

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЛГПУ»)

Институт физического воспитания и спорта
Кафедра физического воспитания

УТВЕРЖДАЮ

Директор Института физического
воспитания и спорта

А.Г. Черноштан

«15» декабря 2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

По направлению подготовки – 39.03.01 Социология

Профиль подготовки – Социология управления

Квалификация выпускника – бакалавр

Форма обучения – очная, заочная

Курс – 1 курс (1, 2 семестры) – ОФО; 1 курс (1, 2 триместры) – ЗФО

Луганск, 2023


Рабочая программа учебной дисциплины «Физическая культура и спорт» является частью основной профессиональной образовательной программы высшего образования для подготовки бакалавров по направлению подготовки – 39.03.01 Социология, профиль подготовки – Социология управления очной и заочной форм обучения.

Рабочая программа учебной дисциплины «Физическая культура и спорт» разработана в соответствии с ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки – 39.03.01 Социология, профиль подготовки – Социология управления очной и заочной форм обучения, утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации № 75 от 05.02.2018


СОСТАВИТЕЛЬ:

заведующий кафедрой физического воспитания, профессор
ФГБОУ ВО «ЛГПУ», заслуженный тренер Украины
Слепцов Валерий Николаевич.

Рабочая программа дисциплины утверждена на заседании кафедры физического воспитания

Протокол от «24» ноября 2023 г. № 4
Заведующий кафедрой физического воспитания  В.Н. Слепцов

Одобрена на заседании учебно-методической комиссии института физического воспитания и спорта

Протокол от «13» декабря 2023 г. № 4
Председатель учебно-методической комиссии института физического воспитания и спорта  О.П. Крайнюк

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий учебно-методическим отделом  В.В. Савенков

Структура и содержание учебной дисциплины

1. Цели и задачи учебной дисциплины

P_ev bamq_gby ^bkpbiebgZ 'Nbabqbk dZhy]l j_mZevd lny]Z
nhjfbjh\Zgbb fbjh\haab_gby mevlmju ebqghklb h[e
]jZ'^Zgkdhc ihabpb_c gjZ\kl_ggufb dZq_kl\
hl_lkl_gghklb kZfhklhyl_evghklvx \ ijbgyllb j_r
lhe_jZglghklvx kihkh[ghklvx mki_rghc khpbZeba
kihkh[ghklb kxhevah\Zlv jZaghh[jZagu_ nhjfu nbabq_
kihjlZ \ ih\k_^g_ghc 'bagb ^ey khojZg_gby b mdj_ie
a^hjh\vy k\hbo [ebadbo k_fvb b ljm^h\h]h dhee_c
'bagb b wnn_dlb\ghc ijhn_kkbhgZevghc ^_yl_evghkl

Задачи учебной дисциплины:

- h[_ki_q_gb_ ihgbfZgby jheb nbabq_kd hclZdme
jZa\blbb ebqghklb fbjh\haab_gby mevlmju ebqghklb
- nhjfbjh\Zgb_ fhilb\Zpbgghklgh]h hlghr_gby d nb
dmevlmju_kihjlmklZgh\db gZ a^hjh\bagb bihlj_[ghkl
j_]meyjagylbyo nbabq_kdbfb mijZ'g_gbyfb
- h\ez^_gb_ kbkl_fhc ki_pbZevguo agZgbc ijZd
gZ\udh\ h[_ki_qb\Zxsbo khojZg_gb_ b mdj_ie_gb_ a
dhfi_gkZlhjguo ijhp_kkh\ dhjj_dpbx bgbxs bdkhyklmlydg
a^hjh\vy ikbobq_kdh_ [eZ]hihemqb_ jZa\blb_
ikbohnbabq_kdbo kihkh[ghkl_c nhjfbjh\Zgb_ ijhn_k
dZq_kl\ b k\hckl\ ebqghklb
- Z^ZilZp[hj]ZgbafZ d \ha^_ckl\bx mfkI_gguo k
gZ]jmahZ lZd'_jZkrbj_gb_ nmgdpbhgZevguo \h
nbabheh]bq_kdbo ikl\kl_gfb_ khijhlb\ey_fhklb aZsbl
hj]Zgb;afZ
- h\ez^_gb_ f_lh^bdhc nhjfbjh\Zgby b \uiheg_
mijZ'g_gbc ha^hjh\bl_evghc gZijZ\e_gghklb ^ey kZf
kihkh[ZfbhklZgljhey ijb \uiheg_gbb nbabq_kdbo gZ]
oZjZdl_jZ ijZ\bezfb ebqghc]b]b_gu jZpbhgZevg
hl^uoZ

2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Mq_[gZy ^bkpbiebgZ 'Nbabqbk dZhy]l j_mZevd lny]Z
jZfdZb[yaZl_evgkcbhdZ '>bkpbiebggu bfh^mlebbfky
[ehdm h[sbo]mfZgblZjgu-aw b hghp b Zekgbo ^bkpbiebg
jZa^_e mq_[gh]hih^fZlgZdb klm^_glh\ \k_o nhjf
gZijZ\e_gbc ih^]hlh\db b ki_pbZevghklHc Ymeb\lkyb
h[yaZevguf jZa^_ehf khp bZgblZgh]h dhfihg_glZ h[jZ
gZijZ\e_gZ gZ nhjfbjh\Zgb_ nbabq_kdhc dmevlmju
ih^]hlh\dm d khipbZekgbhgZevghc ^_yl_evghklb k
mdj_ie_gb_ a^hjh\vy Kihkh[kl\m_l jZkrbjagZgbd b

gZ\udh\ ih nbabheh]bb i_^Z]h]bd_ b ikboheh]bb c
mjh_gv ijhn_kkbhgZevghc dhfi_l_glg hklb [m^ms_]h
Kh^_j'Zgb_ ^bkpbiebg y\ey_lky eh]bq_kdbf
^bkpbiebg _kl_gkZm_qgh]h pbdeZ ^ey \k_o bi_pb
gZijZ\e_gbc mgb_jkb_l_Z

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине «Физическая культура и спорт», соотнесенных с индикаторами достижения компетенций

Код по ФГОС ВО	Индикатор достижения	Результаты обучения по дисциплине
Mgb_jkZevg		
МД	МД.1 МД.2	<p>Знает: k b k l _ f m i j Z d l b m f _ g b c b g Z h [_ k i _ q b \ Z x s b o k h b m d j _ i e _ g b _ a j Z a \ b l b _ k h \ _ j r _ g k l \ h \ Z g b _ i k b o h n b a b q _ k d b o k i h k h [g h k l _ c d Z k \ h c k l \ e b q g h k l b</p> <p>Умеет: d \ Z e b n b p b j h i j b f _ g y l v i j b h [j _ l a g g Z b y b g Z \ u d b i j h n _ k k b h g Z e v g h c ^ _ y l _ e v g h k l b</p> <p>Владеет: a g Z g b k h p b Z e [v o g h e h] b q _ k d h k g h \ n b a b q _ k d h c b a ^ h j h \ h] h h [j Z a Z</p>

4. Структура и содержание дисциплины

4.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

dhjk k_f_khjqghc nhjfu h[mq_gby
1 dmjk 2 ljb f_klju aZhqghc nhjfu h[mq_gby
dmjk ljb f_kghZ hqghc nhjfu h[mq_gby

Вид учебной работы	Объём часов		
	Очная форма	Заочная форма	Очно-заочная форма
Общая учебная нагрузка (всего)	72	72	72
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего часов), в том числе:	24	8	12
E_dpbb	2	8	12

F_lh^b d jZ d l b q _ k d b _ a Z g y l b y	22	---	---
l j Z d l b q _ k d b _ a Z g y l b y	---	---	---
E Z [h j Z l h j g u _ j Z [h l u	---	---	---
D h g l j h e v g u _ j Z [h l u	---	---	---
D m j k h \ Z y j Z h k h \ h c i j h _ d l	---	---	---
> j m] b _ n h j f u h j] Z g b a Z p b b m q _ [
контроль	4	4	4
Самостоятельная работа студента	44	60	56
Форма аттестации	зачет	зачет	зачет

4.2. Содержание разделов учебной дисциплины

Теоретический раздел (лекции для очной формы обучения).

F Z l _ j b Z e j Z a ^ _ e Z i j _ ^ m k f Z l j b \ Z _ l h \ e Z ^ _ g b _ k l
g Z m q i g Z d l b q _ k d b o b k i _ p b Z e v g u o a g Z g b c g _ h [o h ^ k
i j b j h ^ g u o b k h p b Z e v g u o i j h p _ k k h \ n m g d p b h g b j h
d m e v l m j u h [s _ k l \ Z b e b q g h k l b m f _ g b y b o Z ^ Z i l
b k i h e v a h \ Z g b y ^ e y e b q g h k l g h] h b i j h n _ k k b h g
k Z f h k h \ _ j r _ g k l \ h \ Z h j] Z g b a Z p b b a ^ h j h \ h g a g b h [j i Z a Z
\ u i h e g _ g b b m q _ [g h c i j h n _ k k b h g Z e v g h c b k h p b h d m e

Первый курс h [y a Z l _ e v g Z y l _ f Z l b d Z

**Тема 1. Физическая культура и спорт в профессиональной
подготовке студентов и социокультурное развитие личности студента – 2
часа.**

N b a b q _ k d Z y d m e v l m j Z b k i h j l d Z d k h p b Z e v g u c
h [s _ k l \ Z j _ ^ k l \ Z n b a b q _ k d h c d m e v l m j Z k h p b Z e v g u _ n m g d p b b n b a b q _ k d
k i h j l Z N h j f b j h \ Z g b _ n b a b q _ k d h c d m e v l m j Z k h p b Z e v g u _ n m g d p b b n b a b q _ k d
b k i h j l k l j m d l m i j h n _ k k b h g Z e v g h j Z a h \ Z g b y H j] Z - g b a Z
i j Z \ h \ u _ h k g h \ u n b a b q _ k d h c d m e v l m j Z k h p b Z e v g u _ n m g d p b b n b a b q _ k d
J h k k b b

H [s Z y i k b o h n b a b h e h] b q _ k d Z y o Z j Z d l _ j b k l b d Z
^ _ y l _ e k l g h b m q _ [g h] h l j m ^ Z [k b m ^ a Z d Z g h f _ j g h k l b b ^ l
j Z [h l h k i h k h [g h k l b k l m ^ _ g h \ \ h m m b h k g h \ g u _ z n Z
h i j _ ^ _ e y x s b _ l j b a g Z d b j b b g j b j h p b h g Z e v g h] h
i k b o h n b a b q _ k d h] h m l h f e _ g b y h \ Z g b Z [h l h k i h k h [g h k l
i j h n b e Z d l b d b m l h f e _ g b y k l m ^ _ g l h \ \ h l ^ _ e v g u _ i _ j
H i l b f b a Z p b y k h i j y ' z g g h c ^ _ y l _ e v g h k l b k l m ^ _ g l h \ \
k h \ _ j r _ g k l \ h \ Z g b b

**Теоретический раздел (лекции для заочной и очно-заочной формы
обучения).**

F Z l _ j b Z e j Z a ^ _ e Z i j _ ^ m k f Z l j b \ Z _ l h \ e Z ^ _ g b _ k l
g Z m q i g Z d l b q _ k d b o b k i _ p b Z e v g u o a g Z g b c g _ h [o h ^ k
i j b j h ^ g u o b k h p b Z e v g u o i j h p _ k k h \ n m g d p b h g b j h
d m e v l m j u h [s _ k l \ Z b e b q g h k l b m f _ g b y b o Z ^ Z i l

bkihevah\Zgby ^ey ebqghklgh]h b ijhn_kkbbhg
kZfhkh_jr_gkl\h\Zgby hj]ZgbaZph[pZaZbajghh]hjb
\uiheg_gbb mq_ghc ijhn_kkbbhgZevghc b khpbhdme

Первый курс (обязательная тематика)

Тема 1. Физическая культура и спорт в профессиональной подготовке студентов и социокультурное развитие личности студента – 2 часа.

Nbabq_kdZy dmevlmjZ b kihjl dZd khpbZevguc
h[s_kl\Z Kj_^kl\Zd h b adme klmju b kihjlZ Hkgh\gu_k
nbabq_kdhc dmevlmj b kihjlZ KhpbZevgu_nmgdpb
kihjlZ Nhjfbjh\Zgb_nbabq_kdhc dmevlmj ebqghklh
b kihjl \ kljmdlmj_ijhn_kkbbhgZevgh]h h[jZah\Zgl
ijZh\u_hkgh\u nbabq_kdhc dmevlmj b kihjlZ klm
Jhkkbb

H[sZy ikbohnbabheh]bq_kdZy oZjZdl_jbklbdZ
^_yl_evghklb b mq_gh]h ljm^Z klm^_glZ H[sb_aZ
jZ[h]hkihkh[ghklb klm^_glh\ \ mq_ghfnZd^lmjub_zk
hij_^_eyxsb_ ljbagZdb b djb\wfbp bbgZjaggh]h
ikbohnbabq_kdh]h mlhfe_gby J_]mebjh\Zgb_
ijhnbeZdlbdb mlhfe_gby klm^_glh\ \ hl^_evgu_i_j
HilbfaZpby khijy'zgghc ^_yl_evghklb klm^_glh\h
kh_jr_gkl\h\Zgbb

Тема 2. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом – 2 часа.

>bZ]ghklbdZ b kZfh^bZ]ghklbdZ khklhygby hj]Zg
aZgylbyo nbabq_kdbfb mijZ'g_gbyfb b kihjlhf_]k]Zc
kh^_j'Zgb_^Z]h]bq_kdbc dhgljhev \]h khg^ijh^Zggh
hkgh\gu_f_lh^imdZaZl_ebkihevah\Zgb_f_lh^h\ kl
Zgljihf_ljbq_kdbo bg^_dkh\ ghfh]jZff nmgdpb
mijZ'g_gblh\ ^ey hp_gdb nbabq_kdh]h jZa\blby
nmgdpb^vgZ]h khklhygby hj]ZgbafZ nbabq_kdhc
Dhjj_dpby kh^_j'Zgby b f_lh^bdb aZgylbc nbabq_k
kihjlhf ih j_amevlZlZf ihdZaZl_e_c dhgljhey

Тема 3. Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений – 2 часа.

OZjZdl_jbklbdZ hkh[_gghkl_cb^h\h^hjdZl_bkybkl_fu
nbabq_kdbo mijZ'g_gbc gZ nbabq_kdh_jZa\blb_
ikbobq_kdb_dZq_kl\Z b k\hckl\Z ebqghklb Fh^_
kihjlkf_gZ \ukhdh]h deZkkZ Hij_^_eqgkihjl_gbc
ih^]hlh\db beb aZgylbc kbkl_fhc nbabq_kdbo mijZ'g
<hafh'gu_nhjfu hj]ZgbaZpbb lj_gbjh\db \ \ma_
l_jki_dlb\gh_ l_dms_ b hi_jZlb\gh_ieZgbjh\
Hkgh\gu_imlb ^hklb'_gby g_h[oh^bfhc kljmlb\lmju

aZgbfZxsbooky Dhgljhev aZ wnn_dlb\ghklvx lj_gk
 Ki_pbZevgu_ aZq_lgu_ lj_[h\Zgby b ghjfZlb\u ih
 h[mq_gby ih ba[jZgghfm \b^m kihjlZ beeb kbkl_f_ nl
 DZe_g^Zjv klm^_gq_kdbo khj_\gh\ZgbcnbdZiphlyb\pZ
 ijZ\beZ kihjlb\guo khj_\gh\Zgbc \ba[jZgghf \b^_ kih

Тема 4. Основы здорового образа жизни студента. Физическое воспитание в обеспечении здоровья – 2 часа.

A^hjh\v_ q_eh_dZ dZd p_gghklv b nZdlhju
 <aZbfhk\yav h[s_cu dmevlmgjZ b_]h h[jZaZ 'bagb
 'bag_^_yl_evghklb klm^_glh\ b __ hljZ'_gb_ \ h[j
 h[jZa 'bagb b_]h khkEzqyxsb_lghr_gb_ d a^hjh\vxc
 nhjfbjh\Zgby a^hjh\h]h h[jZaZ 'bagb Hkgh\gu_ lj_[l
 a^hj\h]h h[jZaZ 'bagb Nbabq_kdh_ kZfh\
 kZfhkh_jr_gkl\h\Zgb_ \ a^hjh\hf h[jZa_ 'd bagghkDjb
 a^hjh\h]h h[jZaZ 'bagb

Тема 5. Социально-биологические основы физической культуры и спорта – 2 часа.

Hkgh\gu_ l_jfbHj]Zgbaf q_eNmgZpbhgZevgu_ kb
 hj]ZgbafZ=hf_hklZaabkl_glg:hKZilZpby KZfhj_]meyp
 kZfhkh_jr_gkl\h\Zgb_ h[j]ZgbafZabylh^bgZfbyne_dk
 =bihdkBZdkbfZevgh_ ihlj_[e_gb_ dbke bplq^bzgZ.FFDD

Тема 6. Лечебная физическая культура как средство профилактики и реабилитации при различных заболеваниях – 2 часа.

Hkgh\gu_ l_jfbEguq_[gZy nbabq_kdZy dmevlm
 J_Z[beklZpb_ygyy]b]b_gbq_kdZy]bfgZklbdZ

4.3. Лекции ^ey hqghc nhjfu .h[mq_gby

1 КУРС				
№ п/п	Название темы	Объем часов		
		Очная форма		
		1 семестр	2 семестр	Всего
1	L_fZ Nbabq_kdZy dmevlm ijhn_kkbhgZevghc ih^]hlh\d_ khpbdmevlmjgh_jZa\blb_eb	2		2
	Итого:	2		2

Лекции

№ п/п	Название темы	Объем часов	
		Заочная форма	Очно-заочная форма
1	L_fZ Nbabq_kdZy dmevlmjhZ ijhn_kkbhgZevghc ih^]hlh\d_ khpbdmevlmjgh_jZa\blb_ebc	2	2
2	L_fZ KZfhdhgljhev aZgb nbabq_kdbfb mjjZbgbgkihjlhf	2	2
3	L_fZ Hkh[_gghklb aZgylbc ba[kihjlZ beeb kbkl_fhc nbabq_kdb	2	2
4	L_fZ Hkgh\ u a^hjh\h]h h klm^_glZ Nbabq_kdh_ \hkiblZ a^hjh\vy	2	2
5	L_fZ . KhpZevghc]bq_kdb_ nbabq_kdhc dmevlmju b kihjlZ	---	2
6	L_fZ. E_q_[gZy nbabq_kdZy kj_^kl\h ijhnbeZdlbdb b j_Z[jZaebqgu aZ[h.e_\Zgbyo	---	2
Итого:		8	12

E_dpbhgguc i d m j b a b q _ k d h c d m e v l m j h i j f b j m _ l m
h[mqZxsbooky kbkl_fjZdgZm k o agZgbc b p_gghklgh
d nbabq_kdhc b n k e m j m j Z g g u _ a g Z g b y g _ h [o h ^ b f u ^ e
khpZevghc jheb nbabq_kdhc dmevlmju b kihjlZ \
kh\j_f_gguo m k ' e l a d y ^ o _ y l _ e v g h k l b b i j b h r h j q Z x g b f b k y
kh\j_f_gguZomqguo agZgbbhgZinhog k d b o b i j Z d l b q _ k o
nbabq_kdhc dmevlmju kihjlZ b a^hjh\h]h h[jZaZ 'ba

4.4. Методико-практические занятия

1 КУРС				
№ п/п	Название раздела	Объем часов		
		Очная форма		
		1 семестр	2 семестр	Всего
1	=bfgZklbdZ	4	4	8
2	Kihjlb\gu_ b]ju	4	4	8
3	lh^ \b'gu_ b]ju	2	4	6
	Blh]h	10	12	22

AZgylby ih nbabq_kdhc k l m j d i h i m j k _ f g Z i j Z \ e _ g b
[ZdZeZ\jbZlZ ijhgZ^y d m j k h q g h c n h j f u h [m q _ g b y i h ^
hkms_kl\ey_lky \ jZfdZo mq_[ghc ^bkp d m e v g m j Z N b
kihjl(\ khklZ[y a Z l _ e q g k b b m q _ [g h] h i e Z g Z b H H I < H
H[sZy ljm^h_fdhklv hk\h_gbyN b a b p b k e d Z g y u d m e v l
kihjl ^ey klm^_glh\ hqghc nhjfu h[mq_gby khklZ

ihk_\$ZaZgylby kh]eZkgh jZkibkZgbx k\h_c mq_[ghc]
h]jZgbq_gby ^\b]Zl_evghc gZ]jmadb \ aZ\bkbfbh
ijh]b\hihdZaZgbc h[mkeh\^e_gguo dhgdj_lguf aZ
khh]l\lkl\bb k j_dhf_g^Zpbyfb \jZqZ
< ki_pbZmxg_ ^bpbgkdmx]anZijlkeyxiky h[mqZxs
bf_xsb_ hldhg_gby a^hjh\vy kh]eZkgh ^bZ]gham
f_ ^bpbgkdh]h .hkfh]jZ
F_ ^bpbgkdh]h ^himkd_ d aZgylbyf ihdmbeavb d]kd
kihjlmlm^_g h]udmjkh\ h[yaZgu^b] ^Zllh]Zl bgklb_lndZgZl
nZdmevl_lZdh]h]b h[mqZxikhyd hk\h[h'^_gby hl aZg
nbabq_kdhc dmevlmj_ hij_ ^_ey_lky f_ ^bpbgkdbf mqj

Организация учебного процесса

по дисциплине «Физическая культура и спорт»

>ey j_ZebaZpbbb]_l^bZpbiebgu 'Nbabq_kdZy d
kihjl' \k_o gZijZ\en gbb_c jkbklhZ^_gliZf^eZ]Z_lky bamq
^bkpbiebggu 'Nbabq_kdZy kd h]e l]mjjZlbq_kdbffblh^bdh
ijZdlbq_kdbZpbylbyfb H[jZah\Zl_evgy h[eZklv nbab
kihjlZijbaZgZ knhjfbjh\u\Zlv m klm^_glh\ mklhcqb
ihlj_[ghklb \ [_j_ 'ghf hlg hr_gbb d k\h_fm a^hjh\vx
k\hbo nbabq_kdbo b ikboheh]bq_kdbo dZq_kl\ l\h
kj_ ^kl\ nbabq_kdhc bdrk eh]l]Zijh]ZgbaZpbb a^hjaZh]h
'bagb < ijhp_kk_ hk\h_gby m klm^_glh\ nhjfl
ij_ ^klZ\^e_gb_ h_ ^bgkl\ [bheh]bq_kdh]h ikboheh]
gZqZeZ \ q_eh\ _d_ aZdhgZo b aZdhghf_jghklyo jZa
_]h ikbohnbabq_kdhc ijbjh^u

F_lh^b]jZdlbkd_b_Zgylby nbabq_kdhc h]m]hkihjlhf
ngb\ _jkb]l_l_ hkms_kl\eyxiky \ jZaebqguo nhjfZo dh
^hihegyxl ^jm] ^jm]Z b ij_ ^klZ\eyxl kh[hc _^bguc i
\hkiblZgby h[mqZxsboky

Mq_[guc ijhp_kk hj]Zgbam_lky gZklmkgg l]h\ \u[
bgl_jZknbadmevlh]m]ghjh\bl_evghc gZijZ\^e_b]ghkklbh]lZ
P_evx ij_ ih^Z\Zgby nbabq_kdbkchjZ\eyl]mkjy hagZdhfe
h[mqZxsboky k h]k^gh]hZ h]h h[jZaZu[hZggh]h \b^Z kih
jZa\blb_ bgl_jmkZ[guf bdmreZlZlb\guf aZg\ylb\yef_gb_
i_jk_dlb\guo kihjlkf_gh\ bamqigbe_ ^mxs_f h\^eZ
l_ogbdhc ba[jZggh]h \b^Z kihjlZ ih\ur_gb_ fZkl_
d\ZebnbdZpbb h[_ki_q_gb_ mqZklby h[mqZxsboky \
kihjlZ

H[mqZxsb_kyldhg_gbyfb \ khklhygbb a^hjh\vy
ojhgbq_kdb_ aZ[he\Zgby \jh'^_ggu_ ihjhdb j
dhfi_gkZpbb beb \j_f_ggh]h oZjZdl_jZ [_a \ujZ
kZfhqm\kl\by aZgbfZxiky \ ki_pbZevghc f_ ^bpbgk
ghaheh]bq_kidhc]jm

Hkgh\ghc p_evx nbabq_kdh]h \hkiBlZgby y\ejZaghlhjhgg_fm jZa\blbx hj]ZgbafZ khojZg_gb_b mkljZg_gb_ nmgdpbhgZevguo hldhg_gbc b g^h jZa\blbb ih\ur_gb_ mjh\gy nbabq_kdhc jZ[hlh\kih ijhn_kkbhgZevgh \Z'guo nbabq_kdbo dZq_kl\ nhjfb kbkl_fZlbq_kdbf aZgylbyf nbabq_kdbfb mijZ'g_gbyf a^hjh\h]h h[jZaZ 'bagb hk\h_gb_ hkgh\guo ^\b] gZ\udh\ ijbh[j_l_gb_ agZgbc b ggZy\udh\h aZdbZ dphZ_ kZfhklhyl_evguo aZgylbc ijh_^_gb_ kZfhdhgljheyb Nbabq_kdZy d m e k l m j i j Z e y k l m ^ _ g b g \ Z e b ^ h \ b k e b p h] j Z g b q _ g g u f b \ h a f h ' g h k l y f b d a x h j h \ v y d Z q _ k l v g h] y a f b g b f m f Z l _ h j _ l b q _ k d b h ^ b d h j Z d f b d _ k d b a Z g y l b y H k h [\ g b f Z g b _ m ^ _ e y _ l k y k j _ ^ k l \ Z f ^ e y m k l j Z g _ g b y h l c a ^ h j h \ v y b nbabq_kdh]h F_jZa\bdjZy d l b q _ k d b _ a Z g i j h \ h ^ y l k y k m q _ l h f j Z [h l h k i h k h [g h k l b b n m g d p b h g Z h [m q Z x s b o k y = e Z \ g u f h [t _ d l h j Z [h l _ k h k l m b g g Z Z b b Z f b b & b p Z h] j Z g b q _ g g u f b \ h a f h ' g h k l y f b y a e ^ y h j h k y y i j b h [j _ l _ g l _ h j _ l b q _ k d b o a g Z g b c \ h [e Z k l b n b a b i q h j k d h j c ^ d k m e v l r k Z f h k l h y l _ e v g h] h i h ^ [h j Z b b a m q _ g b y e b l _ j Z l m h i j _ ^ _ e _ g g h] h h r f t q _ f Z g u o l j _ [h \ Z g b c l j b w l h f r h k h [_ g g h k l b b o i k b o h n b a b q _ k d h] h j Z a \ b l b y b g ^ b \ b b i j b _ g _ h [o h ^ b f h k l b i _ q b \ Z x s _ c d h j j _ d p b x g Z j m r _ g b c k h p b Z e v g m x Z ^ Z i l Z p b x K l m ^ _ g l u \ Z e b ^ u b k e h] j Z g b q _ g g u f b \ h a f h ' g j h k l v y f b \ a Z v f h k l b h l k e h ' g h k l b a Z [h e _ \ Z g b y i m [e b d m x l g Z r b ^ h d e Z ^ Z x l a Z q _ l i l b d _ k d h f m j Z a ^ _ e m i j h] j Z f f u K l m ^ _ g l u h l g _ k _ g g u _ d k i _ p b Z e v g h c f _ ^ b p b g k d k h k g h \ g h c j j m i i h c k h] j Z g b q _ g b y f b h a k h d e Z k b g l _ e e _ d l m f Z e k i g h j l b \ g u a f Z g y f b y r Z o f Z l u r Z r d b L _ d m s Z y Z l l _ k l Z p b y h [m q Z x s b o k y h k m s _ k l \ e y _ l h j _ c l b g] h \ h c k b k l _ f u H p _ g b \ Z _ f u f b d h f i h g _ g l Z f b \ h k \ h _ g b b m q _ [g ' N b a b q _ k d Z y d m e k l m j i j Z y a Z l _ e a Z k c l m n g h] h i e Z g Z b H < H y \ e y x l k y i h k _ s _ g b _ m q _ [g u o a Z g y l f b d h ^ b d d p b i j Z d l b q _ k d b o \ u i h e g _ g b _ a Z ^ Z g b c k Z f h k l h y l _ e v g h c M q _ [g u a Z g y l b y h k g h \ g] j m i i _] ^ _ a Z g b f Z x l k y k l m h k g h \ g h c b i h ^] h l h \ b] l j m e i v g h d Z a b j m x l k y g Z b b j b f _ j Z a g h h [j Z a g u o k j _ ^ k l \ n b a b q _ b d h k d h j d Z k e i v l j m j u g h c b i j h n _ k k b h g _ Z j e v d g h Z ^ g h c n b a b q _ k d h c i h ^] h l h \ d b < f _ l h ^ b d j h Z d l b q _ k d h f j Z a ^ _ e _ f h] m l b k i h e v a h \ Z l m i j Z ' g _ g b y b a j Z a e b q g u o \ b ^ h \ k i h j l Z h a ^ h j h n b a b q _ k d j Z o g m g b c G Z a Z g y l b y o f h] m l i j b f _ g y l v k y l j _

Гимнастика (аэробика, фитнес, стретчинг, пилатес и др.). Bamq_gb_
l_ogbdb b f_lh^bdb ij_ih^Z\Zgby jbfgZklbq_kdbo mi
hj]ZgbaZpb_c h[jZah\Zl_evgh]h ijhp_kkZ klm_bga_bq_k

Спортивные игры (баскетбол, волейбол, футбол, бадминтон,
настольный теннис). Hkgh\u l_ogbdb [_ahiZkghklb gZ
kihjlbgufb b]jZfb

HagZdhfe_gb_ h[mq_gb_ b h\ez^_gb_ ^\b]Zl_
kihjlbguo b]jZa\jr_gkl\h\Zgb_ agZgZcu dhf_lg bjZa\bl
nbabq_kdbo dZifjkd\guo b]jZo

Подвижные игры (эстафеты с элементами подвижных игр). Hkgh\u
l_ogbdb [_ahiZkghklbi gZ\ba'Zguyfb]jZfb

HagZdhfe_gb_ h[mq_gb_ b h\ez^_gb_ ^\b]Zl_
ih^b'guo]jZo Kh\gkjr\h\Zgb_ agZgbc mf_gbc gZ\ud
nbabq_kdbo dZifjkd\guo b]jZo

lh^b'gu_ b]ju bkihevamxiky ^ey ih\ur_gby mjh
jZa\blby \ughkeb\hklb b nbabq_kdhc jZ[hlihki hkh[gh

**СОДЕРЖАНИЕ МЕТОДИКО-ПРАКТИЧЕСКОГО РАЗДЕЛА
ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»
ДЛЯ СТУДЕНТОВ, ОТНЕСЕННЫХ
К СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЕ
(специальной группы «А»)**

>ey bg^b\b^mZe baZpb b ijZdlbq_kdbo aZgylbc
mdj_ie_gby b khojZg_gby a^hjh\vy ^Zggh]h dhglbg]
ijh]jZffm [ueb \g_k_gu ^ey \k_o klm^_glh\ hlg_k_
f_^bpbgkdh]h hkfhljZ \ KF= l_hj_lbq-ikZdlbqbkdbl
aZgylby \h \k_o k_f_kljZo \ i_jbh^ hk\h_gby ^Zgghc

F_lh^bdjZdlbq_kdb_ aZgylby ijba\Zgu ihghjZlv
l_hj_lbq_kdh]h fZl_jbZeZ ih nbabq_kk d jlmZdmZed\lmj\
bamq_gbb fgh]h]jZgguo jZaebqguo ihdZaZl_e_
nmgdpbhgZevgh]h khklhygby hj]ZgbafZ q_eh_dZ
ijZdlbq_kdbo aZgylbc \uihegyxiky dZZfuklkym^evglm
_^_gb_f kZfhdhghjhfeyh\Zgb_ nbabq_kdhc dmevlmj
hlg_k_gguo ih khklhygbx a^hjh\vy d ki_pbZevgZhc f
^ebl_evduc kjhd beb gZ _kv i_jbh^ h[mq_gb_ khdZy
dmevlmjZkihjlkd eZ^u\Z_lky ba jZkrbkZggh]hj_lbrqjkd
ih^]hlh\df_lh^b jZdlbq_kkZofhky l_evguo aZgylbc

F_lh^bdZ hp_gdb mjh\gy nmgdpbhgZevgh]h b n
hj]ZgbafZ Bkihevah\Zgb_ f_lh^h\ klZg^Zjlh\
bg^_dkh\ ghfhjmgdpbhgZevguo ijh[-l_nkiljZ'g^egbbp_g
nmgdpbhgZevgh]h khklhygby nbabq_kdmca b hq^]kdh]e
jZa\blby hj]ZgbafZ k mq_lhf ^Zgguo bjZkfghh]ghjdhgyl

**СОДЕРЖАНИЕ МЕТОДИКО-ПРАКТИЧЕСКОГО РАЗДЕЛА
ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»
ДЛЯ СТУДЕНТОВ ИНВАЛИДОВ И
ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ
(специальной группы «Б»)**

H[mqZxsbfklyg_k_gguf d]j;miij_dhf_g^mxlky aZg
e_q_[ghc nbadmevlmjhk ikj_h\h^Zl\gh_e_f ih bg^b\b^m
ih^oh^mqblu\Zy ghaheh]bb aZ[he)\ZZgbZdklmi'hgIh\g
j_]meyjguo kZfhklhazZgyvlgud ^hfZrgbo mkeh\byo ih
ij_^eh'_gguf \jZghfqi\ghc nbadmehvprhgkdhc hj]ZgbaZ
>ey m^h\hj_gby '_eZgbc b ihlkj_lrhghgll_uZbg^b
ebpZ k h]jZgbq_ggufb \hafh'ghklyhb jaa mjeh\lvZlZ
f_^bpbgkdh]h hkfhljZ hlg_k_gghu]ml d [klfv= g'Z'jZg_Z_gu
hkgh\Zgbb eahZghghgby h '_eZgbb aZgbbZdvexygh]hl^
h[jZah\Zgby b j_Z[bmefbZpjklbI^hZklmig'hdb]Zl_evghc
^_yl_evghklvx

Nhjfbjh\Zgb_ nbabq_kdhc dmevlm]g_kk_lmg^uoglh
ki_pbzevghc f_^bpbgkdh]h hkfhljZ hlg_k_gghu]ml d [klfv= g'Z'jZg_Z_gu
kjhd beb gZ _kv i_jbh^ h[mq_gby ih ^bkpbiebg
jZkrbj_ggh]hldmijkZbq_kdhlc^bdjZdlbq_kidhphlh\db

Blh]hf l_hj_lbq_kdhc ih^]hlh\db yagZmlkgyu gZkbZlZ
l_abkh\^hdeZ^gZibkZgbb gZmqguo klZl_c l_karbkhghlb
^he'_g ihdZaZlv mf_gb_ \uy\eylvZdlmZjémgebjh^Zyvl_h
ijZdlbq_kdbabq]kdhmkiblZgbykihjZ p_eb bZagZ^Zabjh\Zl
mq_[gmx gZmqgmx b f_lh^bq_kdmx ehlj]ZZZmjb_f
ijZdlbqm nbadmehvprhgkdhc ^_yl_evghklb bglbjij_l
hnhjfeylv j_amevlZlu bamqZ_fh]h fZl_jbZeZZlV_eZ
ijZdlbq_kdb_ j_dhf_g^Zpbb ih bamqZ_fhc l_f_

JZ[hIZ ^he'gZ \dexqZlv h[hkgh\Zgb_ \u[hjZ l_fu
ihklZgh\dm aZ^Zq b h[ahj bgnhjZpbhgguo bklhqqb
j_amevlZlh\ bkke_ ^h\Zgby h[km'^_gb_ ihemq
[b[ebh]jZnkbmmdZaZl_ev ijbeagZ'ibklZyg gZmqguo klZl_c
l_abkh\ b ^hdeZ^h\IZd'_ ij_^klZ\eylv_kjh[lhca_kdh
bkke_ ^h\Zgb_ b \uihegylvky \ nhjf_ h[hf\$ahgZ]k
ZgZebahf gh_crbo gZmqguo jZ[hI k\yaZgghu]hf^b
lZdh jZ[hlu ^he'gu [ulv h[h[sZxs_b_ \u\h^u bf_xsb_
ijZdlbq_kdh_ agZq_gb_ LZdZy jZ[hIZ fh'_l [ulv
klm^_gq_gZmqgmx dhgn_j_gpbx

GZibkZgbgZmqguo klZl_c l_abkh\ bjba^mggeZ
oZjZdl_jbah\Zjvlbq_kdmx ih^]hlgldZmikhlm^f_lm ihd
_]h mf_gZfhklhyl_evgh _klb gZmqguc ihbkd b
bkke_ ^h\Zl_jZ[khdbc

МЕТОДИКО-ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

Физическая подготовка – первый год обучения – 22 часа

A Z g y l i b y ^ b k p b i e b g a b d Z k d d m e b l n k j Z j l m g b \ _ j k b l _ l _
h k m s _ k l \ e y x l k y \ j Z a e b q g u o n h j f Z o d h l h j u _ \ a Z b f l
^ j m] ^ j m] Z b i j _ ^ k l Z \ e y x l k h [h c _ ^ b g u c i j h p _ k k n b a
h [m q Z x s b o k y

M q _ [g u _ a Z g e y l b y k _ o k l m n k g l h \ g h c ^] h l h \ b l _ e b g h c
k i _ p b Z e f g h b p b g k d m i [Z a b j m x l k y g Z i j b f _ g _ g b b j Z a g
k j _ ^ k l \ n b a b q _ k d h c d m e v l m j u k i h j l b \ g h c b o Z i g h c k k
n b a b q _ k d h c i h ^] h l h \ d b

< f _ l h ^ b i j Z d l b q _ k d h f j Z a ^ _ e _ f h] m l b k i h e v a h \ Z l
m i j Z ' g _ g b y b a j Z a e b q g u o \ b ^ h \ k i h j l Z k b k a ^ h j h
n b a b q _ k d b o m i j Z ' g _ g b c G Z a Z g y l b y o f h] m l i j b f _ g y l

4.5. Лабораторные работы g _ i j _ ^ m k f h h g g u g u f i e Z g h f

4.6. Самостоятельная работа студентов

Очная форма обучения

1 К У Р С				
№ п/п	Название раздела	Объем часов		
		Очная форма		
		1 сем.	2 сем.	Всего
1	L _ f Z = b] b _ g b q _ k d b _ h k g h \ u n b a b q _ k i h j l Z	2	2	4
2	L _ f Z l j h [e _ f u b i _ j k i _ d l b \ u j Z a \ b l b h a ^ h j h \ b l _ e v g u o l _ o g h e h] b c	2	2	4
3	L _ f Z H k h [_ g g h k l b l _ o g h e h] b b h j] Z g k i h j l b \ g Z k k h \ u o f _ j h i j b y l b c	2	2	4
4	L _ f Z H a g Z d h f e _ g b _ k h k j _ ^ k l \ Z f b n b a b q _ k d h c i h ^] h l h \ d b	2	2	4
5	L _ f Z B a m q _ g b _ w e _ f _ g l h \ l _ o g b o [Z k d _ l [h e \ h e _ c [h r e l [h e g b	2	2	4
6	L _ f Z B a m q _ g b _ l h e g g b g l b y \ k i i _ p b Z e m i j Z ' g _ g b y i j h n d l e Z b j Z a e b q g u o a Z	2	2	4
7	L _ f Z l _ ^ Z] h] b q _ k d Z y o Z j Z d l _ j b k l b w k l Z n _ l	2	2	4
8	L _ f Z K h k l Z \ b l v d h f i e _ d k m i j Z ' g _ g h a ^ h j h \ b l _ e v g h c g Z i j Z \ e _ g g h k l b	2	2	4
9	L _ f Z K h k l Z \ e _ g b _ d h f i e _ d k Z i h j Z w j h [b d b	2	2	4
10	L _ f Z < b ^ u h a ^ h j h \ b l _ e v g h c ^ u o Z] b f g Z k l b d b	2	2	4
11	L _ f Z . K h \ j _ f _ g g h _ k h k l h y g b _ i j h [e _ i _ j k i _ d l b \ u j Z a \ b l b y n b a b q _ k d h c d n h [s _ h [j Z a h \ Z l _ e v g u o m q j _ ^ _ g b y o E G Z j h ^ g h c J _ k i m [e b d b	4		4
Итого:		24	20	44

Заочная форма обучения

1 К У Р С				
№ п/п	Название раздела	Объем часов		
		Заочная форма		
		1 трим.	2 трим.	Всего
1	L_fZ =b]b_gbq_kdb_ hkgh\u nbabq_kihjlZ	2	2	4
2	L_fZ ljh[e_fu b i_jki_dlb\u jZa\blha^hjh\bl_evguo l_ogheh]bc	2	2	4
3	L_fZ Hkh[_gghklb l_ogheh]bb hj]Zgkihjl\gZkkh\uo f_jhijbylbc	2	2	4
4	L_fZ HagZdhfe_gb_ kh kj_^kl\Zfbnbabq_kdhc ih^]hlh\db	2	2	4
5	L_fZ Bamq_gb_ we_f_glh\ l_ogbd[Zkd_l[he \he_c[rhrel[hlegb	4	2	6
6	L_fZ Bamq_gb_ lh_eogbgdlby\kii_pbZemijZ'g_g^legy ijhnbeZdlbdb jZaebqgu	2	2	4
7	L_fZ l_^Z]h]bq_kdZy oZjZdl_jbklb wkIzn_l	2	2	4
8	L_fZ KhklZ\blv dhfie_dk mijZ'g_g^legy ha^hjh\bl_evghc gZijZ\e_gghklb	4	4	8
9	L_fZ KhklZ\e_gb_ dhfie_dkZ ih j]Zwjh[bdb	4	4	8
10	L_fZ <b^u ha^hjh\bl_evghc ^uoZ]bfgZklbdb	4	2	6
11	L_fZ Kh\j_f_ggh_ khklhygb_ ijh[e_i_jki_dlb\u jZa\blby nbabq_kdhc dmh[s_h[jZah\Zl_evguoymqf_m]Zg^kdhcGZjh^ghc J_kim[ebdb	4	4	8
Итого:		32	28	60

Очно-заочная форма обучения

1 К У Р С				
№ п/п	Название раздела	Объем часов		
		Очно-заочная форма		
		1 трим.	2 трим.	Всего
1	L_fZ =b]b_gbq_kdb_ hkgh\u nbabq_kihjlZ	2	2	4
2	L_fZ ljh[e_fu b i_jki_dlb\u jZa\blbha^hjh\bl_evguo l_ogheh]bc	2	2	4
3	L_fZ Hkh[_gghklb l_ogheh]bb hj]Zgkihjl\gZkkh\uo f_jhijbylbc	2	2	4
4	L_fZ HagZdhfe_gb_ kh kj_^kl\Zfbnbabq_kdhc ih^]hlh\db	2	2	4
5	L_fZ Bamq_gb_ we_f_glh\ l_ogbd[Zkd_l[he \he_c[rhrel[hlegb	2	2	4
6	L_fZ Bamq_gb_ lh_eogbgdlby\kii_pbZemijZ'g_g^legy ijhnbeZdlbdb jZaebqgu	2	2	4
7	L_fZ l_^Z]h]bq_kdZy oZjZdl_jbklb wkIzn_l	2	2	4

8	L_fZ KhklZ\blv dhfie_dk mijZ'g_g ha^hjh\bl_evghc gZijZ\e_gghklb	4	4	8
9	L_fZ KhklZ\e_gb_ dhfie_dkZ ih j Zwjh[bdb	4	4	8
10	L_fZ <b^u ha^hjh\bl_evghc ^uoZ]bfgZklbdb	2	2	4
11	L_fZ Kh\j_f_ggh_ khklhjhgf_fu b i_jki_dlb\u jZa\blby nbabq_kdhc dm h[s_h[jZah\Zl_evguo mqj_'^_gbyo E GZjh^ghc J_kim[ebdb	4	4	8
Итого:		28	28	56

KZfhklhyl_evgy jZ[hIZ hg[ZiijZ\ves_bgoZk ygZ hk\h_gb
e_dpbhggh]h fZI_jbZeZ \uiheg_gb_l^hji h b g b k d o v
aZ^Zgbc ih^]hlh\^Zm_d aZqPlZe v kZfhklhyl_evghc
klm^_glh\ nhjfbjh\Zgb_ m klm^_glh\ dhfi_l_gpb
ihgbfZgb_f b ijZ\bevguf bkihevah\Zgb_f ij_^klZ\e
dmevlmj_ ebqghklb f_lh^h\ nbabq^kedyh]hh\ur_k gbbZ
Z^ZilZpbhgguo j_a_j\h\ hj]ZgbafZ mdj_ie_gby
ihke^mxs_]h ijbfg_gby ihemq_gguo f_lh^bq_kdb
gZ\udh\ \ bgl_j_kZo h[_ki_q_gby Zdib\ghc b d
ijhn_kkbhgZevghc ^_yl_evghklb KZfhklhyl^evlghZy
ij_^mkfZljb\Z_l jZ[hlm k j_dhf_g^m_fhc ebl_jZl
ijZdlbq_kdbo aZ^Zgbc \ khh\l_kl\bb k bgkljmdpby
mdZaZgbyfb ij_ih^Z\Zl_ey

4.7. Курсовые работы g_ ij_^mkfh hgqguf ieZghf

5. Методическое обеспечение, образовательные технологии

K p_evx nhjfbjh\Zgby b jZa\blby ijhn_kkbhgZ
h[mqZxsbooky g_h[oh^bfh bkihevah\Zdb_ jZajZ[
j_dhf_g^Zpbb mdZaZgby dlihgghby mq_[gbb k p_ev
agZgbc klm^_glZfb

Bkihevam f_lh^bqb_kdjZajZ[h h e b g u [ulv gZijZ\e_gu
ih\ur_gb_ dZq_kl\Z ih^]hlh\db im_f h[ZhqZxb b o k
kihkh[ghkl_c d kZfh[h[jZah\Zgbx b gZp_e_gu gZ Zd
ebqghklgh]h ihl_gpbZeZ

6. Формы контроля освоения учебной дисциплины

Очная форма обучения: blh]h\uc dhgljhev ih j_amevlZIZ
^bkpbiebg u ijho h^bl k^Z q_lZdexqZyk_[y hl_l g
l_hj_lbq_kdb_ \h_ihjkubq_kdZy ih^]hkh\sdZ_fhklv mq_
aZgy l b kZfhklhyl_evgy jZ[hIZ

Заочная и очно-заочная формы обучения: blh]h\uc dhgljhev
j_amevlZIZf hk\h_gby ^bkpbiebguk^jZq b b lZd e x q Z y
k_[y hl_l gZ l_hj_lbq_kdb l_h]h l b k k d Z y ih^]h l
ihk_sZ_fhklv mq_[g b o k Z Z g y l b y l _ e v g . Z y j Z [h I Z

**Система оценивания учебных достижений студентов
очной формы обучения**

<b^mq_[ghc jZ[hlu	Dhe bq_kl\h
k_f_klj	
L_hj_lbq_kdZy ih^]hlh\dZ	18
lhk_sZ_fhklv mq_[guo aZgylbc	10
<k_]h	28
k_f_klj	
L_hj_lbq_kdZy ih^]hlh\dZ	30
lhk_sZ_fhklv mq_[guo aZgylbc	12
KhklZ\eb_gb_ b \uiheg_gZijZ\egghlb lZ Zwjh[bdZ-Zw]hi[bdZlqk]ghkknbl kbe lj_gbjh\dZ	30
<k_]h	72
<k_]h aZ]h^	100

>ey klm^_glh\ dmjkZ ihk_sZ_fhklv h^gh]h
hp_gb\Z_2lkze

**Система оценивания учебных достижений студентов
заочной и очно-заочной форм обучения**

<b^mq_[ghc jZ[hlu	Dhe bq_kl\h
ljbf_klj	
L_hj_lbq_kdZy ih^]hlh\dZ	24
F_lh^bq_kldZ]hlh\dZ	26
<k_]h	50
ljbf_klj	
L_hj_lbq_kdZy ih^]hlh\dZ	24
F_lh^bq_kldZ]hlh\dZ	26
<k_]h	50
<k_]h aZ]h^	100

Зачет по дисциплине «Физическая культура и спорт»

Klm^_glu \kiopbZevghkl_c b gZijZ\egb,c m
\uihegb\rb_ mq_[gmx ,ijh]eZfql xl aZq_l ih ^bkp
'NbabqZkdmevlbjZihjl
Mkeh\b_f ihemq_gZy yaZyxiky gZaZdbxq_gby
f^bpbgkdh]h hkfhljZ k[ma_gl]g ^himkldZh^kydhd
ijZdlbq_kdbf aZgylbyf j_]meyjgmklv[gihaZgylbyih
jZkibkZgbx agZgb_fZjl_ljbdZeZdh]h jZa^_eZ ijh]jZffu
Klm^_glu aZgbfZxsb_kZffih 'NbabqZkdmevlbjZ
kihjl\hkgh\ghc ih^]hlh\bkiepZevghc f^bjpZgldhc

hk\hb\rb_ mqijhgjZxfm ihemqZxl aZq_l k khh\l_kl\m
 \ aZq_lghc dgb'd_ klm^_glZ
 Klm^_glu ki_pbZevghc fjjmbpubgkdhgcyxj_[h\Zg
 mq_[gijb]jZffuBlh]h\Zy hlf_ldZ ih dmevImj
 ki_pbZevguo f_^b]pbgikZdb duklZ\ey_lky k mq_lhf l_hj
 f_lh^b d]Zdlbq_kdbo agZgbc Z lZdk_sZ_rhk_lhfaZgy
 Hkgh\ghc Zdp_gl \ hp_gb\Zgbbg mqijhgjZxfm dmevImj
 b kihjklm^_glh\ bf_xsbo \ujZ'_gggu_ hldhg_gby \ k
 ^he'_g [ulv k^_eZgkghZchb\Zpbb d aZgylbyf nbab
 mijZ'g_gbyfb b ^bZgbbg kdbo \hafh'ghkl_c
 lheh'bl_oxhp_gdaZqihemqZ_l_gldh'hjuc j_]meyjg
 ihk_sZe aZgylbybich_kdhc dmevImjklZjZl_evgh \uihe
 aZ^Zgby ij_ih^Z\Zl_e hklmiegZ'f beZ'fmdZfb kZfhklhyl_e
 aZgylbg_h[oh^bfufb agZgbyfb \ h[e]Zklbh kri b aZgylk d
 ^jm]bfb jZa^_eZfb gijh]hjZfl_jbZeZ

ТЕМАТИКА

для самостоятельной работы студентов,
 отнесенных к специальной медицинской группе
 (специальные группы «А» и «Б»)
 (научные статьи, тезисы, доклады)

ljh[e_fu b i_jki_dlb\u jZa\blby kh\j_f_gguo h
 l_ogheh]bc
 Hk\gghklb l_ogheh]bb hj]Zgb-aZpbb\ukohf_lhgjbylbc
 L_hj_lbq_kdb_ b f_lh^heh]bq_kdb_ hkgh\u fh^_
 \hkiblZgby mqZs_cky fheh^'_b
 Kh\j_f_ggh_ khklhygb_ ijh[e_fu b i_jki_dlb\u jZ
 dmevImju \ h[s_h]ZgbbZ mqj_'^_gbyo Em]Zgkdhc
 J_kim[ebdb
 Kh\j_f_ggu_ ijh[e_fu b i_jki_dlb\u jZa\blby nbab
 kbkl_fukr_]h[jZah\Zgby
 6. Jhev nbabq_kdbo mijZ'g_gbc \ nhjfbjh\Zgbb A
 fheh^'_b
 :dlmZevgu_ ijh[e_fu b h]jfbjmeZlgnju a^hjh\vy b a
 h[jZaZ 'bkdgb'_gq_fkclm'_b
 Bggh\Zpbhggu_ l_ogheh]bb nbabq_kdh]h \hkiblZ
 mqj_'^_gbyo
 =mfZgblZjgu_ l_ogheh]bb bgdexab\gh]h h[jZah\Zg
 dmevImju
 DmevImjZ æ'hjghkyb khklhygb_ ijh[e_fu l_g^_g
 Bggh\Zpbhggu_ l_ogheh]bb memqr_gby a^hjh\vy
 FZjd_lbg] b f_g^'_f_gl \ kn_j_ nbabq_kdhc dmev
 A^hjh\uc h[jZa 'bagb b nbabq_kdZy dmevImjZ i_'

14. AZdZeb\Zgb_ h]ZgbaZ ba nhjf ha^hjh\e_gby l
nZdlhkhohjZg_gby b mdj_ie_gby a^hjh\vy
JZa\blb_ Z^Zilb\ghc b ha^hjh\bl_evghc nba
klm^_gq_kdhc fheh^_b
Jhev nbabq_kdhc dmevlmju \ khojZg_gbb b n
q_eh_dZ
Kh\j_f_gguh^u Z^Zilb\ghc nbabq_kdhc dmevlmju
A^hjh\v_k[_j_]Zxsb_ l_ogheh]bb \ kh\j_f_gghc rd
l_^Z]h]bq_kdb_ Zki_dlu khojZg_gby b nhjfb
klm^_gq_kdhc fheh^_b
<ebygb_ wdheh]bb gZ a^hjh\v_ q_eh_dZ
A^hjh\uc h[jZa jba gghkjh q_eh_dZ
L_hjby b ijZdlbdZ ijhn_kkbhgZevghc ih^]hlh\db k
kihjlZ nbabq_kdh]h \hkiblZgby b Z^Zilb\ghc nbabq_
Kh\j_f_ggu_ ijh[e_fu kihjlZ \ukrbo ^hklbi'hjgZc f
bg\ZkihjlZ
Jhev qba dh]h \hkiblZgby \ khojZg_gbb b nhjfbj
mqZsboky b klm^_gq_kdhc fheh^_b
Kh\j_f_ggu_ l_ogheh]bb ha^hjh\bl_evghc nbab
j_dj_Zpbb
Kh\j_f_ggu_ f_lh^u - [bheh]bq_kdb_ Zki_dlu Z^
nbabq_kdhc dmevlmju
2 Nbehkhnby bklhjby b f_lh^heh]by nbabq_kdh
lmjbafZ b ^\b]Zl_evghc j_dj_Zpbb
l_^Z]h]bdZ nbabq_kdhc dmevlmju kihjlZ lmj
j_dj_Zpbb
lkboheh]by nbabq_kdhc dmevlmju kihjlZ lmj
j_dj_Zpbb
3 Khpbheh]by nbabq_kdhc dmevlmju kihjlZ lmj
j_dj_Zpbb
A^hjh\v_nhjfbjmxsb_ b a^hjh\v_k[_j_]Zxsb_ l_o
\hkiblZl_evghf ijhp_kk_ h[jZah\Zl_evgh]h mqj_'^_gb
L_hj_-lfb dh^heh]bq_kdb_ Zki_dlu nbabq_kdhc d
lmjbafZ b ^\b]Zl_evghc j_dj_Zpbb
l_^Z]h]bq_kdb_ Zki_dlu nbabq_kdhc dmevlmju
^\b]Zl_evghc j_dj_Zpbb
lkboheh]bq_kdb_ Zki_dlu nbabq_kdhc dmevlmj
^\b]Zl_evghc j_dj_Zpbb
L_hj_lbq_kdb_ ijh[e_fuZgmbyjfbjmdj_ie_gby b kh
a^hjh\vy kj_^kl\Zfb nbabq_kdhc dmevlmju kihjlZ b
ljZdlbq_kdb_ ijh[e_fu nhjfbjh\Zgby mdj_ie_g
a^hjh\vy kj_^kl\Zfb nbabq_kdhc dmevlmju kihjlZ b
Nbadme-hlar^jgh\bl_evgyZy dZd\hflZh gZgl \mah\kdhc k
dZq_kl\Z
38. JZa\blb_ nbabq_kdbo dZq_kl\ b kihkh[ghkl_c \ oh

:dlmZevgu_ ijh[e_fu nbabq_kdh]h \hkiblZgby
mqj_'^_gbyo jZaebqgh]h lbiZ
<g_^j_gb_ bggh\Zpbhgguo nhjf hkjb_c^k\ \mbq_[g
ijhp_kk ih nbabq_kdhc dmevlmj_ b kihjlm
F_^b[dbheh]bq_kdb_ ijh[e_fu kh_jr_gkl\h\Zgby
^_yl_evghklb
lkboheh]h]bq_kdb_ Zki_dlu nbadmeylmjgh]h
ih^]hlh\db kihjlkf_gh\
L_hjby b f_lh^bdZ]hnbaakqb_lZgby kihjlb\ghc lj_
ha^hjh\bl_evghc b Z^Zilb\ghc nbabq_kdhc dmevlmj
ljhn_kkbhgizbvegZ^gZy nbabq_kdZylInh^]klm\gZh\
jZaebqguo ki_pbZevghkl_c
45. <b^u kihjlZ b nbabq_kdb_ mijZ'g_gby ^ey ^hklb'_

7. Учебно-методическое и программно-информационное обеспечение дисциплины

а) основная литература:

1. :g^jhkh\Z : l Dmjk L_hjby b f_lh^bdZ nbabq_ ko_fZo >L_dkl@ mq_[ihkh[b_ :g^jhkhbZ :LZjZkZ R_\q_gdEmgZd :evfZ fZl_j k :rfZjbg ; : L_hjby b f_lh^bdZ i_^Z]h]bq_kdb nbabq_kdhf \hkiblZgbb ihkh[b_ ^ey klm^_gli ij_ih^Z\Zl_e_lh\mba dmevl:mjrfZjbg-F Nbadmeylmj kihjl .
2. ;Zjbggh\Z? ; L_hjby b ijZdlbdZ bgdexab\gh h[jZah\Zl_evguo hj]ZgbaZpbyo mq_[gh_ ihkh[b_ ^ t Fhkd\Z Ba^Zl_evkl\h *jZckt <ukr__ h[jZah†Zgb ISBN 978-5-534-13878-8. † L_dkl we_dljhgguc vgZjZa ieZlnhjfZ XjZcl >†Zcl KWWSV XUDLW UX EF h[jZs_gby
3. =hgqZjh\Z= Dhfie_dkgh_ikbo^hbedh]hZh]bq_kdh_ khijh\h'^_gb_ h]jZgbbq_ggufb \hafh'ghklyfb a^hjh\vy g_ij_ju\gh]h bgdexabZgm\Zgby >We_dljhgguc j_kmjkc < = =hgqZjh\Z < = lh^hijb]hjZWK_dBjhg hgqZkh^Zggu_DjZkghyjkd Kb[bjkdbc n_^_jZevguc mgb_j 978-5-7638-3133- J_'bf ^hklimiZ KWWS ZZZ LsuERRNV
4. Bgdexab\gh_ h[jZah\Zgb_ \ \ma_ klm^_gli\ k b hj]ZgbaZpby h[mq_gby hkh[_gghklb h[mq_gby kl ghaheh]byfb ijhnhib_glZpbhggZy jZ[hZ]h]bqk_bkdh khijh\h'^_gb_ ih^ j_^ ; ; :ckfhglZkZg^Zpfbh^ey ij_ih^Z\Zl_e_c kn_ju \ukr_]h ijhn_kkbhgZevgh jZ[hIZxsbo kh klm^_gliZfb k bg\ZebFghkd\Zx bFHklM 2015- k
5. Dhauj_\Z H : :kkbklb\gu_ l_ogheh]bb \ h[jZah\Zgbb mq_[gh_ ihkh[b_ Dleau]mZ\ bht^ :

Fhkd\Z Ba^ZI_evkl\h XjZclkt <ukr__ h[jZah\Zgb_
 ISBN 978-5-534-14959-3. † L_dkl we_dljhggu H[jZa
 ieZlnhjfZ XjZcl >KZ@ KWWSV XUDLW UX EF
 h[jZs_gby
 7 Emr[u\Z E B Khpbheh]by nbabq_kdhc dmevlm
 ihkh[b_ ^ey klm^ \ukr mE[BEanZur^ \Zbc :dZ^
 FboZevqb ? < Bgdexab\gh_ h[jZah\Zgb_ mq_[gb
 ? < FboZevqb Fhkd\Z Ba^ZI_evkl02b. XjZclkt <ukr__
 h[jZah\Zgb ISBN 978-5-534-04943-5. † L_dkl we_dljhggu
 H[jZah\ZI_evgy ieZlnhjfZ XjZcl † >KZ@
 KWWSV XUDLW UX EFRGH ^ZIZ h[jZs_gby
 8. Fbjhgh\ X < ljhba\h^kl_ggZy ijZdlbdZ_gkm^
 'Nbabq_kdZy dmevlmjZ ^ey ebp k hldhg_gbyfb
 >L_dkl@ X < Fbjhgh\ E < <bgh]jZ^h\Z < K <
 ihkh[b_Kfhe_gkd K=:ND-KL k
 9. lZgq_gdh H E Bgdexab\gh_ h[jZah\Zgb_ dZd
 khpbmf bg\Zeb^h\ b ebp k h]jZgbq_ggufb \hafh
 j_]bhgZevgh_baf_j_gb_ >L_dkl@ fhgh]jZnby H
 j_ ^ < > lZjm{bDgZæZgv GHM <IH 'Mgb_jkbI_l
 'LBK;B“ – k
 10 Jhl_jk L L Hihjguu dmgkZ_el_dpbcih l_hjbb b
 nbabq_kdh]h \hkiblZgby mJhl_jkK[m]Zgkd AgZ
 2005.
 11 KZevgbdh\Nbabq_kdZy dmevlmjZ >L_dkl@
 ih^]hlh\db d wdaZf_gZf <K ZjebgZ\ – k
 12 KdmjZlh\bq F G ljhni_kkZgZgZgh nbabq_
 ih^]hlh\dZ klm^_glh\ i^Z]h]bq_kdh]h \maZ mq_
 KdmjZlh\bqkd Ba^Hf=IM – k
 13. KhpbZevgZy Z^ZilZpby j_Z[beblZpby b
 hjb_gI_Zpbyk eh]pZgbqf_bgghuafh'ghklyfb a^hjh\vy >L_dkl
 F :dZ^_0by– k
 14 L_hjby b f_lh^bdZ nbabq_kdh]h \hkiblZgby
 nZd nba dmevlmjju i^ bgklblmlh\ ih ki_p
 :rfZjbg X : <bgh]jZ^h\ A ^G <hldhgZ b : :rfZjbg
 F ljhk_s_gb_– k

б) дополнительная литература:

:jamfZgh\ K = Nbabq_kdh_ \hkiblZgb_ \rdh
 kh_lu ij_ih^Z\ZI_eyf :jamfZghK g => N_gbdk
 k
 ;medbgZ;Z[bq < B L_hj_lbq_kdZy ih^]hlh\dZ
 ^bkpbiebg_ ~Nbabq_kdh_ \hkiblZgb_ Mq_[gh_ ihk
 k

<_klgbd Em]Zgkdh]h gZpbhgZevgh]h mgb_j
R_q_gdh K_jby Nbabq_kdh_ \hki b+Zgm]Z gdh,ihjl>

<urbgkdZy H G Nbabq_kdh_ \hki b]Zgb_ <he
ih \u[hjm klm^_gfhZlhmq_i]kh[b_ ^ey bghklj klm^_g
<urbgkdZy H G G < FZdkbfh\Z-\h k[jZah\Zgby
gZmdb MdjZbgu =hk m]q_jg 'gZgb bnf gEmjZkZ R_q_gd
Em]Zgkd-\hBEAGM bf LZjZkZ R_q_gdh
=hehsZih\ ; J Bklhjby nbabq_kdhc dmevlmj
ihkh[b_ ^ey klm^ \ukr mq_[aZ_ ^_gbc ;:dZ^=I
2009.

>moh\gabq_kdh_ \hki b]Zgb_ ebqghklb \ h[jZah
ijhkljZgkl_ nbabq_kdhc dmevlmju >L_dkl@ fhgh]j
?? AZdheh^gZy < G FZabg b ^j ih^ h[sh j_ ^
h[jZah\Zgby b gZmdb MdjZbguZgkd>\hBEAGM bf LZjZ
R_q_gdh - k

Dhauj_Z H < Nbabq_kdZy j_Z[beblZpby E
dmevlmjZ Dbg_abl_jZiby >L_dkl@ \hqmhd[mke_Zjhk
Dhauj_Z H < : F B\Zgm_ kihjl- k

KdmjZih\bq F G Ih\ba b g bkdhc jZ[h]hki hkh
klm^_glh\ kj_ ^kl\Zfb ha^hjh\bl_evghc nbabq_kdhc
ihkh[b_ F G KdmjZih\bq -HEkd>\Babgldg=IM -
k

LZjZggb d ? G Ha^hjh\bl_evduc dhgl_dkl a
dmevlmjhc mq_[gh? GhkZjZggb d F E -Hfkdgbga^
Hf=IM - k

L_hjby b f_lh^bdZ h[mq_gby ij_ ^f_lm Nba
>L_dkl@ mq_[ihkh[b_ ^ey klm^ \ukr mq_[aZ_
F Fbg[meZih\ B < Dmebr_gdhh^?j_ ^ Xjysbg@Z@_a
-4_ ba^ i_j-fZ[:dZ^_fby- k

Nbabq_kdh_ \hki b]Zgb_ lbeZI_k >L_dkl@
klm^_glZ f_lh^ j_dhf_g^Zpbb ^ey bghklj klm^_glh
: K Ebfhgq_gdh ? G :EklZghvZ\ZB l<< Yj-hh_gdl
h[jZah\Zgby b gZmdb MdjZbgu =hk mq_j_bf_gLjZkZ
R_q_gdHEm]Zgkd-\hBEAGM bf LZjZkZ R_q_gdh

Nbabq_kdZy dmevlmjZ b nbabq_kdZy ih^]hlh
klm^_glhkr\umq_[aZ_ ^_gbc >B K ;Zjqmdh\ X
?]hjh\ b ^j @ ih^ j_ ^ < Y Dbdh+Y B XGBZjBmdh\Z
2009. - k

в) Интернет-ресурсы:

<http://do.luguniv.edu.ua>

<http://refsmarket.com.ua>

Ih^hevkdZy H : Bgdexab\gh_ h[jZah\Zgb_ ebp
\hafh'ghklyfb a^hjh\vy mq_[ihkh[b_ -F H ;:jebghe

<http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=477607>

Nmjy_\Z L < Fh^_eb bgdexab\gh]h h[jZah\Zgby m
L < Nmjy_2\Z ba^ i_j - F^hiXjZcl - k- <ukr__
h[jZah\Zgb <http://biblio-online.ru/bcode/454537>

Nmjy_\Z L < KhpbZebaZpby b khpbZevgZy Z^ZilZp
mq_[ihkh[b_ ^ey \mah\ -2L_ <baNmjy_j\Z F^hiXjZcl
2020. - k - <ukr__ h[jZah\Zgb_ <http://biblio-online.ru/bcode/454534>

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

< dZq_kl_ fZ_jbZevghl_og m_kh]h h[_ki_q_gby ^bkpbi ebg u
bki hevan xlkkye_^mxsb_ kihjlb\gu_ khhjm'_gby kihjlb\g
dhjimkZ nblgkaZe \ kihjlb\ghf dhjimk_ m bbg-pkkollj_lZ
E=IMkihjlb\gZy dhfgZIZ \ k[hjlb\gZy dhfgZIZ \ h[s
hldjulZy i_ehZZaZ h[s hk_gv _kgZ

< ijhp_kk_ ijh_^_gby mq_[guo aZgyIBC bkihe
kihjlb\guc bg_glZjjvb\ghkih[hjm^h\Zgbkd_flyevgu_Z
\he_c[hevgu_ nmflymev g_uhevgufyqb nbl[heu kdZdZ
h[jmqkl_ieZlnhjfjZd_ldheygZklhevgh]h l_ggbkZ jZd
[Z^fbglhgZ dZj_fZlu]bfgZklbq_kdb_ fZlu [h^b[Z
iZedb l]Zg rIZg]b^kdZy klljggZ'_jguc dhfie_dk

ljhq__ jZ[hqf_Zl ij_ih^Z\Zl_e_kcm^b_glh^he'gu
khhl_lkl\h\Zlv]b]b_gbq_kdbf klZg^ZjilZ_f^y\ely_[flu\Zg
d kihjlb\guf khhjm'hkggZys_gghhjm^h\Zgbkifhjb\guf
bg_glZj^eywn_dlb\gh]h ijh_^_gbp bmq_d[mgevlZlb\gu
aZgy.lbc

9. Лист дополнений и изменений

№ п/п	Дата внесения изменения / дополнения	Основание	Содержание изменения / дополнения	Лица, подтверждающие изменение / дополнение	
				A Z \ _ x ^ s n b c d Z n _ ^ j r (Фамилия, инициалы, подпись)	> b j _ d l h B N < K (Фамилия, инициалы, подпись)