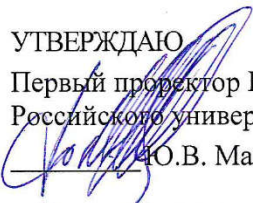


Межгосударственное образовательное учреждение высшего образования  
«Белорусско-Российский университет»

УТВЕРЖДАЮ

Первый проректор Белорусско-  
Российского университета

  
О.В. Машин

«22» 06 2021 г.

Регистрационный № УД-010304/Б.НБ.21/р

## ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

### РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Направление подготовки 01.03.04 Прикладная математика

Направленность (профиль) Разработка программного обеспечения

Квалификация Бакалавр

|                                             | Форма обучения |
|---------------------------------------------|----------------|
|                                             | Очная          |
| Курс                                        | 1,2            |
| Семестр                                     | 1-4            |
| Лекции, часы                                | -              |
| Практические занятия, часы                  | 68             |
| Контактная работа по учебным занятиям, часы | 272            |
| Самостоятельная работа, часы                | 56             |
| Зачёт, семестр                              | 1-4            |
| Всего часов / зачетных единиц               | 328            |

Кафедра-разработчик программы:

«Физвоспитание и спорт»

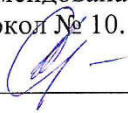
Составитель: Д.Н. Самуйлов, доцент

Могилев, 2021

Рабочая программа составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки

01.03.04 Прикладная математика № 11 от 10.01.2018 г. учебным планом рег. № 010304-2 от 26.03.2021 г.

Рассмотрена и рекомендована к утверждению кафедрой «Физвоспитание и спорт» 20.04. 2021 г., протокол № 10.

Зав. кафедрой  Д.Н. Самуйлов

Одобрена и рекомендована к утверждению Научно-методическим советом Белорусско-Российского университета

16.06.2021 г., протокол № 7.

Зам. председателя  
Научно-методического совета

 С.А. Сухоцкий

Рецензент: Анжелика Владимировна Кучерова заведующий кафедрой  
«Теории и методики физического воспитания» учреждения образования  
«Могилевский государственный университет имени А.А. Кулешова»  
кан. пед. наук, доц.

Рабочая программа согласована:

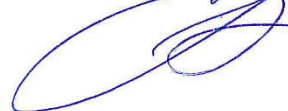
Зав. кафедрой «Высшая математика»

 В.Г. Замураев

Ведущий библиотекарь

 О.С. Кузнецова

Начальник учебно-методического отдела

 В.А. Кемова

## **1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

### **1.1 Цель учебной дисциплины**

Целью учебной дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» является формирование специалистов, умеющих обоснованно и результативно применять существующие и осваивать новые средства физической культуры и спорта для сохранения, укрепления здоровья и подготовки к профессиональной деятельности.

### **1.2 Планируемые результаты изучения дисциплины**

В результате освоения учебной дисциплины студент должен

**знать:**

- роль физической культуры и спорта в развитии человека и подготовке специалиста;
- основы государственной политики в области физической культуры и спорта;
- теоретико-методологические основы физической культуры и здорового образа жизни;
- основные достижения в области физической культуры и спорта;
- гигиенические и организационные основы занятий физической культурой и спортом.

**уметь:**

- использовать в жизни практические умения и навыки, обеспечивающие сохранения и укрепления здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств;
- использовать опыт физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей;
- применять правила безопасного поведения занятий физическими упражнениями и видами спорта.

**владеть:**

- знаниями о социальной роли и ценностях физической культуры и спорта в профессионально-личностном формировании будущего специалиста;
- знаниями научно-биологических, методических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- знаниями о мотивационно-ценностном отношении к физической культуре и спорту, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и видами спорта;
- средствами физической культуры и спорта для профилактики заболеваний, психического благополучия, развития и совершенствования качеств и свойств личности.

### **1.3 Место учебной дисциплины в системе подготовки студента**

Элективные курсы по физической культуре и спорту относятся к блоку 1 Дисциплины (модуля) части блока 1, формируемая участниками образовательных отношений.

### **1.4 Требования к освоению учебной дисциплины**

Освоение данной учебной дисциплины должно обеспечивать формирование следующих компетенций:

| Коды формируемых компетенций | Наименования формируемых компетенций                                                                                                     |
|------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-7.                        | Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности |

## 2 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Вклад дисциплины в формирование результатов обучения выпускника (компетенций) и достижение обобщенных результатов обучения происходит путём освоения содержания обучения и достижения частных результатов обучения, описанных в данном разделе.

### 2.1 Содержание учебной дисциплины

| Номер тем | Наименование тем                                        | Содержание                                                                                                                | Коды формируемых компетенций |
|-----------|---------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| 1         | Общая физическая подготовка (ОФП)                       | Развитие двигательных качеств                                                                                             | УК-7.                        |
| 2         | Специальная физическая подготовка (СФП)                 | Развитие двигательных качеств                                                                                             | УК-7.                        |
| 3         | Виды спорта                                             | Гимнастика, атлетическая гимнастика, спортивные игры, легкая атлетика, лыжный спорт, плавание, подвижные игры и эстафеты. | УК-7.                        |
| 4         | Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) | Прикладные физические упражнения, прикладные виды спорта.                                                                 | УК-7.                        |
| 5         | Современные оздоровительные системы                     | Дыхательная гимнастика, релаксационная гимнастика, аэробика, фитнес, шейпинг.                                             | УК-7.                        |
| 6         | Контроль в процессе занятий физическими упражнениями    | Врачебный контроль, врачебно-педагогический контроль, самоконтроль, оценка физического и функционального состояния.       | УК-7.                        |

### 2.2 Учебно-методическая карта учебной дисциплины

#### 1 семестр

| № недели | Практические (семинарские) занятия                                                             | Часы | Самостоятельная работа, часы | Форма контроля знаний | Баллы (max) |
|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------|------------------------------|-----------------------|-------------|
| Модуль 1 |                                                                                                |      |                              |                       |             |
| 1        | Тема 1. Общая физическая подготовка (ОФП). Тема 3. Виды спорта                                 | 4    |                              |                       |             |
| 2        | Тема 1. ОФП. Тема 6. Контроль в процессе занятий физическими упражнениями. Тема 3. Виды спорта | 4    | 1                            | Н (Р)                 | 10          |
| 3        | Тема 1. ОФП. Тема 2. Специальная физическая подготовка (СФП). Тема 3. Виды спорта              | 4    | 1                            |                       |             |
| 4        | Тема 1. ОФП. Тема 6. Контроль в процессе занятий физическими упражнениями. Тема 3. Виды спорта | 4    | 1                            | Н (Р)                 | 10          |

|          |                                                                                                   |    |    |             |     |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----|----|-------------|-----|
| 5        | Тема 1. ОФП. Тема 4. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП). Тема 3. Виды спорта | 4  | 1  |             |     |
| 6        | Тема 1. ОФП. Тема 6. Контроль в процессе занятий физическими упражнениями. Тема 3. Виды спорта    | 4  | 1  | Н (Р)       | 10  |
| 7        | Тема 1. ОФП. Тема 5. Современные оздоровительные системы. Тема 3. Виды спорта                     | 4  | 1  |             |     |
| 8        | Тема 1. ОФП. Тема 6. Контроль в процессе занятий физическими упражнениями. Тема 3. Виды спорта    | 4  | 1  | ПКУ         | 30  |
| Модуль 2 |                                                                                                   |    |    |             |     |
| 9        | Тема 1. ОФП. Тема 3. Виды спорта                                                                  | 4  |    |             |     |
| 10       | Тема 1. ОФП. Тема 6. Контроль в процессе занятий физическими упражнениями. Тема 3. Виды спорта    | 4  | 1  | Н (Р)       | 10  |
| 11       | Тема 1. ОФП. Тема 2. СФП. Тема 3. Виды спорта                                                     | 4  | 1  |             |     |
| 12       | Тема 1. ОФП. Тема 6. Контроль в процессе занятий физическими упражнениями. Тема 3. Виды спорта    | 4  | 1  | Н (Р)       | 10  |
| 13       | Тема 1. ОФП. Тема 4. ППФП. Тема 3. Виды спорта.                                                   | 4  | 1  |             |     |
| 14       | Тема 1. ОФП. Тема 6. Контроль в процессе занятий физическими упражнениями. Тема 3. Виды спорта    | 4  | 1  | Н (Р)       | 10  |
| 15       | Тема 1. ОФП. Тема 5. Современные оздоровительные системы. Тема 3. Виды спорта                     | 4  | 1  |             |     |
| 16       | Тема 1. ОФП. Тема 6. Контроль в процессе занятий физическими упражнениями. Тема 3. Виды спорта    | 4  | 1  | ПКУ         | 30  |
| 17       | Тема 1. ОФП. Тема 6. Контроль в процессе занятий физическими упражнениями. Тема 3. Виды спорта    | 4  |    | ПА* (зачет) | 40  |
|          | Итого                                                                                             | 68 | 14 |             | 100 |

## 2 семестр

| № недели | Практические (семинарские) занятия                                                                | Часы | Самостоятельная работа, часы | Форма контроля знаний | Баллы (max) |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|------|------------------------------|-----------------------|-------------|
| Модуль 1 |                                                                                                   |      |                              |                       |             |
| 1        | Тема 1. Общая физическая подготовка (ОФП). Тема 3. Виды спорта                                    | 4    |                              |                       |             |
| 2        | Тема 1. ОФП. Тема 6. Контроль в процессе занятий физическими упражнениями. Тема 3. Виды спорта    | 4    | 1                            | Н (Р)                 | 10          |
| 3        | Тема 1. ОФП. Тема 2. Специальная физическая подготовка (СФП). Тема 3. Виды спорта                 | 4    | 1                            |                       |             |
| 4        | Тема 1. ОФП. Тема 6. Контроль в процессе занятий физическими упражнениями. Тема 3. Виды спорта    | 4    | 1                            | Н (Р)                 | 10          |
| 5        | Тема 1. ОФП. Тема 4. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП). Тема 3. Виды спорта | 4    | 1                            |                       |             |
| 6        | Тема 1. ОФП. Тема 6. Контроль в процессе занятий физическими упражнениями. Тема 3. Виды спорта    | 4    | 1                            | Н (Р)                 | 10          |

|          |                                                                                                |    |    |                |     |
|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------|----|----|----------------|-----|
| 7        | Тема 1. ОФП. Тема 5. Современные оздоровительные системы. Тема 3. Виды спорта                  | 4  | 1  |                |     |
| 8        | Тема 1. ОФП. Тема 6. Контроль в процессе занятий физическими упражнениями. Тема 3. Виды спорта | 4  | 1  | ПКУ            | 30  |
| Модуль 2 |                                                                                                |    |    |                |     |
| 9        | Тема 1. ОФП. Тема 3. Виды спорта                                                               | 4  |    |                |     |
| 10       | Тема 1. ОФП. Тема 6. Контроль в процессе занятий физическими упражнениями. Тема 3. Виды спорта | 4  | 1  | Н (Р)          | 10  |
| 11       | Тема 1. ОФП. Тема 2. СФП. Тема 3. Виды спорта                                                  | 4  | 1  |                |     |
| 12       | Тема 1. ОФП. Тема 6. Контроль в процессе занятий физическими упражнениями. Тема 3. Виды спорта | 4  | 1  | Н (Р)          | 10  |
| 13       | Тема 1. ОФП. Тема 4. ППФП. Тема 3. Виды спорта.                                                | 4  | 1  |                |     |
| 14       | Тема 1. ОФП. Тема 6. Контроль в процессе занятий физическими упражнениями. Тема 3. Виды спорта | 4  | 1  | Н (Р)          | 10  |
| 15       | Тема 1. ОФП. Тема 5. Современные оздоровительные системы. Тема 3. Виды спорта                  | 4  | 1  |                |     |
| 16       | Тема 1. ОФП. Тема 6. Контроль в процессе занятий физическими упражнениями. Тема 3. Виды спорта | 4  | 1  | ПКУ            | 30  |
| 17       | Тема 1. ОФП. Тема 6. Контроль в процессе занятий физическими упражнениями. Тема 3. Виды спорта | 4  |    | ПА*<br>(зачет) | 40  |
|          | Итого                                                                                          | 68 | 14 |                | 100 |

### 3 семестр

| № недели | Практические<br>(семинарские) занятия                                                          | Часы | Самостоятельная<br>работа, часы | Форма контроля<br>знаний | Баллы (max) |
|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------|---------------------------------|--------------------------|-------------|
| Модуль 1 |                                                                                                |      |                                 |                          |             |
| 1        | Тема 1. ОФП. Тема 3. Виды спорта                                                               | 4    |                                 |                          |             |
| 2        | Тема 1. ОФП. Тема 6. Контроль в процессе занятий физическими упражнениями. Тема 3. Виды спорта | 4    | 1                               | Н (Р)                    | 10          |
| 3        | Тема 1. ОФП. Тема 2. СФП. Тема 3. Виды спорта                                                  | 4    | 1                               |                          |             |
| 4        | Тема 1. ОФП. Тема 6. Контроль в процессе занятий физическими упражнениями. Тема 3. Виды спорта | 4    | 1                               | Н (Р)                    | 10          |
| 5        | Тема 1. ОФП. Тема 4. ППФП. Тема 3. Виды спорта                                                 | 4    | 1                               |                          |             |
| 6        | Тема 1. ОФП. Тема 6. Контроль в процессе занятий физическими упражнениями. Тема 3. Виды спорта | 4    | 1                               | Н (Р)                    | 10          |
| 7        | Тема 1. ОФП. Тема 5. Современные оздоровительные системы. Тема 3. Виды спорта                  | 4    | 1                               |                          |             |
| 8        | Тема 1. ОФП. Тема 6. Контроль в процессе занятий физическими упражнениями. Тема 3. Виды спорта | 4    | 1                               | ПКУ                      | 30          |
| Модуль 2 |                                                                                                |      |                                 |                          |             |
| 9        | Тема 1. ОФП. Тема 3. Виды спорта                                                               | 4    |                                 |                          |             |

|    |                                                                                                |    |    |                |     |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------|----|----|----------------|-----|
| 10 | Тема 1. ОФП. Тема 6. Контроль в процессе занятий физическими упражнениями. Тема 3. Виды спорта | 4  | 1  | Н (Р)          | 10  |
| 11 | Тема 1. ОФП. Тема 2. СФП. Тема 3. Виды спорта                                                  | 4  | 1  |                |     |
| 12 | Тема 1. ОФП. Тема 6. Контроль в процессе занятий физическими упражнениями. Тема 3. Виды спорта | 4  | 1  | Н (Р)          | 10  |
| 13 | Тема 1. ОФП. Тема 4. ППФП. Тема 3. Виды спорта.                                                | 4  | 1  |                |     |
| 14 | Тема 1. ОФП. Тема 6. Контроль в процессе занятий физическими упражнениями. Тема 3. Виды спорта | 4  | 1  | Н (Р)          | 10  |
| 15 | Тема 1. ОФП. Тема 5. Современные оздоровительные системы. Тема 3. Виды спорта                  | 4  | 1  |                |     |
| 16 | Тема 1. ОФП. Тема 6. Контроль в процессе занятий физическими упражнениями. Тема 3. Виды спорта | 4  | 1  | ПКУ            | 30  |
| 17 | Тема 1. ОФП. Тема 6. Контроль в процессе занятий физическими упражнениями. Тема 3. Виды спорта | 4  |    | ПА*<br>(зачет) | 40  |
|    | Итого                                                                                          | 68 | 14 |                | 100 |

#### 4 семестр

| № недели | Практические<br>(семинарские) занятия                                                          | Часы | Самостоятель-<br>ная работа, часы | Форма контроля<br>знаний | Баллы (max) |
|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------|-----------------------------------|--------------------------|-------------|
| Модуль 1 |                                                                                                |      |                                   |                          |             |
| 1        | Тема 1. ОФП. Тема 3. Виды спорта                                                               | 4    |                                   |                          |             |
| 2        | Тема 1. ОФП. Тема 6. Контроль в процессе занятий физическими упражнениями. Тема 3. Виды спорта | 4    | 1                                 | Н (Р)                    | 10          |
| 3        | Тема 1. ОФП. Тема 2. СФП. Тема 3. Виды спорта                                                  | 4    | 1                                 |                          |             |
| 4        | Тема 1. ОФП. Тема 6. Контроль в процессе занятий физическими упражнениями. Тема 3. Виды спорта | 4    | 1                                 | Н (Р)                    | 10          |
| 5        | Тема 1. ОФП. Тема 4. ППФП. Тема 3. Виды спорта                                                 | 4    | 1                                 |                          |             |
| 6        | Тема 1. ОФП. Тема 6. Контроль в процессе занятий физическими упражнениями. Тема 3. Виды спорта | 4    | 1                                 | Н (Р)                    | 10          |
| 7        | Тема 1. ОФП. Тема 5. Современные оздоровительные системы. Тема 3. Виды спорта                  | 4    | 1                                 |                          |             |
| 8        | Тема 1. ОФП. Тема 6. Контроль в процессе занятий физическими упражнениями. Тема 3. Виды спорта | 4    | 1                                 | ПКУ                      | 30          |
| Модуль 2 |                                                                                                |      |                                   |                          |             |
| 9        | Тема 1. ОФП. Тема 3. Виды спорта                                                               | 4    |                                   |                          |             |
| 10       | Тема 1. ОФП. Тема 6. Контроль в процессе занятий физическими упражнениями. Тема 3. Виды спорта | 4    | 1                                 | Н (Р)                    | 10          |
| 11       | Тема 1. ОФП. Тема 2. СФП. Тема 3. Виды спорта                                                  | 4    | 1                                 |                          |             |
| 12       | Тема 1. ОФП. Тема 6. Контроль в процессе занятий физическими упражнениями. Тема 3. Виды спорта | 4    | 1                                 | Н (Р)                    | 10          |
| 13       | Тема 1. ОФП. Тема 4. ППФП. Тема 3. Виды спорта.                                                | 4    | 1                                 |                          |             |

|    |                                                                                                |    |    |                |     |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------|----|----|----------------|-----|
| 14 | Тема 1. ОФП. Тема 6. Контроль в процессе занятий физическими упражнениями. Тема 3. Виды спорта | 4  | 1  | Н (Р)          | 10  |
| 15 | Тема 1. ОФП. Тема 5. Современные оздоровительные системы. Тема 3. Виды спорта                  | 4  | 1  |                |     |
| 16 | Тема 1. ОФП. Тема 6. Контроль в процессе занятий физическими упражнениями. Тема 3. Виды спорта | 4  | 1  | ПКУ            | 30  |
| 17 | Тема 1. ОФП. Тема 6. Контроль в процессе занятий физическими упражнениями. Тема 3. Виды спорта | 4  |    | ПА*<br>(зачет) | 40  |
|    | Итого                                                                                          | 68 | 14 |                | 100 |

Принятые обозначения:

*Текущий контроль* –

Н – нормативы.

Р – реферат (для полностью освобожденных).

ПКУ – промежуточный контроль успеваемости.

ПА – *Промежуточная аттестация*.

Итоговая оценка определяется как сумма текущего контроля и промежуточной аттестации и соответствует баллам:

Зачет

|        |         |            |
|--------|---------|------------|
| Оценка | Зачтено | Не зачтено |
| Баллы  | 51-100  | 0-50       |

### 3 ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

При изучении дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» используется модульно-рейтинговая система оценки знаний студентов. Применение форм и методов проведения занятий при изучении различных тем курса представлено в таблице.

| № п/п | Форма проведения занятия | Вид аудиторных занятий | Всего часов |
|-------|--------------------------|------------------------|-------------|
|       |                          | Практические занятия   |             |
| 1     | Традиционные             | Темы с 1 по 6          | 272         |
|       | ИТОГО                    |                        | 272         |

### 4 ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

Используемые оценочные средства по учебной дисциплине представлены в таблице и хранятся на кафедре.

| № п/п | Вид оценочных средств                            | Количество комплектов |
|-------|--------------------------------------------------|-----------------------|
| 1     | Контрольные и зачетные нормативы по видам спорта | 15                    |
| 2     | Реферат (Перечень тем рефератов и литературы)    | 5                     |

### 5 МЕТОДИКА И КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ КОМПЕТЕНЦИЙ СТУДЕНТОВ

#### 5.1 Уровни сформированности компетенций

| № п/п | Уровни сформированности компетенции | Содержательное описание уровней | Результаты обучения |
|-------|-------------------------------------|---------------------------------|---------------------|
|-------|-------------------------------------|---------------------------------|---------------------|

|                                                                                                                                                                                                                                 |                     |                                                               |                                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>Компетенция УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</i>                                                              |                     |                                                               |                                                                                                                                                                    |
| УК-7.1 Способен вести здоровый образ жизни и поддерживать должный уровень физической подготовленности с помощью регулярных занятий физической культурой для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. |                     |                                                               |                                                                                                                                                                    |
| 1                                                                                                                                                                                                                               | Пороговый уровень   | Знание, понимание и выполнение физических упражнений          | Развитие физических качеств освоение элементов различных видов спорта, профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП), современных оздоровительных систем |
| 2                                                                                                                                                                                                                               | Продвинутый уровень | Знание, понимание и хорошее выполнение физических упражнений  | Развитие физических качеств освоение элементов различных видов спорта, ППФП, современных оздоровительных систем                                                    |
| 3                                                                                                                                                                                                                               | Высокий уровень     | Знание, понимание и отличное выполнение физических упражнений | Развитие физических качеств освоение элементов различных видов спорта, ППФП, современных оздоровительных систем,                                                   |

## 5.2 Методика оценки знаний, умений и навыков студентов

| Результаты обучения                                                                                                                                                | Оценочные средства                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| <i>Компетенция УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</i> |                                                              |
| Развитие физических качеств освоение элементов различных видов спорта, ППФП, современных оздоровительных систем                                                    | Контрольные и зачетные нормативы по видам спорта или реферат |
| Развитие физических качеств освоение элементов различных видов спорта, ППФП, современных оздоровительных систем                                                    | Контрольные и зачетные нормативы по видам спорта или реферат |
| Развитие физических качеств освоение элементов различных видов спорта, ППФП, современных оздоровительных систем                                                    | Контрольные и зачетные нормативы по видам спорта или реферат |

## 5.3 Критерии оценки практических работ

По тестам контрольных нормативов физической подготовленности студентов (36 – 60 баллов).

### Основное и подготовительное отделения (1, 2 семестры)

|  |       |                                      |
|--|-------|--------------------------------------|
|  | Тесты | Баллы (модульно-рейтинговой системы) |
|--|-------|--------------------------------------|

| №<br>п/п                                   |                                                                   | 1               | 2    | 3   | 4    | 5   | 6    | 7   | 8   | 9   | 10              |
|--------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|-----------------|------|-----|------|-----|------|-----|-----|-----|-----------------|
| <b>Юноши</b>                               |                                                                   |                 |      |     |      |     |      |     |     |     |                 |
| 1.                                         | Бег 30 м, с.                                                      | 5,5 и<br>более  | 5,04 | 4,9 | 4,81 | 4,7 | 4,55 | 4,5 | 4,4 | 4,3 | 4,05 и<br>менее |
| 2.                                         | Бег 3000 м, с.                                                    | 1021 и<br>более | 962  | 929 | 885  | 845 | 785  | 724 | 721 | 693 | 665 и<br>менее  |
| 3.                                         | Подтягивание на<br>высокой<br>перекладине, раз                    | 3 и<br>менее    | 4    | 5   | 7    | 9   | 10   | 13  | 14  | 17  | 25 и<br>более   |
| 4.                                         | Прыжок в длину с<br>места, см                                     | 190 и<br>менее  | 205  | 210 | 220  | 225 | 230  | 235 | 240 | 250 | 265 и<br>более  |
| <b>Девушки</b>                             |                                                                   |                 |      |     |      |     |      |     |     |     |                 |
| 1.                                         | Бег 30 м, с.                                                      | 6,3 и<br>более  | 6,1  | 5,8 | 5,6  | 5,4 | 5,3  | 5,2 | 5,1 | 5,0 | 4,8 и<br>менее  |
| 2.                                         | Бег 1500 м, с                                                     | 511 и<br>более  | 509  | 508 | 423  | 421 | 408  | 377 | 288 | 285 | 245 и<br>менее  |
| 3.                                         | Поднимание туловища<br>из положения лежа на<br>спине за 60 с, раз | 32 и<br>менее   | 38   | 42  | 45   | 47  | 49   | 50  | 52  | 58  | 60 и<br>более   |
| 4.                                         | Прыжок в длину с<br>места, см                                     | 150 и<br>менее  | 155  | 165 | 170  | 175 | 178  | 180 | 190 | 196 | 202 и<br>более  |
| Посещаемость занятий<br>(за каждый модуль) |                                                                   | 10%             | 20%  | 30% | 40%  | 50% | 60%  | 70% | 80% | 90% | 100%            |

### Основное и подготовительное отделения (3, 4 семестры)

| №<br>п/п | Тесты                                          | Баллы (модульно-рейтинговой системы) |     |       |     |     |     |       |     |       |                |
|----------|------------------------------------------------|--------------------------------------|-----|-------|-----|-----|-----|-------|-----|-------|----------------|
|          |                                                | 1                                    | 2   | 3     | 4   | 5   | 6   | 7     | 8   | 9     | 10             |
| Юноши    |                                                |                                      |     |       |     |     |     |       |     |       |                |
| 1.       | Бег 30 м, с.                                   | 5,6 и<br>более                       | 5,2 | 5,0   | 4,9 | 4,7 | 4,6 | 4,55  | 4,5 | 4,4   | 4,2 и<br>менее |
| 2.       | Бег 3000 м, с.                                 | 1022<br>и<br>более                   | 797 | 725,5 | 721 | 720 | 686 | 665,5 | 664 | 662,5 | 661 и<br>менее |
| 3.       | Подтягивание на<br>высокой<br>перекладине, раз | 4 и<br>менее                         | 6   | 9     | 10  | 11  | 13  | 15    | 16  | 20    | 33 и<br>более  |
| 4.       | Прыжок в длину с<br>места, см                  | 190 и<br>менее                       | 205 | 218   | 222 | 230 | 233 | 240   | 245 | 255   | 265 и<br>более |
| Девушки  |                                                |                                      |     |       |     |     |     |       |     |       |                |
| 1.       | Бег 30 м, с.                                   | 7,9 и<br>более                       | 6,5 | 6,18  | 6,0 | 5,7 | 5,6 | 5,5   | 5,4 | 5,2   | 5,0 и<br>менее |
| 2.       | Бег 1500 м, с                                  | 572 и<br>более                       | 567 | 529   | 483 | 480 | 472 | 461   | 445 | 420   | 390 и<br>менее |

|                                         |                                                             |             |     |     |     |     |     |     |     |     |             |
|-----------------------------------------|-------------------------------------------------------------|-------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-------------|
| 3.                                      | Поднимание туловища из положения лежа на спине за 60 с, раз | 23 и менее  | 30  | 34  | 37  | 40  | 42  | 45  | 47  | 51  | 56 и более  |
| 4.                                      | Прыжок в длину с места, см                                  | 140 и менее | 150 | 160 | 165 | 170 | 174 | 180 | 184 | 190 | 205 и более |
| Посещаемость занятий (за каждый модуль) |                                                             | 10%         | 20% | 30% | 40% | 50% | 60% | 70% | 80% | 90% | 100%        |

**Специальное отделение (1-4 семестры)**

| №<br>п/п                                | Тесты                                                                          | Баллы (модульно-рейтинговой системы) |      |      |      |      |      |      |      |      |       |
|-----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|------|------|------|------|------|------|------|------|-------|
|                                         |                                                                                | 1                                    | 2    | 3    | 4    | 5    | 6    | 7    | 8    | 9    | 10    |
| Юноши                                   |                                                                                |                                      |      |      |      |      |      |      |      |      |       |
| 1.                                      | 6-минутный бег-ходьба (мин, м), выносливость                                   | <1000<br>сдано                       | 1000 | 1050 | 1100 | 1150 | 1200 | 1250 | 1300 | 1350 | 1400  |
| 2.                                      | Наклон вперед (см), гибкость                                                   | 0                                    | 2    | 3    | 4    | 6    | 8    | 10   | 12   | 14   | 15    |
| 3.                                      | Сгибание-разгибание рук в упоре лежа на полу, кол-во раз                       | 5                                    | 7    | 10   | 15   | 20   | 24   | 27   | 30   | 33   | 35    |
| 4.                                      | Приседание на двух ногах, ноги врозь, руки вперед (при приседании), кол-во раз | 5                                    | 10   | 15   | 20   | 25   | 30   | 35   | 40   | 45   | 50    |
| Девушки                                 |                                                                                |                                      |      |      |      |      |      |      |      |      |       |
| 1.                                      | 6-минутный бег-ходьба (мин, м), выносливость                                   | <700                                 | 700  | 750  | 800  | 850  | 900  | 950  | 1000 | 1100 | >1100 |
| 2.                                      | Наклон вперед (см), гибкость                                                   | 0                                    | 2    | 5    | 8    | 12   | 15   | 18   | 20   | 22   | 25    |
| 3.                                      | Поднимание туловища из положения лежа на спине, руки за головой, кол-во раз    | 5                                    | 10   | 15   | 20   | 25   | 30   | 35   | 40   | 45   | 50    |
| 4.                                      | Приседание на двух ногах, руки вперед, кол-во раз.                             | 5                                    | 10   | 15   | 20   | 25   | 30   | 35   | 40   | 45   | 50    |
| Посещаемость занятий (за каждый модуль) |                                                                                | 10%                                  | 20%  | 30%  | 40%  | 50%  | 60%  | 70%  | 80%  | 90%  | 100%  |

Модульно-рейтинговая система оценки с учетом баллов семестра

**Основное и подготовительное отделения**

| Осенний семестр |                                                             |               |
|-----------------|-------------------------------------------------------------|---------------|
| Модуль 1        |                                                             |               |
| Юноши           | Бег 30 м, мин/с                                             | max 10 баллов |
|                 | Бег 3000 м, мин/с.                                          | max 10 баллов |
|                 | Посещаемость занятий                                        | max 10 баллов |
| Девушки         | Бег 30 м, мин/с.                                            | max 10 баллов |
|                 | Бег 1500 м, мин/ с.                                         | max 10 баллов |
|                 | Посещаемость занятий                                        | max 10 баллов |
| Модуль 2        |                                                             |               |
| Юноши           | Подтягивание на высокой перекладине, раз                    | max 10 баллов |
|                 | Прыжок в длину с места, см                                  | max 10 баллов |
|                 | Посещаемость занятий                                        | max 10 баллов |
| Девушки         | Поднимание туловища из положения лежа на спине за 60 с, раз | max 10 баллов |
|                 | Прыжок в длину с места, см                                  | max 10 баллов |
|                 | Посещаемость занятий                                        | max 10 баллов |

**Основное и подготовительное отделения**

| Весенний семестр |                                                             |               |
|------------------|-------------------------------------------------------------|---------------|
| Модуль 1         |                                                             |               |
| Юноши            | Подтягивание на высокой перекладине, раз                    | max 10 баллов |
|                  | Прыжок в длину с места, см                                  | max 10 баллов |
|                  | Посещаемость занятий                                        | max 10 баллов |
| Девушки          | Поднимание туловища из положения лежа на спине за 60 с, раз | max 10 баллов |
|                  | Прыжок в длину с места, см                                  | max 10 баллов |
|                  | Посещаемость занятий                                        | max 10 баллов |
| Модуль 2         |                                                             |               |
| Юноши            | Бег 30 м, мин/с                                             | max 10 баллов |
|                  | Бег 3000 м, мин/с.                                          | max 10 баллов |
|                  | Посещаемость занятий                                        | max 10 баллов |
| Девушки          | Бег 30 м, мин/с.                                            | max 10 баллов |
|                  | Бег 1500 м, мин/ с.                                         | max 10 баллов |
|                  | Посещаемость занятий                                        | max 10 баллов |

**Специальное отделение**

| Осенний семестр |  |  |
|-----------------|--|--|
| Модуль 1        |  |  |

|          |                                                                                                                 |               |
|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| Юноши    | 6-минутный бег-ходьба (мин, м),<br>выносливость                                                                 | max 10 баллов |
|          | Наклон вперед (см), гибкость                                                                                    | max 10 баллов |
|          | Посещаемость занятий                                                                                            | max 10 баллов |
| Девушки  | 6-минутный бег-ходьба (мин, м), выносливость                                                                    | max 10 баллов |
|          | Наклон вперед (см), гибкость                                                                                    | max 10 баллов |
|          | Посещаемость занятий                                                                                            | max 10 баллов |
| Модуль 2 |                                                                                                                 |               |
| Юноши    | Сгибание-разгибание рук в упоре лежа на полу, кол-во раз                                                        | max 10 баллов |
|          | Приседание на двух ногах, ноги врозь, руки вперед (при приседании), кол-во раз                                  | max 10 баллов |
|          | Посещаемость занятий                                                                                            | max 10 баллов |
| Девушки  | Поднимание и опускание туловища из положения лежа на спине, руки за головой, ноги прямые закреплены, кол-во раз | max 10 баллов |
|          | Приседание на двух ногах, руки вперед, кол-во раз.                                                              | max 10 баллов |
|          | Посещаемость занятий                                                                                            | max 10 баллов |

#### Специальное отделение

|                  |                                                                                                                 |               |
|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| Весенний семестр |                                                                                                                 |               |
| Модуль 1         |                                                                                                                 |               |
| Юноши            | Сгибание-разгибание рук в упоре лежа на полу, кол-во раз                                                        | max 10 баллов |
|                  | Приседание на двух ногах, ноги врозь, руки вперед (при приседании), кол-во раз                                  | max 10 баллов |
|                  | Посещаемость занятий                                                                                            | max 10 баллов |
| Девушки          | Поднимание и опускание туловища из положения лежа на спине, руки за головой, ноги прямые закреплены, кол-во раз | max 10 баллов |
|                  | Приседание на двух ногах, руки вперед, кол-во раз.                                                              | max 10 баллов |
|                  | Посещаемость занятий                                                                                            | max 10 баллов |
| Модуль 2         |                                                                                                                 |               |
| Юноши            | 6-минутный бег-ходьба (мин, м),<br>выносливость                                                                 | max 10 баллов |
|                  | Наклон вперед (см), гибкость                                                                                    | max 10 баллов |
|                  | Посещаемость занятий                                                                                            | max 10 баллов |
| Девушки          | 6-минутный бег-ходьба (мин, м), выносливость                                                                    | max 10 баллов |
|                  | Наклон вперед (см), гибкость                                                                                    | max 10 баллов |

|  |                      |               |
|--|----------------------|---------------|
|  | Посещаемость занятий | max 10 баллов |
|--|----------------------|---------------|

#### Критерии оценки контрольных нормативов

| Баллы | Критерии оценки контрольных нормативов    |
|-------|-------------------------------------------|
| 1     | Выполнение контрольных нормативов на 10%  |
| 2     | Выполнение контрольных нормативов на 20%  |
| 3     | Выполнение контрольных нормативов на 30%  |
| 4     | Выполнение контрольных нормативов на 40%  |
| 5     | Выполнение контрольных нормативов на 50%  |
| 6     | Выполнение контрольных нормативов на 60%  |
| 7     | Выполнение контрольных нормативов на 70%  |
| 8     | Выполнение контрольных нормативов на 80%  |
| 9     | Выполнение контрольных нормативов на 90%  |
| 10    | Выполнение контрольных нормативов на 100% |

#### Критерии оценки посещения занятий

| Баллы | Критерии оценки посещения занятий |
|-------|-----------------------------------|
| 1     | 10% посещение занятий             |
| 2     | 20% посещение занятий             |
| 3     | 30% посещение занятий             |
| 4     | 40% посещение занятий             |
| 5     | 50% посещение занятий             |
| 6     | 60% посещение занятий             |
| 7     | 70% посещение занятий             |
| 8     | 80% посещение занятий             |
| 9     | 90% посещение занятий             |
| 10    | 100% посещение занятий            |

#### 5.4 Критерии оценки зачета

По тестам зачетных нормативов физической подготовленности студентов (15 – 40 баллов).

##### Основное и подготовительное отделения (1, 2 семестры)

| №<br>п/п | Тесты                    | Баллы (модульно-рейтинговой системы) |      |       |       |     |      |     |      |     |                    |
|----------|--------------------------|--------------------------------------|------|-------|-------|-----|------|-----|------|-----|--------------------|
|          |                          | 1                                    | 2    | 3     | 4     | 5   | 6    | 7   | 8    | 9   | 10                 |
| Юноши    |                          |                                      |      |       |       |     |      |     |      |     |                    |
| 1.       | Челночный бег 4 х 9 м, с | 11,8<br>и<br>более                   | 10,6 | 10,29 | 10,02 | 9,8 | 9,59 | 9,4 | 9,18 | 8,9 | 8,64<br>и<br>менее |

|         |                                                                                                                                              |              |      |      |      |           |                |                |                       |                            |                            |
|---------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------|------|------|-----------|----------------|----------------|-----------------------|----------------------------|----------------------------|
| 2.      | Наклон вперед, см                                                                                                                            | -3 и менее   | 2    | 5    | 7,5  | 10        | 13             | 14             | 16                    | 19                         | 21 и более                 |
| 3.      | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа, раз                                                                                                  | 20 и менее   | 27   | 30   | 33   | 35        | 38             | 40             | 48                    | 50                         | 53 и более                 |
| 4.      | Творческий рейтинг<br>Участие в соревнованиях (С), в учебно-методической работе кафедры (УМР), в научно-исследовательской деятельности (НИР) | С            | 2С   | 3С   | 4С   | 4С<br>УМР | 4С<br>2<br>УМР | 4С<br>3<br>УМР | 4С<br>3<br>УМР<br>НИР | 4С<br>3<br>УМР<br>2<br>НИР | 4С<br>3<br>УМР<br>3<br>НИР |
| Девушки |                                                                                                                                              |              |      |      |      |           |                |                |                       |                            |                            |
| 1.      | Челночный бег 4 х 9 м, с                                                                                                                     | 12,7 и более | 11,8 | 11,5 | 11,3 | 11,1      | 10,8           | 10,7           | 10,5                  | 10,2                       | 10,0 и менее               |
| 2.      | Наклон вперед, см                                                                                                                            | 4 и менее    | 7    | 9    | 11   | 13        | 15             | 17             | 19                    | 22                         | 25 и более                 |
| 3.      | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа, раз                                                                                                  | 2 и менее    | 4    | 5    | 7    | 9         | 10             | 12             | 15                    | 20                         | 22 и более                 |
| 4.      | Творческий рейтинг<br>Участие в соревнованиях (С), в учебно-методической работе кафедры (УМР), в научно-исследовательской деятельности (НИР) | С            | 2С   | 3С   | 4С   | 4С<br>УМР | 4С<br>2<br>УМР | 4С<br>3<br>УМР | 4С<br>3<br>УМР<br>НИР | 4С<br>3<br>УМР<br>2<br>НИР | 4С<br>3<br>УМР<br>3<br>НИР |

#### Основное и подготовительное отделения (3, 4 семестры)

| №<br>п/п | Тесты                                                                                                                                                           | Баллы (модульно-рейтинговой системы) |      |       |      |           |                |                |                       |                            |                            |
|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|------|-------|------|-----------|----------------|----------------|-----------------------|----------------------------|----------------------------|
|          |                                                                                                                                                                 | 1                                    | 2    | 3     | 4    | 5         | 6              | 7              | 8                     | 9                          | 10                         |
| Юноши    |                                                                                                                                                                 |                                      |      |       |      |           |                |                |                       |                            |                            |
| 1.       | Челночный бег 4 х 9 м,с                                                                                                                                         | 12,96<br>и<br>более                  | 10,8 | 10,28 | 10,0 | 9,8       | 9,6            | 9,4            | 9,28                  | 9,1                        | 8,9 и<br>менее             |
| 2.       | Наклон вперед, см                                                                                                                                               | 0 и<br>менее                         | 4    | 7     | 9    | 11        | 13             | 15             | 17                    | 21                         | 30 и<br>более              |
| 3.       | Сгибание и разгибание<br>рук в упоре лежа, раз                                                                                                                  | 20 и<br>менее                        | 24   | 27    | 30   | 35        | 40             | 44             | 47                    | 55                         | 70 и<br>более              |
| 4.       | Творческий рейтинг<br>Участие в<br>соревнованиях (С), в<br>учебно-методической<br>работе кафедры (УМР),<br>в научно-<br>исследовательской<br>деятельности (НИР) | С                                    | 2С   | 3С    | 4С   | 4С<br>УМР | 4С<br>2<br>УМР | 4С<br>3<br>УМР | 4С<br>3<br>УМР<br>НИР | 4С<br>3<br>УМР<br>2<br>НИР | 4С<br>3<br>УМР<br>3<br>НИР |
| Девушки  |                                                                                                                                                                 |                                      |      |       |      |           |                |                |                       |                            |                            |
| 1.       | Челночный бег 4 х 9 м,с                                                                                                                                         | 13,16<br>и<br>более                  | 12,6 | 12,13 | 11,9 | 11,65     | 11,2           | 11,0           | 10,8                  | 10,6                       | 10,0<br>и<br>менее         |

|    |                                                                                                                                                                 |              |    |    |    |           |                |                |                       |                            |                            |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----|----|----|-----------|----------------|----------------|-----------------------|----------------------------|----------------------------|
| 2. | Наклон вперед, см                                                                                                                                               | 3 и<br>менее | 7  | 11 | 12 | 14        | 16             | 19             | 20                    | 24                         | 28 и<br>более              |
| 3. | Сгибание и разгибание<br>рук в упоре лежа, раз                                                                                                                  | 2 и<br>менее | 4  | 5  | 6  | 8         | 10             | 12             | 13                    | 17                         | 21 и<br>более              |
| 4. | Творческий рейтинг<br>Участие в<br>соревнованиях (С), в<br>учебно-методической<br>работе кафедры (УМР),<br>в научно-<br>исследовательской<br>деятельности (НИР) | С            | 2С | 3С | 4С | 4С<br>УМР | 4С<br>2<br>УМР | 4С<br>3<br>УМР | 4С<br>3<br>УМР<br>НИР | 4С<br>3<br>УМР<br>2<br>НИР | 4С<br>3<br>УМР<br>3<br>НИР |

### Специальное отделение (1-4 семестры)

| Специальное отделение (1-е семестр) |                                                                                                                                                            |                                      |          |          |          |                 |                      |                      |                      |                      |                      |
|-------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|----------|----------|----------|-----------------|----------------------|----------------------|----------------------|----------------------|----------------------|
| №<br>п/п                            | Тесты                                                                                                                                                      | Баллы (модульно-рейтинговой системы) |          |          |          |                 |                      |                      |                      |                      |                      |
|                                     |                                                                                                                                                            | 1                                    | 2        | 3        | 4        | 5               | 6                    | 7                    | 8                    | 9                    | 10                   |
| Юноши                               |                                                                                                                                                            |                                      |          |          |          |                 |                      |                      |                      |                      |                      |
| 1.                                  | Подтягивание в висе лежа (перекладина на высоте 90 см), кол-во раз.                                                                                        | 7                                    | 10       | 12       | 14       | 16              | 18                   | 20                   | 22                   | 24                   | 26                   |
| 2.                                  | Поднимание туловища до прямого угла из положения лежа на спине, руки за головой, кол-во раз                                                                | 5                                    | 10       | 15       | 20       | 25              | 30                   | 35                   | 40                   | 45                   | 50                   |
| 3.                                  | Состояние сердечно-сосудистой системы – определение величины превышения частоты сердечных сокращений после 20 приседаний за 40 сек. в сравнении с исходной | >100                                 | 90-99    | 80-89    | 70-79    | 60-69           | 50-59                | 40-49                | 30-39                | 21-29                | ≤20                  |
| 4.                                  | Творческий рейтинг<br>Участие в учебно-методической работе кафедры (УМР), в научно-исследовательской деятельности (НИР)                                    | УМР                                  | 2<br>УМР | 3<br>УМР | 4<br>УМР | 5<br>УМР<br>НИР | 5<br>УМР<br>2<br>НИР | 5<br>УМР<br>3<br>НИР | 5<br>УМР<br>4<br>НИР | 5<br>УМР<br>5<br>НИР | 5<br>УМР<br>6<br>НИР |
| Девушки                             |                                                                                                                                                            |                                      |          |          |          |                 |                      |                      |                      |                      |                      |
| 1.                                  | Сгибание-разгибание рук в упоре лежа от скамейки, кол-во раз.                                                                                              | 1                                    | 2        | 3        | 4        | 6               | 8                    | 10                   | 12                   | 14                   | 16                   |

|    |                                                                                                                                                            |     |          |          |          |                 |                      |                      |                      |                      |                      |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|----------|----------|----------|-----------------|----------------------|----------------------|----------------------|----------------------|----------------------|
| 2. | Поднимание и опускание прямых ног (носки натянуты) до прямого угла из положения лежа на спине, руки за головой, кол-во раз                                 | 5   | 10       | 15       | 20       | 25              | 30                   | 35                   | 40                   | 45                   | 50                   |
| 3. | Состояние сердечно-сосудистой системы – определение величины превышения частоты сердечных сокращений после 20 приседаний за 40 сек. в сравнении с исходной | 100 | 90-99    | 80-89    | 70-79    | 60-69           | 50-59                | 40-49                | 30-39                | 21-29                | ≤20                  |
| 4. | Творческий рейтинг<br>Участие в учебно-методической работе кафедры (УМР), в научно-исследовательской деятельности (НИР)                                    | УМР | 2<br>УМР | 3<br>УМР | 4<br>УМР | 5<br>УМР<br>НИР | 5<br>УМР<br>2<br>НИР | 5<br>УМР<br>3<br>НИР | 5<br>УМР<br>4<br>НИР | 5<br>УМР<br>5<br>НИР | 5<br>УМР<br>6<br>НИР |

#### Критерии оценки зачетных нормативов

| Баллы | Критерии оценки зачетных нормативов       |
|-------|-------------------------------------------|
| 1     | Выполнение контрольных нормативов на 10%  |
| 2     | Выполнение контрольных нормативов на 20%  |
| 3     | Выполнение контрольных нормативов на 30%  |
| 4     | Выполнение контрольных нормативов на 40%  |
| 5     | Выполнение контрольных нормативов на 50%  |
| 6     | Выполнение контрольных нормативов на 60%  |
| 7     | Выполнение контрольных нормативов на 70%  |
| 8     | Выполнение контрольных нормативов на 80%  |
| 9     | Выполнение контрольных нормативов на 90%  |
| 10    | Выполнение контрольных нормативов на 100% |

#### Критерии оценки творческого рейтинга

##### Основное и подготовительное отделения

| Баллы | Критерии оценки творческого рейтинга                          |
|-------|---------------------------------------------------------------|
| 1     | Участие в городских соревнованиях                             |
| 2     | Участие в областных соревнованиях                             |
| 3     | Участие в республиканских соревнованиях                       |
| 4     | Участие в международных соревнованиях                         |
| 5     | Участие в городских соревнованиях. Участие в УМР кафедры ФиС  |
| 6     | Участие в областных соревнованиях. Участие в УМР университета |

|    |                                                                                                                                                   |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 7  | Участие в республиканских соревнованиях. Участие в УМР кафедр других вузов                                                                        |
| 8  | Участие в международных соревнованиях. Участие в УМР университета.<br>Участие в НИР кафедры ФиС                                                   |
| 9  | Успешное выступление на республиканских соревнованиях или конкурсах (по УМР или НИР)                                                              |
| 10 | Успешное выступление на международных соревнованиях или конкурсах (по учебно-методической работе (УМР) или научно-исследовательской работе (НИР)) |

#### Критерии оценки творческого рейтинга

#### Специальное отделение

| Баллы | Критерии оценки творческого рейтинга                                                                                           |
|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1     | Участие в УМР кафедры ФиС.                                                                                                     |
| 2     | Участие в городских конкурсах по УМР. Участие в УМР кафедры ФиС.                                                               |
| 3     | Участие в областных конкурсах по УМР. Участие в УМР кафедры ФиС.                                                               |
| 4     | Участие в республиканских конкурсах по УМР. Участие в УМР кафедры ФиС.                                                         |
| 5     | Участие в международных конкурсах по УМР. Участие в УМР кафедры ФиС.                                                           |
| 6     | Участие в областных конкурсах по УМР. Участие в УМР университета.<br>Участие в НИР кафедры ФиС.                                |
| 7     | Участие в республиканских конкурсах по УМР. Участие в УМР кафедр других вузов. Участие в НИР кафедры ФиС.                      |
| 8     | Участие в международной деятельности по УМР. Участие в УМР университета. Участие в НИР кафедры ФиС.                            |
| 9     | Успешное выступление на республиканских конкурсах по УМР или НИР.                                                              |
| 10    | Успешное выступление на международных конкурсах по учебно-методической работе (УМР) или научно-исследовательской работе (НИР). |

Студенты, полностью освобожденные от занятий элективными курсами по физической культуре и спорту, сдают зачет на основании следующих требований теории и практики физического воспитания: написание рефератов, умение проводить функциональные пробы, участие в научно-исследовательской и учебно-методической работе кафедры «Физвоспитание и спорт», университета и т.д.

Критерии оценки зачета полностью освобожденных от занятий элективными курсами по физической культуре и спорту.

| Баллы | Критерии оценки зачета полностью освобожденных от занятий элективными курсами по физической культуре и спорту                       |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 4 – 1 | Написание реферата по разработанной для каждого студента теме.                                                                      |
| 5     | Написание реферата по разработанной для каждого студента теме. Участие в УМР кафедры ФиС.                                           |
| 6     | Написание реферата с презентацией по разработанной для каждого студента теме. Участие в УМР кафедры ФиС.                            |
| 7     | Написание реферата с презентацией по разработанной для каждого студента теме. Участие в УМР кафедры ФиС. Участие в НИР кафедры ФиС. |

|    |                                                                                                                                                                                                                                                      |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 8  | Написание реферата с презентацией по разработанной для каждого студента теме. Участие в УМР кафедры ФиС. Участие в НИР университета.                                                                                                                 |
| 9  | Написание реферата с презентацией по разработанной для каждого студента теме. Участие в УМР кафедры ФиС. Участие в НИР кафедры ФиС. Участие в республиканских конкурсах по УМР или НИР.                                                              |
| 10 | Написание реферата с презентацией по разработанной для каждого студента теме. Участие в учебно-методической работе (УМР) кафедры ФиС. Участие в научно-исследовательской работе (НИР) кафедры ФиС. Участие в международных конкурсах по УМР или НИР. |

## **6 МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ И ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ**

Самостоятельная работа студентов (СРС) направлена на закрепление и углубление освоения учебного материала, развитие практических умений. СРС включает следующие виды самостоятельной работы студентов:

- исследовательская работа, в том числе научно-исследовательская;
- обзор литературы;
- подготовка научных публикаций (тезисов докладов, статей);
- подготовка рефератов, докладов;
- участие в научных и практических конференциях

Перечень контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы студентов хранится на кафедре.

Для СРС рекомендуется использовать источники, приведенные в п. 7.

Контроль самостоятельной работы является мотивирующим фактором образовательной деятельности студента.

Контроль выполнения самостоятельной работы, отчет по самостоятельной работе должны быть индивидуальными.

Критериями оценки результатов самостоятельной работы студента могут являться:

- уровень освоения студентом учебного материала;
- умение студента использовать теоретические знания при выполнении практических, творческих заданий;
- обоснованность и четкость изложения ответа;
- оформление письменных работ в соответствии с предъявляемыми в университете требованиями;
- сформированные компетенции в соответствии с целями и задачами изучения дисциплины.

## **7 УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **7.1 Основная литература**

| № | Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной литературы                                                                                                                                                                                                                                          | Гриф                                                                                                                                                  | Кол-во экз./URL                                                                                     |
|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | <p>Филиппова, Ю. С. Физическая культура : учебно-методическое пособие / Ю.С. Филиппова. – Москва : ИНФРА-М, 2021. – 201 с. – (Высшее образование: Бакалавриат).</p> <p>– <b>Режим доступа:</b><br/> <a href="http://znanium.com/">http:// znanium.com/</a></p>                                                        | Рек.<br>Межрегиональным учебно-метод. советом проф. Образования в качестве учеб. пособия для студ. вузов, обучающ. по направ. подготовки бакалавриата | <a href="http://znanium.com/catalog/product/1361807">http://znanium.com/catalog/product/1361807</a> |
| 2 | <p>Карасева, Т. В. Лечебная физическая культура при заболеваниях нервной системы : учебное пособие / Т.В. Карасёва, А.С. Махов, С.Ю. Толстова. – Москва : ИНФРА-М, 2021. – 164 с. – (Высшее образование: Бакалавриат).</p> <p>– <b>Режим доступа:</b><br/> <a href="http://znanium.com/">http:// znanium.com/</a></p> | Рек.<br>Межрегиональным учебно-метод. советом проф. Образования в качестве учеб. пособия для студ. вузов, обучающ. по направ. подготовки бакалавриата | <a href="http://znanium.com/catalog/product/1361807">http://znanium.com/catalog/product/1361807</a> |

## 7.2 Дополнительная литература

| № | Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной литературы                                                                                                                                                                                                | Гриф                                                                                                                                                   | Кол-во экз./URL                                                                                     |
|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | <p>Караулова, Л. К. Физиология физкультурно-оздоровительной деятельности : учебник / Л.К. Караулова. – Москва : ИНФРА-М, 2021. – 336 с. – (Высшее образование: Бакалавриат).</p> <p>– <b>Режим доступа:</b><br/> <a href="http://znanium.com/">http:// znanium.com/</a></p> | Рек.<br>Межрегиональным учебно-метод. советом проф. Образования в качестве учеб. пособия для студ. вузов, обучающ. по направ. подготовки бакалавриата- | <a href="http://znanium.com/catalog/product/1361807">http://znanium.com/catalog/product/1361807</a> |

|   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                |                                                                                                            |
|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2 | <p>Физкультура и спорт : учебно-методическое пособие для обучающихся по укрупненным группам направлений: 43.00.00 «Сервис и туризм», 48.00.00 «Гуманитарные науки», 50.00.00 «Искусство и культура», 51.00.00 «Культуроведение и социокультурные проекты», 52.00.00 «Сценические искусства и литературное творчество», 53.00.00 «Музыкальное искусство», 54.00.00 «Изобразительное и прикладные виды искусств», квалификация (степень) выпускника «бакалавр» / авт.-сост. : Н. А. Лопатин, А. И. Шильгин ; Кемеров. гос. ин-т культуры. – Кемерово : Кемеров. гос. ин-т культуры, 2019. – 99 с.</p> <p>– <b>Режим доступа:</b><br/><b><a href="http://znanium.com/">http:// znanium.com/</a></b></p> | <p>Рек.<br/>Межрегиональным учебно-метод. советом проф. Образования в качестве учеб. пособия для студ. вузов, обучающ. по направ. подготовки бакалавриата-</p> | <p><a href="http://znanium.com/catalog/product/1361807">http://znanium.com/catalog/product/1361807</a></p> |
| 3 | <p>Зульфугарзаде, Т.Э. Правовые основы физической культуры и спорта : учебное пособие / Т. Э. Зульфугарзаде. – Москва : ИНФРА-М, 2021. – 140 с. – (Высшее образование: Бакалавриат).</p> <p>– <b>Режим доступа:</b><br/><b><a href="http://znanium.com/">http:// znanium.com/</a></b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <p>Рек.<br/>Межрегиональным учебно-метод. советом проф. Образования в качестве учеб. пособия для студ. вузов, обучающ. по направ. подготовки бакалавриата</p>  | <p><a href="http://znanium.com/catalog/product/1361807">http://znanium.com/catalog/product/1361807</a></p> |

|   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                           |                                                                                                            |
|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 4 | <p><b>Писаренко, В.Ф.</b> Тренировка спортсменов-многоборцев в условиях вуза : монография / В.Ф. Писаренко, Д.Н. Самуйлов, А.А. Минченко. - Могилев : Белорус.-Рос. ун-т, 2017. – 201с.</p> <p>– <b>Режим доступа:</b><br/> <a href="http://znanium.com/">http:// znanium.com/</a></p>                                                                  | <p>Рек. Межрегиональным учебно-метод. советом проф. Образования в качестве учеб. пособия для студ. вузов, обучающ. по направ. подготовки бакалавриата</p> | <p><a href="http://znanium.com/catalog/product/1361807">http://znanium.com/catalog/product/1361807</a></p> |
| 5 | <p><b>Стрельников, В.А.</b> Учебно-тренировочный процесс в боксе : Монография / В.А. Стрельников, В.А. Толстиков, В.А. Кузьмин. – 1. – Москва ; Красноярск : ООО «Научно-издательский центр ИНФРА-М» : Сибирский федеральный университет, 2017. – 112 с.</p> <p>– <b>Режим доступа:</b><br/> <a href="http://znanium.com/">http:// znanium.com/</a></p> | <p>Рек. Межрегиональным учебно-метод. советом проф. Образования в качестве учеб. пособия для студ. вузов, обучающ. по направ. подготовки бакалавриата</p> | <p><a href="http://znanium.com/catalog/product/1361807">http://znanium.com/catalog/product/1361807</a></p> |
| 6 | <p><b>Парыгина О.В.</b> Элективные курсы по физической культуре. Методические рекомендации. – Москва : Альтаир-МГАВТ, 2017. – 36 стр.</p> <p>– <b>Режим доступа:</b><br/> <a href="http://znanium.com/">http:// znanium.com/</a></p>                                                                                                                    | <p>Рек. Межрегиональным учебно-метод. советом проф. Образования в качестве учеб. пособия для студ. вузов, обучающ. по направ. подготовки бакалавриата</p> | <p><a href="http://znanium.com/catalog/product/1361807">http://znanium.com/catalog/product/1361807</a></p> |

### 7.3 Перечень ресурсов сети Интернет по изучаемой дисциплине

<http://www.infosport.ru>  
<http://www.elibrary.ru/>  
<http://www.libsport.ru/>  
<http://www.teoriya.ru/>  
<http://www.gssiweb.com/>  
<http://mon.gov.ru/>

## **7.4 Перечень наглядных и других пособий, методических рекомендаций по проведению учебных занятий, а также методических материалов к используемым в образовательном процессе техническим средствам**

### **7.4.1 Методические рекомендации**

1. **Копылова, Е.А.** Совершенствование индивидуального мастерства баскетболистов: учеб.-метод. рекомендации / Е.А. Копылова. Могилев: ГУ ВПО Белорус.-Рос. ун-т, 2018. – 16 с.
2. **Малышева, Е.А.** Силовая подготовка пловцов: учеб.-метод. рекомендации / Е.А. Малышева. – Могилев : Белорус.-Рос. ун-т, 2018. – С. 16.
3. **Самуйлов, Д.Н.** Техника ударов ногами в карате: учеб.-метод. рекомендации / Д.Н. Самуйлов. – Могилев : Белорус.-Рос. ун-т, 2018. – 16 с.
4. **Писаренко, В.Ф.** Использование технических средств при подготовке многоборцев: учеб.-метод. рекомендации / В.Ф. Писаренко, Д.Н. Самуйлов – Могилев: ГУ ВПО Белорус.-Рос. ун-т, 2018. – 20 с.
5. **Афанасенко, Т.В.** Настольный теннис в вузах: учеб.-метод. рекомендации / Т.В. Афанасенко. – Могилев: Белорус.-Рос. ун-т, 2019. – 16 с
6. **Копылова, Е.А.** Спортивная этика в баскетболе: учеб.-метод. рекомендации / Е.А. Копылова. Могилев: Белорус.- Рос. ун-т, 2019. – 16 с.
7. **Писаренко, В.Ф.** Круговая тренировка спортсменов-многоборцев: учеб.-метод. рекомендации / В.Ф. Писаренко. Могилев: МОУ ВО «Белорусско-Российский университет», 2020. – 16 с.
8. **Копылова, Е.А.** Менеджмент в сфере физической культуры в системе высшего образования: учеб.-метод. рекомендации / Е.А. Копылова. Могилев: МОУ ВО «Белорусско-Российский университет», 2020. – 16 с.
9. **Малышева, Е.А.** Силовая подготовка пловцов в воде: учеб.-метод. рекомендации / Е.А. Малышева. Могилев: МОУ ВО «Белорусско-Российский университет», 2021. – 16 с.
10. **Малышева, Е.А.** Профилактика, лечение и восстановление после травм в плавании: учеб.-метод. рекомендации / Е.А. Малышева. Могилев: МОУ ВО «Белорусско-Российский университет», 2021. – 16 с.
11. **Будаев, М.Л.** Силовая подготовка в армрестлинге: учеб.-метод. рекомендации / М.Л. Будаев. Могилев: МОУ ВО «Белорусско-Российский университет», 2021. – 16 с.
12. **Садовская, Л.А.** Общеразвивающие упражнения с набивными и гимнастическими мячами на занятиях физической культурой: учеб.-метод. рекомендации / Л.А. Садовская. Могилев: МОУ ВО «Белорусско-Российский университет», 2021. – 16 с.

## ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

### АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

**Направление подготовки** 01.03.04 Прикладная математика

**Направленность (профиль)** Разработка программного обеспечения

**Квалификация** Бакалавр

|                                             | Форма обучения |
|---------------------------------------------|----------------|
|                                             | Очная          |
| Курс                                        | 1,2            |
| Семестр                                     | 1-4            |
| Лекции, часы                                | -              |
| Практические занятия, часы                  | 68             |
| Контактная работа по учебным занятиям, часы | 272            |
| Самостоятельная работа, часы                | 56             |
| Зачёт, семестр                              | 1-4            |
| Всего часов / зачетных единиц               | 328            |

#### 1 Цель учебной дисциплины

Целью учебной дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» является формирование специалистов, умеющих обоснованно и результативно применять существующие и осваивать новые средства физической культуры и спорта для сохранения, укрепления здоровья и подготовки к профессиональной деятельности.

#### 2. Планируемые результаты изучения дисциплины

В результате освоения учебной дисциплины студент должен

##### **знать:**

- роль физической культуры и спорта в развитии человека и подготовке специалиста;
- основы государственной политики в области физической культуры и спорта;
- теоретико-методологические основы физической культуры и здорового образа жизни;
- основные достижения в области физической культуры и спорта;
- гигиенические и организационные основы занятий физической культуры и спортом.

##### **уметь:**

- использовать в жизни практические умения и навыки, обеспечивающие сохранения и укрепления здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств;
- использовать опыт физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей;
- применять правила безопасного поведения занятий физическими упражнениями и видами спорта.

##### **владеть:**

- знаниями о социальной роли и ценностях физической культуры и спорта в профессионально-личностном формировании будущего специалиста;
- знаниями научно-биологических, методических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;

- знаниями о мотивационно-ценностном отношении к физической культуре и спорту, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и видами спорта;
- средствами физической культуры и спорта для профилактики заболеваний, психического благополучия, развития и совершенствования качеств и свойств личности.

### 3. Требования к освоению учебной дисциплины

Освоение данной учебной дисциплины должно обеспечивать формирование следующих компетенций:

| Коды формируемых компетенций | Наименования формируемых компетенций                                                                                                     |
|------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-7.                        | Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности |

### 4. Образовательные технологии

При изучении дисциплины используется модульно-рейтинговая система оценки знаний студентов. Проведения занятий проходят в традиционной форме.

# ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

по учебной дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту»  
Направление подготовки 01.03.04 Прикладная математика

на 2022-2023 учебный год

| №<br>п/п | Дополнения и изменения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Основание                               |
|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| 1        | <p><b>П. 4.7.1 Методические рекомендации</b></p> <p>16. <b>Будаев, М.Л.</b> Совершенствование способов борьбы в армрестлинге: учеб.-метод. рекомендации / М.Л. Будаев. – Могилев: Беларус.- Рос. ун-т, 2022. – 16 с.</p> <p>17. <b>Копылова, Е.А.</b> Особенности PR– стратегий в сфере физической культуры и спорта: учеб.-метод. рекомендации / Е.А. Копылова. – Могилев: Беларус.- Рос. ун-т, 2022. – 16 с.</p> | издание новых методических рекомендаций |

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры «Физвоспитание и спорт» (протокол № 9 от 29.03.2022 г.)

Заведующий кафедрой ФиС:  
доцент



Д.Н. Самуйлов

УТВЕРЖДАЮ

Декан экономического факультета,  
кандидат физико-математических наук, доцент  
«06» 06 2022 г.



И.И. Маковецкий

СОГЛАСОВАНО:

Зав. кафедрой «Высшая математика»



В.Г. Замураев

Ведущий библиотекарь



В.Н. Киселева

Начальник учебно-методического отдела



В.А. Кемова

# ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

по учебной дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту»  
Направление подготовки 01.03.04 Прикладная математика

на 2023-2024 учебный год

| №<br>п/п | Дополнения и изменения                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                        | Основание                                                                                           |
|----------|------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1        | <b>П. 7.1 Основная литература считать в новой редакции</b>       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                        |                                                                                                     |
|          | №<br>п/п                                                         | Библиографическое описание                                                                                                                                                                                                                                                                               | Гриф                                                                                                   | Количество экземпляров                                                                              |
|          | 1                                                                | Караулова, Л. К. Физиология физкультурно-оздоровительной деятельности : учебник / Л.К. Караулова. – Москва : ИНФРА-М, 2023. – 336 с. – (Высшее образование: Бакалавриат).<br>– <b>Режим доступа:</b><br><a href="http://znanium.com/">http:// znanium.com/</a>                                           | Рек. в качестве учеб. пособия для студ. вузов.                                                         | <a href="http://znanium.com/catalog/product/1933136">http://znanium.com/catalog/product/1933136</a> |
|          | 2                                                                | Плавание : учебник / Н.Ж. Булгакова, С.Н. Морозов, О.И. Попов [и др.] ; под общ. ред. Н. Ж. Булгаковой. — Москва : ИНФРА-М, 2023. — 290 с. — (Высшее образование: Бакалавриат).                                                                                                                          | Рек. Экспер.-метод. советом Инстит. спорта и физ. воспит. в качестве учеб. пособия для студ. вузов.    | <a href="http://znanium.com/catalog/product/1905255">http://znanium.com/catalog/product/1905255</a> |
| 2        | <b>П. 7.2 Дополнительная литература считать в новой редакции</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                        |                                                                                                     |
|          | №<br>п/п                                                         | Библиографическое описание                                                                                                                                                                                                                                                                               | Гриф                                                                                                   | Количество экземпляров                                                                              |
|          | 1                                                                | Карасева, Т. В. Лечебная физическая культура при заболеваниях нервной системы : учебное пособие / Т.В. Карасёва, А.С. Махов, С.Ю. Толстова. – Москва : ИНФРА-М, 2022. – 140 с. – (Высшее образование: Бакалавриат).<br>– <b>Режим доступа:</b><br><a href="http://znanium.com/">http:// znanium.com/</a> | Рек. Межрегиональным учебно-метод. советом проф. образования в качестве учеб. пособия для студ. вузов. | <a href="http://znanium.com/catalog/product/1042623">http://znanium.com/catalog/product/1042623</a> |
|          | 2                                                                | Филиппова, Ю. С. Физическая культура : учебно-методическое пособие / Ю.С. Филиппова. – Москва : ИНФРА-М, 2022. – 201 с. – (Высшее образование: Бакалавриат).<br>– <b>Режим доступа:</b><br><a href="http://znanium.com/">http:// znanium.com/</a>                                                        | Рек. Межрегиональным учебно-метод. советом проф. образования в качестве учеб. пособия для студ. вузов. | <a href="http://znanium.com/catalog/product/1940910">http://znanium.com/catalog/product/1940910</a> |
|          | Появление новой литературы в ЭБС Znanium. Com                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                        |                                                                                                     |

|   |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                        |                                                                                                     |                                              |
|---|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|
|   | 3 | <p>Каргин, Н. Н. Теоретические основы здоровья человека и его формирования средствами физической культуры и спорта : учеб. пособие / Н.Н. Каргин, Ю.А. Лаамарти. — Москва.: ИНФРА-М, 2022. — 243 с. (Высшее образование: Бакалавриат).<br/> <b>– Режим доступа:</b><br/> <a href="http://znanium.com/">http://znanium.com/</a></p>                                                                                                                                                                                                                                                                     | Рек. Межрегиональным учебно-метод. советом проф. образования в качестве учеб. пособия для студ. вузов. | <a href="http://znanium.com/catalog/product/1945375">http://znanium.com/catalog/product/1945375</a> | Появление новой литературы в ЭБС Znanium.com |
| 3 |   | <p align="center"><b>В П. 4.7.1 Методические рекомендации добавить</b></p> <p>13. Будаев, М.Л. Совершенствование способов борьбы в армрестлинге: учеб.-метод. рекомендации / М.Л. Будаев. – Могилев: Белорус.-Рос. ун-т, 2022. – 16 с.</p> <p>14. Копылова, Е.А. Особенности PR– стратегий в сфере физической культуры и спорта: учеб.-метод. рекомендации / Е.А. Копылова. – Могилев: Белорус.- Рос. ун-т, 2022. – 16 с.</p> <p>15. Будаев, М.Л. Технические аспекты специальной подготовки в армрестлинге: учеб.-метод. рекомендации / М.Л. Будаев. – Могилев: Белорус.-Рос. ун-т, 2023. – 16 с.</p> |                                                                                                        |                                                                                                     | издание новых методических рекомендаций      |

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры «Физвоспитание и спорт» (протокол № 11 от 18.04.2023 г.)

Заведующий кафедрой ФиС:  
доцент



Д.Н. Самуйлов

УТВЕРЖДАЮ

Декан экономического факультета,  
кандидат физико-математических наук, доцент  
«24» июня 2023 г.



И.И. Маковецкий

СОГЛАСОВАНО:

Зав. кафедрой «Высшая математика»



В.Г. Замураев

Ведущий библиотекарь



О.Е. Печковская

Начальник учебно-методического отдела



О.Е. Печковская