение и причины его возникновения
15. Профилактика и лечение ожирения.
16. Рациональное питание при активных занятиях физическими упражнениями
17. Методы строго регламентированного упражнения.
18. Методы частично регламентированного упражнения.
19. Понятия "физическая нагрузка" и "отдых" в физическом воспитании.
20. Организация общего порядка учебной деятельности на занятии по физической культуре.

2 курс (3 семестр)

1. Понятие «здоровье», «здоровый образ жизни», его содержание и критерии.
2. Влияние окружающей среды и наследственности на здоровье.
3. Содержательные характеристики составляющих здорового образа жизни.
4. Физическое самовоспитание и самосовершенствование – условие здорового образа жизни.
5. Общие основы обучения движениям.
6. Методические принципы физического воспитания.
7. Общие положения воспитания физических качеств.
8. Общая физическая подготовка ее цели и задачи.
9. Интенсивность физических нагрузок (зоны интенсивности и их характеристика). Энергозатраты при физических нагрузках.
10. Формы занятий физическими упражнениями. Структура занятий физическими упражнениями.

2 курс (4семестр)

1. Определения "физических качеств" и "двигательные способности" и их классификация.
2. Общая характеристика координационных способностей.
3. Силовые способности человека.
4. Методы развития силы.
5. Характеристика скоростно-силовых способностей.
6. Общие представления о скоростных способностях.
7. Понятие выносливости. Представления об общей выносливости.
8. Общая характеристика специальной выносливости.
9. Воспитание гибкости.
10. Диагностика и самодиагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями.

3 курс (5 семестр)

1. Возможности и условия коррекции физического развития и телосложения, двигательной подготовленности в студенческом возрасте.
2. Определение понятия «спорт», его основные отличия от других занятий физическими упражнениями.
3. Массовый спорт, его цели и задачи. Спорт высших достижений.
4. Студенческий спорт, его особенности. Студенческие спортивные соревнования, их характеристика.
5. Выбор видов спорта для укрепления здоровья, коррекции недостатков физического развития и телосложения, для повышения функциональных возможностей организма, для активного отдыха, для подготовки к будущей профессии.
6. Характеристика видов спорта, оказывающих преимущественное воздействие на развитие отдельных физических качеств, и видов спорта комплексного воздействия.
7. Закаливание организма как компонент здорового образа жизни.
8. Рациональное питание как неотъемлемый компонент ЗОЖ.
9. Критерии оценки телосложения.
10. Профилактика нарушений осанки.

3 курс (6 семестр)

1. Общее представление о строении тела человека и его тканях.
2. Общая характеристика мышечной системы
3. Общие представления о кровеносной и дыхательной системах
4. Общая характеристика нервной системы
5. Характеристика вегетативной нервной системы.
6. Общая характеристика желез внутренней секреции и их роль в мышечной деятельности
7. Педагогический контроль, его задачи и содержание.
8. Основные методики контроля за состоянием организма во время занятий физическими упражнениями.
9. Оценка функциональной подготовленности и работоспособности занимающихся.
10. Выдающиеся отечественные спортсмены-олимпийцы (г.Волгограда), их участие в развитии олимпийского движения в нашей стране и мире.

4 курс (7 семестр)

1. Формы и содержание самостоятельных занятий.

2. Пульсовые режимы рациональной тренировочной нагрузки для лиц студенческого возраста.
3. Гигиена самостоятельных занятий (питание, питьевой режим, уход за кожей, элементы закаливания).
4. Гигиена места занятий. Профилактика травматизма.
5. Врачебный контроль, его содержание и периодичность.
6. Методы оценки физического развития и физической подготовленности занимающихся физической культурой. Весо-ростовые показатели, показатели физической подготовленности студентов. Проба Генчи. Проба Штанге.
7. Способы регуляции физической нагрузки.
8. Характеристика утренней гигиенической гимнастики как самостоятельной формы занятий физическими упражнениями.
9. Самоконтроль, его цели, задачи и методы. Дневник самоконтроля.
10. Объективные и субъективные показатели самоконтроля.

Темы рефератов для студентов специальных медицинских групп и временно освобожденных от практических занятий

1 курс 1 семестр

1. Диагноз и краткая характеристика заболевания студента. Влияние заболевания на личную работоспособность и самочувствие.
2. Медицинские противопоказания при занятиях физическими упражнениями и применение других средств физической культуры при данном заболевании (диагнозе).
3. Понятие «здоровье», его содержание и критерии. Функциональные возможности проявления здоровья человека в различных сферах жизнедеятельности. Влияние образа жизни на здоровье.
4. Валеология как наука, понятие о здоровье и факторах здорового образа жизни.
5. Здоровый образ жизни – путь к долголетию.
6. Основные положения организации физического воспитания в вузе. Краткая характеристика ценностных ориентаций студентов на физическую культуру и спорт.

2 семестр

7. Физическая культура личности ее взаимосвязь с общей культурой общества и почему она используется для укрепления здоровья человека?
8. Физическая культура в образе жизни студентов.
9. Рекомендуемые средства физической культуры при своем заболевании.
10. Составить и обосновать индивидуальный комплекс физических упражнений и доступных средств физической культуры (с указанием примерной дозировки).
11. Физиологические критерии здоровья и процессы во время занятий физическими упражнениями.

2 курс 3 семестр

12. Роль и место физической культуры в профилактике сердечно-сосудистых заболеваний.
13. Современные подходы в профилактике различных нарушений опорно-двигательного аппарата средствами физической культуры.
14. Влияние дыхания на функциональное состояние организма.
15. Современные подходы в применении средств физической культуры в профилактике офтальмологических заболеваний.
16. Роль физической культуры и спорта в подготовке студента к профессиональной деятельности.

17. Особенности планирования и содержания самостоятельных занятий по общефизической подготовке.

4 семестр

18. Биологические ритмы и работоспособность. Гипокинезия и гиподинамия, их неблагоприятное влияние на организм.
19. Применение немедикаментозных средств в целях профилактики заболеваний и повышения работоспособности.
20. Самоконтроль на занятиях физической культурой и спортом. Основные методы самоконтроля. Объективные и субъективные показатели, дневник самоконтроля, его назначение
21. Адаптация и резервы организма. Адаптация к физическим упражнениям.

3 курс 5 семестр

22. Основные физические качества. Их воспитание в процессе занятий физической культурой и спортом.

23. Динамика общей работоспособности человека в режиме дня. Особенности ее регулирования средствами физической культуры (физкультурные паузы, физкультурные минутки, подвижные и спортивные игры).

24. Физиологические механизмы и закономерности совершенствования отдельных систем организма под воздействием направленной физической тренировки.

6 семестр

25. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студентов.

26. Интенсивность физических нагрузок, зоны интенсивности нагрузок по частоте сердечных сокращений (ЧСС).

27. Массаж как средство восстановления после физической нагрузки.

4 курс 7 семестр

28. Влияние занятий физической культурой родителей на особенности здоровья и физического развития детей.

29. Использование метода биологической обратной связи (БОС) в медицине и спорте.

30. Современные системы занятий и комплексы физических упражнений, связанные с регулированием телосложения.

31. Формы физической культуры, используемые в организации культурного досуга и здорового образа жизни студентов (туризм, его виды и разновидности, занятия в спортивных секциях и группах общефизической подготовки, самостоятельные занятия физическими упражнениями).

Темы рефератов для студентов заочной формы обучения

1. Диагноз и краткая характеристика заболевания студента. Влияние заболевания на личную работоспособность и самочувствие.

2. Медицинские противопоказания при занятиях физическими упражнениями и применение других средств физической культуры при данном заболевании (диагнозе).

3. Понятие «здоровье», его содержание и критерии. Функциональные возможности проявления здоровья человека в различных сферах жизнедеятельности. Влияние образа жизни на здоровье.

4. Валеология как наука, понятие о здоровье и факторах здорового образа жизни.

5. Здоровый образ жизни – путь к долголетию.

6. Основные положения организации физического воспитания в вузе. Краткая характеристика ценностных ориентаций студентов на физическую культуру и спорт.

7. Физическая культура личности ее взаимосвязь с общей культурой общества и почему она используется для укрепления здоровья человека?

8. Физическая культура в образе жизни студентов.

9. Рекомендуемые средства физической культуры при своем заболевании.

10. Составить и обосновать индивидуальный комплекс физических упражнений и доступных средств физической культуры (с указанием примерной дозировки).

11. Физиологические критерии здоровья и процессы во время занятий физическими упражнениями.

12. Роль и место физической культуры в профилактике сердечно-сосудистых заболеваний.

13. Современные подходы в профилактике различных нарушений опорно-двигательного аппарата средствами физической культуры.

14. Влияние дыхания на функциональное состояние организма.

15. Современные подходы в применении средств физической культуры в профилактике офтальмологических заболеваний.

16. Роль физической культуры и спорта в подготовке студента к профессиональной деятельности.

17. Особенности планирования и содержания самостоятельных занятий по общефизической подготовке.

18. Биологические ритмы и работоспособность. Гипокинезия и гиподинамия, их неблагоприятное влияние на организм.

19. Применение немедикаментозных средств в целях профилактики заболеваний и повышения работоспособности.

20. Самоконтроль на занятиях физической культурой и спортом. Основные методы самоконтроля. Объективные и субъективные показатели, дневник самоконтроля, его назначение

21. Адаптация и резервы организма. Адаптация к физическим упражнениям.

22. Основные физические качества. Их воспитание в процессе занятий физической культурой и спортом.

23. Динамика общей работоспособности человека в режиме дня. Особенности ее регулирования средствами физической культуры (физкультурные паузы, физкультурные минутки, подвижные и спортивные игры).

24. Физиологические механизмы и закономерности совершенствования отдельных систем организма под воздействием направленной физической тренировки.

25. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студентов.

26. Интенсивность физических нагрузок, зоны интенсивности нагрузок по частоте сердечных сокращений (ЧСС).

27. Массаж как средство восстановления после физической нагрузки.

28. Влияние занятий физической культурой родителей на особенности здоровья и физического развития детей.

29. Использование метода биологической обратной связи (БОС) в медицине и спорте.

30. Современные системы занятий и комплексы физических упражнений, связанные с регулированием телосложения.

31. Формы физической культуры, используемые в организации культурного досуга и здорового образа жизни студентов (туризм, его виды и разновидности, занятия в спортивных секциях и группах общеподготовительной подготовки, самостоятельные занятия физическими упражнениями).

Дополнительные вопросы

1. Основные направления воздействия физических упражнений тренировочного режима на организм человека.

2. Современные дыхательные системы и дыхательные упражнения.

3. Роль физической культуры в профилактике простудных заболеваний.

4. Влияние физических упражнений на опорно-двигательный аппарат.

5. Почему необходимо регулярно проводить занятия по профилактике осанки, какие средства используются для этого?

6. Основные методики контроля за состоянием организма во время занятий физическими упражнениями.

7. Врачебно-педагогический контроль состояния сердечно-сосудистой, дыхательной системы, весо-ростовых показателей, физической подготовленности студентов. Проба Генчи. Проба Штанге. Массо-ростовой индекс (Кетле). Стимулирующие индексы и формулы для их расчета.

8. Идеальный вес, идеальная фигура.

9. Стретчинг и его элементы.

10. Аэробика и ее разновидности (аква-аэробика, степ-аэробика, танцевальная и оздоровительная аэробика, аэро-кик и т.п.).

11. Физические упражнения и режимы индивидуальных нагрузок в самостоятельных занятиях по развитию выносливости.

12. Каково содержание индивидуальных закалывающих процедур? Особенности их проведения.

13. В чем различие между общей и специальной выносливостью? С помощью каких упражнений она развивается?

14. Основные мероприятия по профилактике травматизма при самостоятельных занятиях физическими упражнениями: выбор мест занятий, подбор инвентаря и оборудования, контроль за физической нагрузкой, гигиена тела и одежды.

15. Активная и пассивная гибкость тела человека, от чего она зависит, как влияет на здоровье человека, какие упражнения на развитие гибкости используют в индивидуальных занятиях физической культурой?

16. Индивидуальный режим дня, какие задачи он решает, что необходимо учитывать при его организации?

17. Основные формы занятий и комплексы упражнений по развитию телосложения.

18. Отличительные особенности содержания занятий физической общеподготовительной подготовкой, их направленность на укрепление здоровья человека.

19. В чем различие между скоростно-силовыми и собственно силовыми способностями человека? С помощью каких упражнений они оцениваются?

20. Особенности подготовки и проведения туристических походов, организации мест стоянок.

21. Особенности индивидуального планирования физических упражнений для самостоятельных занятий по развитию скоростных способностей.

22. Физическая нагрузка, индивидуальные режимы нагрузок в самостоятельных занятиях по развитию силы.

23. Основные формы оздоровительной физкультуры.

24. Основные понятия теории физической культуры: их сущность и соотношение.

25. Значение олимпийского движения в установлении дружбы и мира между народами, его приверженность идеям справедливости и гуманизма. Выдающиеся отечественные спортсмены-олимпийцы (г.Волгограда), их участие в развитии олимпийского движения в нашей стране и мире.

Показатели оценивания реферата:

- степень раскрытия сути исследуемой проблемы,
- наличие различных точек зрения, а также собственных взглядов на нее,
- объем и оформление текста реферата – объем 10 листов, включая титул, содержание с указанием страниц и список использованной литературы;

оформление: формат А4, шрифт TR 14, интервал 1,5, текст по ширине страницы, поля: левое и правое 2 см, верхнее, нижнее 3см.

Критерии оценивания:

- **90-100** баллов выставляется студенту, если работа отличается самостоятельностью суждений, внутренней логичностью, в ней верно обозначены основные направления дальнейшего развития обозначенной темы, использовано более 5 информационных источников и в тексте есть ссылки на них, присутствует развернутое авторское заключение;

- **75-89** баллов выставляется студенту, если работа содержит элементы самостоятельности в суждениях автора, основная логическая линия просматривается, в ней верно обозначены отдельные направления дальнейшего развития обозначенной темы, использовано 4 информационных источника, которые могут быть отнесены к основным в данной проблемной области, присутствует авторское заключение;

- **60-74** баллов выставляется студенту, если работа в целом адекватно воспроизводит связанные единой идеей основные положения 3-4 информационных источника, которые могут быть отнесены к основным в данной проблемной области, присутствуют ссылки на источники и краткие выводы;

- **менее 60** баллов выставляется студенту, если: содержание реферата не соответствует теме или при написании реферата использовано менее 3 информационных источников, которые могут быть отнесены к основным в данной проблемной области, ссылки на большинство использованных источников отсутствуют, в тексте не просматривается граница между собственными суждениями автора и заимствованными выдержками из использованных информационных источников, отсутствуют авторское заключение или выводы.

Материалы текущего контроля успеваемости предоставляются в формах, адаптированных к конкретным ограничениям здоровья и восприятия информации обучающихся:

для лиц с нарушениями зрения: в печатной форме увеличенным шрифтом, в форме электронного документа, в форме аудиофайла, в печатной форме на языке Брайля.

для лиц с нарушениями слуха: в печатной форме, в форме электронного документа.

для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в печатной форме, в форме электронного документа, в форме аудиофайла.

При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями. Эти средства могут быть предоставлены ВИУ РАНХиГС или могут использоваться собственные технические средства.

При необходимости инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на выполнение заданий.

4.3. Оценочные средства для промежуточной аттестации.

Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения адаптированной образовательной программы. Показатели и критерии оценивания компетенций с учетом этапа их формирования

Код компетенции	Наименование компетенции	Код этапа освоения компетенции	Наименование этапа освоения компетенции
УК ОС-6	способность поддерживать уровень физического здоровья, достаточного для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК ОС-6.1	Формирование способности организовывать свою жизнь в соответствии с социально-значимыми представлениями о здоровом образе жизни, применять способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности, планировать индивидуальные занятия различной целевой направленности.

Этап освоения компетенции	Показатель оценивания	Критерий оценивания
УК ОС-6.1 Формирование способности организовывать свою жизнь в соответствии с социально-значимыми представлениями о здоровом образе жизни, применять способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности, планировать индивидуальные занятия различной целевой направленности.	Знание научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни; влияния оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; способов контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; правил и способов планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности	Демонстрация знаний основных теоретических положений в полном объеме
	Умение выполнить индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнений атлетической гимнастики; осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой; использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни	Умение применять знания на практике в полной мере
	Использовать средства и методы укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, анализировать и оценивать индивидуальное физическое развитие; владеть основными методами подбора комплексов оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной	Свободное владение навыками анализа и систематизации в выбранной сфере

При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями. Эти средства могут быть предоставлены или могут использоваться собственные технические средства;

При необходимости инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на выполнение заданий.

Инструкция по порядку проведения процедуры оценивания предоставляется в доступной форме (устно, в письменной форме, в письменной форме на языке Брайля, устно с использованием услуг сурдопереводчика).

Доступная форма предоставления заданий оценочных средств: в печатной форме, в печатной форме увеличенным шрифтом, в печатной форме шрифтом Брайля, в форме электронного документа, задания зачитываются ассистентом, задания предоставляются с использованием сурдоперевода).

Доступная форма предоставления ответов на задания (письменно на бумаге, набор ответов на компьютере, письменно на языке Брайля, с использованием услуг ассистента, устно).

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

Проведение процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

Шкала оценивания.

Уровень знаний, умений и навыков обучающегося во время промежуточной аттестации определяется оценками «зачтено» или «незачтено».

В соответствии с Положением о структуре и содержании балльно-рейтинговой системы оценки знаний обучающихся в Волгоградском институте управления – филиале ФГБОУ ВО «Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации» (Утверждено Ученым советом ВИУ РАНХиГС от 20.01.2017 г., Протокол №2):

4.4 Методические материалы

Процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций, осуществляются в соответствии с Положением о структуре и содержании балльно-рейтинговой системы оценки знаний обучающихся в Волгоградском институте управления – филиале ФГБОУ ВО «Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации» (Утверждено Ученым советом ВИУ РАНХиГС от 20.01.2017 г., Протокол №2).

Методические материалы по процедуре оценивания.

Требования к рейтингу, посещаемости и зачету для студентов по элективным курсам по физической культуре и спорту

ОСНОВНАЯ ГРУППА (1, 2, 3 курсы)

100% = 60% (работа на занятии) + 40% (2 норматива по 20 баллов). Зачетные нормативы приведены в разделе 4.2.

Учет успеваемости в срезе.

По итогам $\sum$ баллов двух нормативов (от 0 до 40 баллов(%)) и $\sum$ баллов работы на занятии (от 0 до 60 баллов(%)) выставляется успеваемость студента в срезе. Итого 100 %. Студентом на учебном занятии сдается не более одного норматива.

100% = 60% (работа на занятии) + 40% (2 норматива по 20 баллов)

Учет посещаемости.

Для **ОСНОВНОЙ** группы - посещаемость учитывается в конце семестра с занесением в срезовую ведомость. Посещение всех занятий составляет - 100 %.

Текущая успеваемость.

По итогам срезв и посещаемости определяется текущий рейтинг успеваемости, с которым студент подходит к зачету.

Требования к зачету.

1. Зачетные тесты (4 контрольных норматива) - 80 баллов
2. Конспект (написание 10 + проведение 10) - 20 баллов

Итоговая оценка складывается из $\sum$ баллов (текущей успеваемости и баллов, полученных на зачете), деленных на 2.

Рейтинговая оценка:

- 0 – 59 неудовлетворительно
60 – 74 удовлетворительно
75 – 89 хорошо
90 – 100 отлично

СПЕЦИАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА

Учет успеваемости в срезе.

По итогам $\sum$ баллов четырех нормативов (от 0 до 40 баллов(%)) и $\sum$ баллов работы на занятии (от 0 до 60 баллов(%)) выставляется успеваемость студента в срезе. Итого 100 %. Студентом на учебном занятии сдается не **более одного** норматива.

100% = 60% (работа на занятии) + 40% (4 норматива по 10 баллов)

Учет посещаемости.

Для СМГ группы - посещаемость учитывается в конце семестра с занесением в срезовую ведомость. Посещение всех занятий составляет - 100 %.

Текущая успеваемость.

По итогам срезв и посещаемости определяется текущий рейтинг успеваемости, с которым студент подходит к зачету.

Требования к зачету.

1. Зачетные тесты (4 контрольных норматива) - 40 баллов
2. Конспект (написание + проведение) - 20 баллов
3. Реферат (оформление + защита) - 40 баллов

Итоговая оценка складывается из $\sum$ баллов (текущей успеваемости и баллов, полученных на зачете), деленных на 2.

Рейтинговая оценка:

- 0 – 59 неудовлетворительно
60 – 74 удовлетворительно
75 – 89 хорошо
90 – 100 отлично

ОСВОБОЖДЕННЫЕ ОТ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

Учет успеваемости в срезе.

По итогам $\sum$ баллов пяти ответов теоретического материала (от 0 до 100 баллов(%)) выставляется успеваемость студента в срезе. Итого 100 %. Студентом на учебном занятии сдается не **более одной** темы.

1 срез: 5 вопросов теории по 20 баллов

2 срез: 5 вопросов теории по 20 баллов

Учет посещаемости.

Для **ОСВОБОЖДЕННЫХ** - посещаемость учитывается в конце семестра с занесением в срезовую ведомость. Посещаемость будет состоять из посещения занятий для получения и ответа темы 5 занятий в 1 срезе и 5 занятий во 2 срезе, итого 10 занятий будут составлять 100%. Неявка студента в обозначенный преподавателем срок расценивается как пропуск учебного занятия. Пропуски занятий отрабатываются путем дополнительного прихода (с ответом по вопросу) вне расписания.

Текущая успеваемость.

По итогам срезв и посещаемости определяется текущий рейтинг успеваемости, с которым студент подходит к зачету.

Зачетные требования

1. Написание и защита реферата - 90 баллов
2. Участие в конференциях - 10 баллов

Итоговая оценка складывается из $\sum$ баллов (текущей успеваемости и баллов, полученных на зачете), деленных на 2.

Рейтинговая оценка:

- 0 – 59 неудовлетворительно
60 – 74 удовлетворительно
75 – 89 хорошо
90 – 100 отлично

5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

В процессе прохождения дисциплины Б1.В.14 «Элективные курсы по физической культуре и спорту» каждому студенту необходимо:

- систематически посещать занятия по физическому воспитанию (теоретические и практические) в дни и часы, предусмотренные учебным расписанием;
- иметь аккуратно подогнанные спортивный костюм и спортивную обувь, соответствующие виду занятий и погодным условиям;
- соблюдать правила техники безопасности и правила поведения в спортивном зале, в стрелковом тире, на открытой спортивной площадке;
- повышать свою физическую подготовку и выполнять требования и нормы и совершенствовать спортивное мастерство;
- выполнять контрольные упражнения и нормативы, сдавать зачёты по физическому воспитанию в установленные сроки;
- соблюдать рациональный режим учёбы, отдыха и питания;
- регулярно заниматься гигиенической гимнастикой, самостоятельно заниматься физическими упражнениями и спортом, используя консультации преподавателя;
- активно участвовать в массовых оздоровительных, физкультурных и спортивных мероприятиях в учебной группе, на курсе, факультете, в вузе;
- проходить медицинское обследование в установленные сроки;
- осуществлять самоконтроль за состоянием здоровья, физического развития, за физической и спортивной подготовкой.

Рекомендации для студентов специального медицинского отделения

На специальное отделение распределяются студенты, отнесенные по состоянию здоровья в специальную медицинскую группу, а также студенты, освобожденные от практических занятий.

Численность студентов в учебных группах 8-12 человек. Группы формируются по нозологическому признаку, т. е. по заболеваниям.

Предусмотрено проведение занятий по четырем направлениям.

Первое направление. Занятия со студентами, с диагнозом заболевания опорно-двигательного аппарата: сколиозы, остеохондрозы, нарушения осанки, заболевания суставов, последствия травм, врожденные дефекты опорно-двигательного аппарата.

Второе направление. Занятия со студентами, с диагнозом заболевания, внутренних органов:

1. Заболевания сердечно-сосудистой системы: ревматизмы, пороки сердца, кардиосклероз, гипертоническая болезнь.
2. Заболевания органов дыхания: болезни верхних дыхательных путей, бронхиальная астма, хронический бронхит, хроническая пневмония, туберкулез легких.
3. Заболевания органов пищеварения: хронический гастрит, хронический дуоденит, язвенная болезнь желудка и 12 перстной кишки.
4. Заболевания печени и желчных путей: хронический гепатит, хронический холецистит и халаңгит.
5. Заболевания поджелудочной железы: панкреатит.
6. Заболевания почек и мочевыводящих путей: хронический нефрит, хронический нефроз, почечно-каменная болезнь.

7. Заболевания органов кровообращения: лейкозы, анемии.

8. Заболевания эндокринной системы: сахарный диабет, ожирение.

Третье направление. Занятия со студентами, с диагнозом заболевания органов зрения:

- миопия средней и высокой степени;
- астигматизм.

Четвертое направление. Занятия со студентами, освобожденными от практических занятий.

На специальное отделение в любое время учебного года по медицинским показаниям могут переводиться студенты с других отделений.

Рекомендации к методико-практическим занятиям для студентов с заболеваниями опорно-двигательного аппарата

Теоретические занятия:

- клинико-физиологическое обоснование лечебного действия физических упражнений;
- роль плавания в профилактике и лечении заболеваний опорно-двигательного аппарата;

Практические занятия:

- упражнения для формирования правильной осанки;
- упражнения для укрепления мышечного корсета;
- корригирующие упражнения;

Выполнение *контрольных упражнений* для оценки физической подготовленности:

- сгибание и выпрямление рук в упоре лежа (для женщин руки на опоре высотой до 50 см, для мужчин – отжимание от пола);
- поднимание туловища (сед) из положения лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены (упражнение выполняется 1 минуту);
- подтягивание на перекладине (мужчины);
- выполнение комплекса упражнений утренней зарядки, составленного преподавателем; составленного студентом;
- выполнение комплекса упражнений лечебной физкультуры, составленного преподавателем; составленного студентом;
- выполнить упражнения по диагнозу.

Рекомендации к методико-практическим занятиям для студентов с заболеваниями внутренних органов

Теоретические занятия:

- клинико-физиологическое обоснование лечебного действия физических упражнений;
 - гимнастические упражнения, как основная форма занятий при заболеваниях внутренних органов;
 - основы самоконтроля и самостоятельных занятий физическими упражнениями;
 - ознакомление с новейшими оздоровительными технологиями:
- а) дыхательная гимнастика А.Ф. Стрельниковой;
- б) дыхательные практики («рыдающее» дыхание, дыхательная гимнастика по типу Йоги).

Практические занятия:

- общая физическая подготовка;
- общеразвивающие упражнения без предметов, с предметами, в парах;
- основы легкой атлетики;
- общеразвивающие упражнения на все группы мышц (щадящий режим).

Выполнение контрольных упражнений для оценки физической подготовленности:

- сгибание и выпрямление рук в упоре лежа (для женщин руки на опоре высотой до 50 см, для мужчин – отжимание от пола);
- поднимание туловища (сед) из положения лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены (упражнение выполняется 1 минуту);
- подтягивание на перекладине (мужчины);
- выполнение комплекса упражнений утренней зарядки, составленного преподавателем; составленного студентом;
- выполнение комплекса упражнений лечебной физкультуры, составленного преподавателем; составленного студентом;
- выполнение комплекса упражнений дыхательной гимнастики А. Ф. Стрельниковой;
- выполнение 2-3 упражнений дыхательной гимнастики йогов;

Примечание

При выполнении контрольных упражнений необходимо строго учитывать показания и противопоказания для различных заболеваний данной группы.

Рекомендации к методико-практическим занятиям для студентов с заболеваниями органов зрения

Теоретические занятия:

- клинико-физиологическое обоснование лечебного действия физических упражнений;
 - ознакомление с новейшими оздоровительными технологиями в профилактике и лечении глазных болезней:
- а) гимнастика Утехина;
- б) гимнастика Аветисова;
- в) йога для глаз;
- г) гимнастика для снятия утомления с глаз;
- д) методика корригирующей гимнастики для глаз.

Практические занятия:

- поднимание туловища (сед) из положения лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены (упражнение выполняется 1 минуту);
- измерение общей гибкости;
- тест Купера (12-минутное передвижение).
- оздоровительная аэробика (разучивание простейших танцевальных программ в соответствии с мед. показаниями).

Выполнение контрольных упражнений для оценки физической подготовленности:

- выполнение комплекса упражнений утренней зарядки, составленного преподавателем; составленного студентом;
- выполнение комплекса упражнений лечебной физкультуры, составленного преподавателем; составленного студентом;
- выполнить комплекс упражнений для снятия утомления с глаз;
- выполнить несколько упражнений корригирующей гимнастики для глаз;
- выполнить несколько упражнений из гимнастики Утехина;
- выполнить несколько упражнений из гимнастики Аветисова;
- выполнить 2-3 упражнения из комплекса «йога для глаз»;
- выполнить под музыку одну из разученных танцевальных программ;

Рекомендации для студентов, освобожденных от практических занятий

Теоретические занятия:

- физическая культура, как вид культуры общества и личности;
- основные термины и понятия, используемые в физической культуре;
- средства и методы адаптивной физической культуры;
- основы рационального питания;
- основы массажа и самомассажа;
- методика занятий оздоровительной ходьбой;
- методика определения и оценки физического развития человека;
- оценка функционального состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
- определение объема двигательной активности человека и ее оценка;
- определение и оценка конституции человека;
- оценка количества (качества) здоровья, оценка образа жизни человека;
- методика оказания первой доврачебной помощи при занятиях физической культурой;
- методика оценки и развития подвижности в различных суставах;
- определение и оценка силовых возможностей человека;
- определение и оценка различных видов выносливости;
- освоение основных приемов массажа и самомассажа;
- методика тренировки мышц глаз, корригирующая гимнастика при различных заболеваниях глаз;
- оценка и коррекция осанки и форм стопы при помощи физических упражнений;
- методика занятий по оздоровительной системе К. Бутейко и А. Стрельниковой «Дыхательная гимнастика»;
- методика составления комплексов утренней зарядки, производственной гимнастики, комплекса для себя;
- методика составления индивидуальных оздоровительных программ.

Выполнение контрольных упражнений для оценки физической подготовленности:

- выполнение комплекса упражнений утренней зарядки, составленного преподавателем; составленного студентом;
- выполнение комплекса упражнений лечебной физкультуры, составленного преподавателем; составленного студентом.

Зачетные требования:

- определить и оценить физическое развитие человека;
- определить и оценить функциональное состояние сердечно-сосудистой и дыхательной систем человека;
- определить и оценить конституцию человека;
- показать основные приемы массажа и самомассажа;
- составить комплекс производственной гимнастики для себя;
- составить индивидуальную программу закаливания организма;
- участвовать в проведении оздоровительных походов;

- написать и защитить реферат по тематике связанной с заболеванием.

Виды самостоятельной работы студентов

- самостоятельный выбор тем докладов, тезисов, рефератов;
- подготовка докладов, тезисов, рефератов;
- подготовка к участию в дискуссиях, «Круглом столе», и других интерактивных формах занятия;
- анкетирование студентов учебной группы для изучения какой-либо проблемы;
- аналитическое исследование какой-либо проблемы;
- составление комплексов упражнений оздоровительной гимнастики;
- составление комплексов упражнений на развитие отдельных мышечных групп.
- составление личного плана самостоятельных физических упражнений;
- ведение «Дневника здоровья и самоконтроля за состоянием здоровья»;
- проведение самооценки здоровья (по Н.К.Смирнову);
- подбор различных упражнений для развития физических качеств: силы, гибкости, быстроты, выносливости, ловкости;
- выполнение подводящих упражнений для успешной сдачи контрольных упражнений.

Материалы для самостоятельной работы студентов

1. Общие зачетные требования по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту».
2. Тематика рефератов и список литературы для студентов основной и специальной медицинской групп.
3. Тематика рефератов для студентов, освобожденных от практических занятий по ФК.
4. Комплексы общеразвивающих упражнений.
5. Сборник подвижных игр.
6. Самоконтроль на занятиях физической культурой и спортом.
7. Оздоровительный бег: Методические указания для самостоятельных занятий студентов.
8. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений.
9. Методика составления и проведения простейших самостоятельных занятий физическими упражнениями гигиенической или тренировочной направленности.
10. Методика развития физических качеств.
11. Простейшие методики самооценки работоспособности, усталости, утомления и применения средств физической культуры для их направленной коррекции.
12. Методика составления индивидуальных программ занятий оздоровительной направленности.
13. Определение объема двигательной активности и ее оценка. Оценка уровня физической подготовленности человека.
14. Определение телосложения и конституциональных особенностей организма.
15. Контрольные упражнения и нормативы для оценки специальной подготовленности студентов по плаванию.
16. Контрольные упражнения и нормативы для определения специальной подготовленности студентов по спортивным играм (баскетбол, волейбол, футбол, бадминтон, н/теннис).
17. Контрольные упражнения и нормативы для определения специальной подготовленности студентов, занимающихся в группах ОФП и атлетической гимнастикой.
18. Индивидуальные программы для студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья.
19. Дыхательная гимнастика. Основы йоги.
20. Контрольные нормативы и тесты для оценки текущего состояния организма студентов ВФ РАНХиГС. Определение уровня физической подготовленности студентов 1-4 курсов ВФ РАНХиГС.

Настоятельно рекомендуется при подготовке реферата и к тестированию использовать литературные источники научно-методического и методического характера в основном опубликованные на протяжении последних 5 – 10 лет (как отечественные, так и зарубежные).

Порядок усвоения теоретических разделов курса:

1. Ознакомиться с требованиями рабочей программы и методическими указаниями по определенному разделу курса.
2. Изучить учебный материал данного раздела по рекомендуемой литературе и составить конспект.
3. Дать ответы на вопросы для самоподготовки (в письменной или устной форме).

Освоение курса предполагает существенный объем самостоятельной работы с научной литературой. Желательно использование источников из Интернета (сайт ВАК – www.vak.ed.gov, www.teoriya.ru)

Все письменные задания (рефераты) рекомендуется выполнять с набором в компьютерной верстке (сдаются преподавателю в распечатанном виде). Зачет проводится в 1,2,3,4,5,6,7,8 семестре: освобожденные – в виде реферата, основная и смг – контрольные практические нормативы и тестирование в полном соответствии с требованиями. Письменные ответы на

вопросы теста (всего их в каждом варианте - 20) должны включать в себя номер вопроса и один из предложенных вариантов ответа.

Методические рекомендации по написанию рефератов

Реферат является индивидуальной самостоятельно выполненной работой студента. Тему реферата студент выбирает из перечня тем, рекомендуемых преподавателем, ведущим соответствующую дисциплину. Реферат, как правило, должен содержать следующие структурные элементы: титульный лист, содержание, введение, основная часть, заключение, список литературы, приложения (при необходимости).

Рекомендации по изучению методических материалов

Методические материалы по дисциплине позволяют студенту оптимальным образом организовать процесс изучения данной дисциплины. Методические материалы по дисциплине призваны помочь студенту понять специфику изучаемого материала, а в конечном итоге – максимально полно и качественно его освоить. В первую очередь студент должен осознать предназначение методических материалов: структуру, цели и задачи. Для этого он знакомится с преамбулой, оглавлением методических материалов, говоря иначе, осуществляет первичное знакомство с ним. В целом данные методические рекомендации способны облегчить изучение студентами дисциплины и помочь успешно сдать зачет.

6. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", включая перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

6.1. Основная литература.

1. Легкая атлетика: учеб.-метод. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Под общ. ред. И.В.Прохоренко, С.Г.Дзержинского. - ФГБОУ ВПО Рос. акад. народ. хоз-ва и гос. службы при Президенте РФ, ВИУ фил. - Волгоград: Изд-во ВИУ РАНХиГС. 2016 (электронный ресурс).

2. Аэробика для самостоятельных занятий студентов высших учебных заведений: учеб.-метод. пособие / Под общ. ред. Е.П.Удаловой, Н.В.Южаковой. - ФГБОУ ВПО Рос. акад. народ. хоз-ва и гос. службы при Президенте РФ, ВИУ фил. - Волгоград: Изд-во ВИУ РАНХиГС. 2016 (электронный ресурс).

3. Ишмухаметов М.Г. Теория и методика оздоровительно-рекреационной физической культуры и спорта. Йога в физической культуре и спорте [Электронный ресурс]: учеб. пособие..- Пермь. -160. 2013

4. Физическая культура (курс лекций): Учебное пособие. Под общ. ред. И.В.Прохоровой, Г.А.Дзержинского, Л.Б.Дзержинской. – Волгоград: Изд-во ВФ РАНХиГС. 2016 (электронный ресурс).

6.2. Дополнительная литература.

1. М.А. Аварханов [и др.] Актуальные проблемы физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: сборник научно-методических трудов профессорско-преподавательского коллектива, аспирантов, соискателей и студентов. - М. Прометей, 2013

2. Германов Г.Н Двигательные способности и навыки. Разделы теории физической культуры [Электронный ресурс]: учеб. пособие для студентов-бакалавров и магистров высш. учеб. заведений. - Воронеж. - 303 с. , 2017

3. Методическое пособие и технические правила по атлетизму и силовому троеборью (пауэрлифтингу) для студентов 1-5 курсов / Под ред. В.В. Прохоренко. – Волгоград, 2001. – 88 с.

6.3. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы.

При самостоятельной работе достигается конкретное усвоение учебного материала, развиваются теоретические способности и практические навыки, столь важные для современной подготовки специалистов. Формы самостоятельной работы студентов по дисциплине Б1.В.14 «Элективные курса по физической культуре и спорту»: написание конспектов, подготовка ответов к вопросам, написание рефератов, выполнение контрольной работы.

Задания для самостоятельной работы включают в себя комплекс аналитических заданий выполнение, которых, предполагает тщательное изучение научной и учебной литературы, периодических изданий, а также законодательных и нормативных документов предлагаемых в п.6.5 «Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине Б1.В.14 «Элективные курса по физической культуре и спорту».

1. Морозова О.В. Организация и проведение подвижных игр и эстафет для студентов.]: Учеб.-метод. пособие для студентов высш. учеб. заведений. – Волгоград, ВАГС - 48 с. , 2008

2. Морозова О.В. Методика составления конспектов общеразвивающих упражнений, подвижных игр, эстафет. Метод. пособие. – Волгоград, ВАГС - 15 с., 2006

6.4. Нормативные правовые документы.

- Федеральный закон "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" от 04.12.2007 № 329-ФЗ; (с учетом изменений от 13. 12.2010);

- приказ Минобрнауки России от 16.01.2017 N 20 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по специальности 38.05.01 Экономическая безопасность (уровень специалитета)" (Зарегистрировано в Минюсте России 10.02.2017 N 45596);

- приказ ФГБОУ ВО РАНХиГС при президенте Российской Федерации от 27.04.2017 № 01-2345 «Об утверждении образовательного стандарта Академии по специальности 38.05.01 Экономическая безопасность»;

- приказ Минобрнауки России "Об организации процесса физического воспитания в образовательных учреждениях начального, среднего и высшего профессионального образования" от 01.12.99 N 1025;

- приказ ФГБОУ ВО РАНХиГС при президенте Российской Федерации от 27.07.2016 № 02-424 «Об утверждении Порядка проведения в РАНХиГС занятий по физической культуре»

6.5. Интернет-ресурсы, справочные системы.

При поиске электронных версий прочих учебников и учебных пособий, а также учебно-методических разработок рекомендуется воспользоваться каталогам электронных библиотек:

– находящейся в постоянном доступе для студентов и сотрудников академии по продлеваемой подписке Электронной библиотечной системы «Университетская библиотека онлайн»: <http://biblioclub.ru/>

– электронно-библиотечной системы Издательства «Лань»: <http://e.lanbook.com/>

– РГУФКСМиТ: www.sportedu.ru

– НГУ им. П.Ф.Лесгафта: www.lesgaft/spb/ru– Российской национальной библиотеки: www.nir.ru

– научного ресурса www.sego.net

– интегрированной системы информационных ресурсов РАН: www.isip.ras.ru

– научной электронной библиотеки www.e-library.ru.

7. Материально-техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы

Для реализации программы учебной дисциплины используются следующие спортивные сооружения с соответствующим набором спортивного инвентаря.

1. Открытое спортивное сооружение:

- площадка для игры в баскетбол и волейбол;
- легкоатлетические дорожки;
- мини-футбольная площадка с искусственным покрытием;
- спортивный городок.

2. Зал для спортивных игр.

3. Зал фитнеса / аэробики.

4. Тренажерный зал.

5. Скалодром.

Кроме того могут использоваться лекционные аудитории с техническими средствами обучения.

Технические средства обучения:

- проектор, экран, компьютер с лицензионным программным обеспечением Windows 2003 (2003), Windows Vista (2007), Kaspersky Antivirus;

- компьютер с минимальными системными требованиями (процессор: 300 MHz и выше, оперативная память: 128 Мб и выше);

- другие устройства (звуковая карта, колонки и/или наушники);

- устройство для чтения DVD-дисков;

- видеокамера, фотоаппарат, телевизор;

Мультимедиа-презентации с использованием фото- и видеоматериалов.

Обеспечивается возможность беспрепятственного доступа обучающихся инвалидов в аудитории, туалетные и другие помещения, а также их пребывания в указанных помещениях

(наличие пандусов, поручней, расширенных дверных проемов, лифтов, при отсутствии лифтов аудитория располагается на первом этаже, наличие специальных кресел и других приспособлений).

Учебные аудитории для всех видов контактной и самостоятельной работы, научная библиотека и иные помещения для обучения оснащены специальным оборудованием и учебными местами с техническими средствами обучения для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и обучающихся инвалидов с разными видами ограничений здоровья:

- с нарушениями зрения:

Принтер Брайля braille embosser everest-dv4

Электронный ручной видеоувелечитель САНЭД

- с нарушениями слуха:

средства беспроводной передачи звука (FM-системы);

акустический усилитель и колонки;

тифлофлешплееры, радиоклассы.

- с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

передвижные, регулируемые эргономические парты с источником питания для индивидуальных технических средств;

компьютерная техника со специальным программным обеспечением;

альтернативные устройства ввода информации;

других технических средств приема-передачи учебной информации в доступных формах для студентов с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

Доступ к информационным и библиографическим ресурсам в сети Интернет для каждого обучающегося инвалида или обучающегося с ограниченными возможностями здоровья обеспечен предоставлением ему не менее чем одного учебного, методического печатного и/или электронного издания по адаптационной дисциплине (включая электронные базы периодических изданий), в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для обучающихся с нарушениями зрения:

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

Для обучающихся с нарушениями слуха:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Содержание адаптационной дисциплины размещено на сайте информационно-коммуникационной сети Интернет: Ссылка: <http://vlgr.ranepa.ru/sveden/education/> ...

Информационные средства обучения, адаптированные к ограничениям здоровья обучающихся:

электронные учебники, учебные фильмы по тематике дисциплины, презентации, интерактивные учебные и наглядные пособия, технические средства предъявления информации (мультимедийный комплекс) и контроля знаний (тестовые системы).

ЭБС «Айбукс», Информационно-правовые базы данных («Консультант Плюс», «Гарант»).

Мультимедийный комплекс в лекционной аудитории.