

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования  
"Казанский (Приволжский) федеральный университет"  
Институт фундаментальной медицины и биологии



*подписано электронно-цифровой подписью*

## Программа дисциплины

Элективные курсы по физической культуре и спорту

Направление подготовки: 44.03.01 - Педагогическое образование

Профиль подготовки: Биология

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: заочное

Язык обучения: русский

Год начала обучения по образовательной программе: 2022

## Содержание

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ОПОП ВО
2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО
3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся
4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий
  - 4.1. Структура и тематический план контактной и самостоятельной работы по дисциплине (модулю)
  - 4.2. Содержание дисциплины (модуля)
5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)
6. Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю)
7. Перечень литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)
8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимых для освоения дисциплины (модуля)
9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)
10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)
11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)
12. Средства адаптации преподавания дисциплины (модуля) к потребностям обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья
13. Приложение №1. Фонд оценочных средств
14. Приложение №2. Перечень литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)
15. Приложение №3. Перечень информационных технологий, используемых для освоения дисциплины (модуля), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

Программу дисциплины разработал(а)(и): профессор, д.н. (доцент) Абзалов Р.Р. (кафедра теории и методики физической культуры, спорта и ЛФК, Центр биологии и педагогического образования), RuRAbzalov@kpfu.ru ; старший преподаватель, б/с Гуляков А.А. (кафедра теории и методики физической культуры, спорта и ЛФК, Центр биологии и педагогического образования), AAGulyakov@kpfu.ru

### 1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ОПОП ВО

Обучающийся, освоивший дисциплину (модуль), должен обладать следующими компетенциями:

Шифр компетенции	Расшифровка приобретаемой компетенции
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Обучающийся, освоивший дисциплину (модуль):

Должен знать:

- эффективные цели и задачи физической подготовки; нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности;
- физического развития и физической подготовленности;
- правила и способы планирования индивидуальных занятий различной направленности;
- эффективные методики оценки физической подготовленности;
- методику направленного использования средств физической культуры и основы спортивной тренировки в зависимости от будущей профессиональной деятельности, способы планирования и контроля физкультурно-спортивной деятельности

Должен уметь:

- использовать различные системы физических упражнений с учетом возрастных, половых и индивидуальных возможностей, состояния здоровья, уровня физической подготовленности;
- выбирать эффективные здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности;
- эффективно применять формы спортивной тренировки с целью укрепления здоровья, физического самосовершенствования и достижения должного уровня физической подготовленности для поддержания высокого уровня профессиональной работоспособности.

Должен владеть:

- способами подбора и применения адекватных средств и методов физического воспитания на основе потребности в физической активности и регулярном применении физических упражнений, гигиенических и при-родных факторов с целью оздоровления, физического совершенствования и формирования здорового стиля жизни;
- технологиями планирования и контроля физкультурно-спортивной деятельности, профессионально-прикладными видами спорта, дополнительными и инновационными средствами повышения общей и профессиональной работоспособности.

Должен демонстрировать способность и готовность:

обучающийся должен демонстрировать умения и навыки полученные в ходе изучения дисциплины

### 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО

Данная дисциплина (модуль) включена в раздел "Б1.О.03.05 Дисциплины (модули)" основной профессиональной образовательной программы 44.03.01 "Педагогическое образование (Биология)" и относится к обязательной части ОПОП ВО.

Осваивается на 1 курсе в 2 семестре.

**3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 9 зачетных(ые) единиц(ы) на 328 часа(ов).

Контактная работа - 6 часа(ов), в том числе лекции - 0 часа(ов), практические занятия - 6 часа(ов), лабораторные работы - 0 часа(ов), контроль самостоятельной работы - 0 часа(ов).

Самостоятельная работа - 318 часа(ов).

Контроль (зачёт / экзамен) - 4 часа(ов).

Форма промежуточного контроля дисциплины: зачет во 2 семестре.

**4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий**

**4.1 Структура и тематический план контактной и самостоятельной работы по дисциплине (модулю)**

N	Разделы дисциплины / модуля	Се-местр	Виды и часы контактной работы, их трудоемкость (в часах)						Само-стоя-тель-ная ра-бота
			Лекции, всего	Лекции в эл. форме	Практи-ческие занятия, всего	Практи-ческие в эл. форме	Лабора-торные работы, всего	Лабора-торные в эл. форме	
1.	Тема 1. Практический раздел (по выбору обучающегося): - бадминтон	2	0	0	2	0	0	0	80
2.	Тема 2. Практический раздел (по выбору обучающегося): - баскетбол	2	0	0	2	0	0	0	80
3.	Тема 3. Практический раздел (по выбору обучающегося): - волейбол	2	0	0	1	0	0	0	79
4.	Тема 4. Практический раздел (по выбору обучающегося): - плавание	2	0	0	1	0	0	0	79
	Итого		0	0	6	0	0	0	318

**4.2 Содержание дисциплины (модуля)**

**Тема 1. Практический раздел (по выбору обучающегося): - бадминтон**

Практические занятия:

Тема № 1. Представление о правильном хвате ракетки, положение кисти.

Тема № 2. Обучение игровым стойкам. Подвижные игры направленные на воспитание ловкости и быстроты движений.

Тема № 3. Ознакомление со способами перемещения вперед и назад по площадке.

Тема № 4. Обучение технике короткой подачи. Развитие координации движений

Самостоятельная работа:

Тема № 5. Обучение технике выполнения высокодалеким ударам. Развитие силы рук и плечевого пояса.

Тема № 6. Обучение технике мягким ударам перед собой. Развитие гибкости лучезапястного сустава.

Тема № 7. Обучение технике удара над головой справа. Развитие силы рук и плечевого пояса.

Тема № 8. Обучение технике плоской подачи. Воспитание психологической устойчивости.

Тема № 9. Обучение перемещениям вперед к сетке с возвращением в центральную позицию. Развитие мышц брюшного пресса. Учебная игра.

Тема № 10. Учебная игра. Подготовка к сдаче зачетных нормативных требований.

Тема № 11. Обучение технике высокодалекой подаче. Учебная игра.

Тема № 12. Обучение перемещению назад при ударе над головой справа. Развитие гибкости голеностопного сустава. Учебная игра.

Тема № 13. Совершенствование в технике ранее изученных элементов игры в бадминтон. Учебная игра по основным правилам.

Тема № 14. Выполнение мягких ударов с перемещением в перед. Развитие двигательной реакции. Учебная игра.

Тема № 15. Выполнение комбинации: высокодалекая подача, нападающий удар, мягкий удар (подставка). Учебная игра.

Тема № 16. Обучение технике укороченному удару. Развитие гибкости лучезапястного сустава.

Тема № 17. Выполнение мягких и плоских ударов. Развитие гибкости плечевого сустава. Учебная игра.

Тема № 18. Обучение тактике одиночной и парной игр. Учебная игра.

Тема № 19. Выполнение короткой подачи в переднюю зону. Учебная игра.

Тема № 20. Совершенствование в технике выполнения передвижений по точкам на площадке.

## **Тема 2. Практический раздел (по выбору обучающегося): - баскетбол**

Практические занятия:

Тема № 1. Правила поведения в спортивном зале. Техника безопасности при проведении занятий по баскетболу.

Тема № 2. Стойки и перемещения игрока. Остановка прыжком, шагом.

Тема № 3. Передача мяча от груди двумя руками. Учебная игра по упрощенным правилам.

Тема № 4. Прием и передача мяча различными способами на месте. Ведение мяча правой и левой руками поочередно. Учебная игра по упрощенным правилам.

Самостоятельная работа:

Тема № 5. Прием и передача мяча в движении, в парах. Ведение мяча в высокой стойке. Учебная игра по упрощенным правилам.

Тема № 6. Развитие скоростных качеств. Эстафеты с элементами баскетбола. Учебная игра по упрощенным правилам.

Тема № 7. Ведение мяча в высокой и низкой стойках с изменением скорости и направления движения. Учебная игра по упрощенным правилам.

Тема № 8. Броски мяча в корзину с близкой дистанции различными способами. Учебная игра с заданием по технике.

Тема № 9. Ведение мяча без зрительного контроля с изменением направления движения. Учебная игра с заданием по технике.

Тема № 10. Учебная игра и подготовка к сдаче зачетных нормативных требований.

Тема № 11. Броски мяча в корзину со средней дистанции. Учебная игра с заданием по технике.

Тема № 12. Броски мяча в корзину в прыжке с близкой дистанции. Учебная игра с заданием по технике.

Тема № 13. Повороты с мячом на месте, бросок мяча в корзину с близкой дистанции. Учебная игра с заданием по технике и тактике.

Тема № 14. Выполнение приема мяча, ведения, остановки прыжком и передачи или броска мяча. Учебная игра с заданием по технике и тактике игры.

Тема № 15. Броски мяча в корзину со средней дистанции. "Штрафной бросок". Техника его выполнения. Учебная игра с заданием по тактике игры.

Тема № 16. Техника и тактика выполнения "быстрого прорыва" по флангам. Учебная игра с заданием по тактике игры.

Тема № 17. Командные тактические действия в защите. Учебная игра с заданием по тактике игры.

Тема № 18. Командные и групповые действия в нападении: парами и тройками. Учебная игра с заданием по тактике игры.

Тема № 19. Совершенствование выполнения тактических элементов защиты в игровых действиях занимающихся. Учебная игра с заданием по тактике игры.

Тема № 20. Совершенствование выполнения тактических элементов в нападении в игровых действиях занимающихся. Учебная игра.

## **Тема 3. Практический раздел (по выбору обучающегося): - волейбол**

Практические занятия:

Тема № 1. Правила поведения в спортивном зале. Техника безопасности при проведении занятий по волейболу.

Тема № 2. Стойки и перемещения и их сочетания (бег, скачок, остановки).

Тема № 3. Передача мяча сверху в опорном положении на короткой дистанции.

Тема № 4. Передача мяча снизу на месте. Учебная игра по упрощенным правилам.

Тема № 5. Передача мяча сверху и с низу в опорном положении. Нижняя прямая подача мяча.

Тема № 6. Верхняя прямая подача мяча. Учебная игра по упрощенным правилам.

Самостоятельная работа:

Тема № 7. Прием мяча снизу двумя руками в опорном положении. Верхняя прямая подача мяча. Учебная игра с заданием по технике.

Тема № 8. Прием мяча сверху в опорном положении. Учебная игра с заданием по технике.

Тема № 9. Сочетание приема мяча сверху и снизу в опорном положении. подача мяча на точность в определенную зону площадки. Учебная игра.

Тема № 10. Передача сверху двумя руками в прыжке. Прямой нападающий удар. Учебная игра с заданием по технике.

- Тема № 11. Передача мяча двумя руками сверху в нападении. Прямой нападающий удар. Учебная игра по основным правилам.
- Тема № 12. Учебная игра и подготовка к сдаче зачетных нормативных требований.
- Тема № 13. Нападающий удар с переводом. Учебная игра с заданием.
- Тема № 14. Индивидуальное блокирование. Нападающий удар в различных вариантах.
- Тема № 15. Индивидуальные тактические действия в нападении: при передачах и подачах мяча. Учебная игра с заданием по технике и тактике игры.
- Тема № 16. Групповые тактические действия в нападении. Учебная игра с заданием по технике и тактике игры.
- Тема № 17. Командные тактические действия: нападение со второй передачи игроком передней линии. Учебная игра с заданием по технике и тактике игры.
- Тема № 18. Командные тактические действия: нападение со второй передачи с задней линии. Учебная игра с заданием по технике и тактике игры.
- Тема № 19. Командные тактические действия: нападение с первой передачи или передачи в прыжке после имитации нападающего удара. Учебная игра с заданием по технике и тактике игры.
- Тема № 20. Соревнования по отдельным приемам игры: передача мяча сверху двумя руками на точность. Учебная игра с заданием по тактике.

#### **Тема 4. Практический раздел (по выбору обучающегося): - плавание**

Практические занятия:

Тема 1. Основы техники безопасности на занятиях по плаванию. Правила поведения на воде. Спасение утопающих, первая помощь.

практическое занятие (4 часа):

Тема 2. Обучение технике способом плавания: кроль на груди.

Тема 3. Кроль на груди: техника старта и поворота.

Тема 4. Общая и специальная подготовка пловца (общие и специальные упражнения на суше).

Тема 5. Обучение технике способом плавания кроль на спине.

Тема 6. Кроль на спине: техника старта и поворота.

Тема 7. Подготовка к сдаче контрольных нормативов.

Самостоятельная работа:

Тема 8. Общая и специальная подготовка пловца (общие и специальные упражнения на суше).

Тема 9. Подвижные игры на воде с элементами изученных способов плавания. Свободное плавание.

Тема 10. Внутригрупповые соревнования по плаванию, с использованием техники кроль на груди.

Тема 11. Основы техники безопасности на занятиях по плаванию. Правила поведения на воде. Спасение утопающих, первая помощь.

Тема 12. Подвижные игры в воде.

Тема 13. Внутригрупповые соревнования по плаванию, с использованием техники кроль на спине.

Тема 14. Обучение технике плавания "брасс". Подготовительные, подводящие упражнения, упражнения по технике.

Тема 15. Общая и специальная подготовка пловца (общие и специальные упражнения на суше и на воде).

Тема 16. Подвижные игры на воде с элементами изученных способов плавания. Свободное плавание.

Тема 17. Брасс: техника старта и поворота.

Тема 18. Внутригрупповые соревнования по плаванию, с использованием техники брасс.

Тема 19. Обучение технике способом плавания баттерфляй.

Тема 20. Общая и специальная подготовка пловца (общие и специальные упражнения на суше).

Тема 21. Обучение технике способом плавания баттерфляй.

Тема 22. Баттерфляй: техника старта и поворота.

Тема 23. Подвижные игры на воде с элементами изученных способов плавания. Свободное плавание.

Тема 24. Плавание. Правила соревнований, основы судейства.

#### **5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)**

Самостоятельная работа обучающихся выполняется по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия. Самостоятельная работа подразделяется на самостоятельную работу на аудиторных занятиях и на внеаудиторную самостоятельную работу. Самостоятельная работа обучающихся включает как полностью самостоятельное освоение отдельных тем (разделов) дисциплины, так и проработку тем (разделов), осваиваемых во время аудиторной работы. Во время самостоятельной работы обучающиеся читают и конспектируют учебную, научную и справочную литературу, выполняют задания, направленные на закрепление знаний и отработку умений и навыков, готовятся к текущему и промежуточному контролю по дисциплине.

Организация самостоятельной работы обучающихся регламентируется нормативными документами, учебно-методической литературой и электронными образовательными ресурсами, включая:

Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры (утвержден приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 6 апреля 2021 года №245)

Письмо Министерства образования Российской Федерации №14-55-99бин/15 от 27 ноября 2002 г. "Об активизации самостоятельной работы студентов высших учебных заведений"

Устав федерального государственного автономного образовательного учреждения "Казанский (Приволжский) федеральный университет"

Правила внутреннего распорядка федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего профессионального образования "Казанский (Приволжский) федеральный университет"

Локальные нормативные акты Казанского (Приволжского) федерального университета

## **6. Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю)**

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) включает оценочные материалы, направленные на проверку освоения компетенций, в том числе знаний, умений и навыков. Фонд оценочных средств включает оценочные средства текущего контроля и оценочные средства промежуточной аттестации.

В фонде оценочных средств содержится следующая информация:

- соответствие компетенций планируемым результатам обучения по дисциплине (модулю);
- критерии оценивания сформированности компетенций;
- механизм формирования оценки по дисциплине (модулю);
- описание порядка применения и процедуры оценивания для каждого оценочного средства;
- критерии оценивания для каждого оценочного средства;
- содержание оценочных средств, включая требования, предъявляемые к действиям обучающихся, демонстрируемым результатам, задания различных типов.

Фонд оценочных средств по дисциплине находится в Приложении 1 к программе дисциплины (модулю).

## **7. Перечень литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)**

Освоение дисциплины (модуля) предполагает изучение основной и дополнительной учебной литературы. Литература может быть доступна обучающимся в одном из двух вариантов (либо в обоих из них):

- в электронном виде - через электронные библиотечные системы на основании заключенных КФУ договоров с правообладателями;

- в печатном виде - в Научной библиотеке им. Н.И. Лобачевского. Обучающиеся получают учебную литературу на абонементе по читательским билетам в соответствии с правилами пользования Научной библиотекой.

Электронные издания доступны дистанционно из любой точки при введении обучающимся своего логина и пароля от личного кабинета в системе "Электронный университет". При использовании печатных изданий библиотечный фонд должен быть укомплектован ими из расчета не менее 0,5 экземпляра (для обучающихся по ФГОС 3++ - не менее 0,25 экземпляра) каждого из изданий основной литературы и не менее 0,25 экземпляра дополнительной литературы на каждого обучающегося из числа лиц, одновременно осваивающих данную дисциплину.

Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля), находится в Приложении 2 к рабочей программе дисциплины. Он подлежит обновлению при изменении условий договоров КФУ с правообладателями электронных изданий и при изменении комплектования фондов Научной библиотеки КФУ.

## **8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимых для освоения дисциплины (модуля)**

Всероссийская федерация волейбола - <http://www.volley.ru/>

Всероссийская федерация плавания - <https://russwimming.ru/>

Национальная федерация бадминтона России - <http://www.badm.ru/>  
 Российская федерация баскетбола - <http://russiabasket.ru/>  
 Российский футбольный союз - <http://rfs.ru/>  
 Федерация настольного тенниса России - <http://ttfr.ru/>  
 Федерация спортивной гимнастики России - <http://www.sportgymrus.ru/>

### 9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Вид работ	Методические рекомендации
<p>практические занятия</p>	<p>Для проведения практических занятий по физическому воспитанию студенты распределяются по учебным отделениям. Распределение в учебные отделения проводится в начале учебного года с учетом состояния здоровья (медицинского заключения), физического развития, физической и спортивной подготовленности, интересов студента.</p> <p>В основное отделение зачисляются студенты, отнесенные к основной и подготовительной медицинским группам. Они занимаются по программе общей физической подготовки. В специальное учебное отделение зачисляются студенты, отнесенные по данным медицинского обследования в специальную медицинскую группу.</p> <p>Студенты, освобожденные по состоянию здоровья от практических занятий на длительный срок, зачисляются в специальное учебное отделение 2 (ЛФК) для освоения доступных им разделов учебной программы с начала семестра или сразу после получения медицинского заключения.</p> <p>Студенты с ограниченными возможностями здоровья и особыми образовательными потребностями по дисциплине (включая студентов специальной медицинской группы 2 - ЛФК) занимаются по специальной (индивидуальной) программе.</p> <p>Практические занятия проводятся в спортивном зале и плавательном бассейне. Продолжительность занятия не менее двух академических часов. Обязательно проводится инструктаж по технике безопасности по каждому виду спортивной дисциплины.</p> <p>На практических занятиях студенты овладевают первоначальными умениями и навыками, которые в дальнейшем закрепляются и совершенствуются в процессе обучения. Обучающиеся во всех учебных отделениях, выполнившие учебную программу в каждом семестре получают зачет по дисциплине.</p> <p>Условием получения зачета являются: наличие медицинского осмотра (без него обучающийся не допускается к практическим занятиям), регулярность посещения занятий по расписанию, выполнение установленных на данный семестр тестов общей физической и специальной (спортивно-технической) подготовки для соответствующей специализации и группы здоровья.</p>
<p>самостоятельная работа</p>	<p>Для организации самостоятельной работы необходимы следующие условия:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- готовность студентов к самостоятельному труду;</li> <li>- наличие и доступность необходимого учебно-методического и справочного материала;</li> <li>- консультационная помощь.</li> </ul> <p>Внеаудиторная самостоятельная работа выполняется студентом по заданию преподавателя, но без его непосредственного участия.</p> <p>Содержание внеаудиторной самостоятельной определяется в соответствии с рекомендуемыми видами заданий согласно рабочей программ учебной дисциплины.</p> <p>Виды внеаудиторной самостоятельные работы студентов:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- изучение правил, освоение техники и тактики избранного вида спорта.</li> <li>- самостоятельные практические занятия по видам спорта.</li> </ul> <p>Чтобы развить положительное отношение студентов к внеаудиторной самостоятельные работы студентов, следует на каждом ее этапе разъяснять цели работы, контролировать понимание этих целей студентами, постепенно формируя у них умение самостоятельной постановки задачи и выбора цели.</p>



Вид работ	Методические рекомендации
зачет	<p>Критерием успешности освоения материала в основном и спортивном отделениях является экспертная оценка преподавателя, учитывающая регулярность посещения обязательных учебных занятий, знаний теоретического раздела программы и выполнения на оценку "удовлетворительно" и выше тестов общей физической и спортивно-технической подготовки для отдельных групп различной спортивной направленности, а также установленных в данном семестре требований. Физическая подготовленность студентов оценивается относительной шкалой оценок, разработанных на базе модельных статистических показателей подготовленности с учетом региональных, возрастных и половых особенностей.</p> <p>Обучающиеся в специальном медицинском отделении выполняют разделы программы, контрольно-зачетные тесты и требования, в соответствии с учебной программой. Итоговая отметка по физической культуре в специальных медицинских группах выставляется с учетом теоретических и практических знаний (двигательных умений и навыков, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивно - оздоровительную деятельность), а также с учетом динамики физической подготовленности и посещаемости занятий.</p> <p>Обучающиеся, отнесенные по состоянию здоровья к специальной медицинской группе 2 (ЛФК), освобожденные от практических занятий по дисциплине, выполняют задания согласно индивидуальному плану работы.</p> <p>Обучающиеся, имеющие временное освобождение от практических занятий и выполнившие необходимые задания (реферативная работа) и требования, получают "зачет" по дисциплине за текущий семестр.</p>

**10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)**

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем, представлен в Приложении 3 к рабочей программе дисциплины (модуля).

**11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)**

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю) включает в себя следующие компоненты:

Помещения для самостоятельной работы обучающихся, укомплектованные специализированной мебелью (столы и стулья) и оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду КФУ.

Учебные аудитории для контактной работы с преподавателем, укомплектованные специализированной мебелью (столы и стулья).

Компьютер и принтер для распечатки раздаточных материалов.

Мультимедийная аудитория.

Спортивный зал.

Плавательный бассейн.

**12. Средства адаптации преподавания дисциплины к потребностям обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

При необходимости в образовательном процессе применяются следующие методы и технологии, облегчающие восприятие информации обучающимися инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья:

- создание текстовой версии любого нетекстового контента для его возможного преобразования в альтернативные формы, удобные для различных пользователей;
- создание контента, который можно представить в различных видах без потери данных или структуры, предусмотреть возможность масштабирования текста и изображений без потери качества, предусмотреть доступность управления контентом с клавиатуры;
- создание возможностей для обучающихся воспринимать одну и ту же информацию из разных источников - например, так, чтобы лица с нарушениями слуха получали информацию визуально, с нарушениями зрения - аудиально;
- применение программных средств, обеспечивающих возможность освоения навыков и умений, формируемых дисциплиной, за счёт альтернативных способов, в том числе виртуальных лабораторий и симуляционных технологий;

- применение дистанционных образовательных технологий для передачи информации, организации различных форм интерактивной контактной работы обучающегося с преподавателем, в том числе вебинаров, которые могут быть использованы для проведения виртуальных лекций с возможностью взаимодействия всех участников дистанционного обучения, проведения семинаров, выступления с докладами и защиты выполненных работ, проведения тренингов, организации коллективной работы;
- применение дистанционных образовательных технологий для организации форм текущего и промежуточного контроля;
- увеличение продолжительности сдачи обучающимся инвалидом или лицом с ограниченными возможностями здоровья форм промежуточной аттестации по отношению к установленной продолжительности их сдачи:
- продолжительности сдачи зачёта или экзамена, проводимого в письменной форме, - не более чем на 90 минут;
- продолжительности подготовки обучающегося к ответу на зачёте или экзамене, проводимом в устной форме, - не более чем на 20 минут;
- продолжительности выступления обучающегося при защите курсовой работы - не более чем на 15 минут.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО и учебным планом по направлению 44.03.01 "Педагогическое образование" и профилю подготовки "Биология".

### Перечень литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

Направление подготовки: 44.03.01 - Педагогическое образование

Профиль подготовки: Биология

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: заочное

Язык обучения: русский

Год начала обучения по образовательной программе: 2022

#### Основная литература:

Основная литература (по утвержденному списку НБ):

1. Абзалов Н.И. Теория и методика физической культуры и спорта: учебное пособие / Н. И. Абзалов, Р. А. Абзалов; М-во образования и науки Рос. Федерации, ФГАОУ ВПО 'Казан. (Приволж.) федер. ун-т'. - Электронные данные (1 файл: 2,61 Мб). - (Казань: Казанский федеральный университет, 2013). - Режим доступа: только для студентов и сотрудников КФУ. - Текст : электронный. - URL: [http://libweb.kpfu.ru/ebooks/22\\_228\\_000399.pdf](http://libweb.kpfu.ru/ebooks/22_228_000399.pdf) (дата обращения: 19.04.2020). - Режим доступа: только для студентов и преподавателей КФУ.
2. Вайнер, Э. Н. Лечебная физическая культура: учебник / Э.Н. Вайнер. - Москва: Флинта: Наука, 2009. - 424 с. (e-book) ISBN 978-5-9765-0315-1. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/331823> (дата обращения: 19.04.2020). - Режим доступа: по подписке.
3. Захарова Л.В., Физическая культура: учебник / Захарова Л.В., Люлина Н.В. - Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2017. - 612 с. - ISBN 978-5-7638-3640-0 - Текст: электронный // ЭБС 'Консультант студента' : [сайт]. - URL : <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785763836400.html> (дата обращения: 19.04.2020). - Режим доступа : по подписке.
4. Муллер, А. Б. Физическая культура студента: учебное пособие / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко, А. Ю. Близневский. - Красноярск: Сибирский федеральный университет, 2011. - 172 с. - ISBN 978-5-7638-2126-0. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/443255> (дата обращения: 19.04.2020). - Режим доступа : по подписке.
5. Лекционный курс по дисциплине 'Физическая культура': учебное пособие. / Е.В. Фазлеева, М.И. Рахимов, В.Г. Двоеносов, А.С. Шалавина, Г.И. Пасмуров. - Казань: Казанский федеральный университет, 2014. - 349 с. - Текст: электронный. - URL: [http://dspace.kpfu.ru/xmlui/bitstream/handle/net/22043/21\\_000\\_000635.pdf](http://dspace.kpfu.ru/xmlui/bitstream/handle/net/22043/21_000_000635.pdf) (дата обращения: 19.04.2020). - Режим доступа: только для студентов и преподавателей КФУ.

#### Дополнительная литература:

Дополнительная литература (по утвержденному списку НБ):

1. Вайнер, Э. Н. Валеология: учебный практикум/Вайнер Э. Н., Вольнская Е. В., 2-е изд. - Москва: Флинта, 2012. - 312 с.: ISBN 978-5-89349-387-0. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/331822> (дата обращения: 05.03.2021). - Режим доступа: по подписке.
2. Полиевский, С. А. Комплекс практических занятий по гигиене, БЖД и экологии физической культуры, спорта и туризма / С.А. Полиевский, А.А. Иванов, О.В. Григорьева - Москва : НИЦ ИНФРА-М, 2015. - 227 с. ISBN 978-5-16-103421-7 (online). - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/518178> (дата обращения: 19.02.2021). - Режим доступа: по подписке.
3. Физическая культура. Лекции: учебное пособие для студентов вузов / Е.А. Малейченко [и др.]. - Москва: ЮНИТИ-ДАНА, 2017. - 159 с. - ISBN 978-5-238-02982-5. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1027339> (дата обращения: 19.02.2021). - Режим доступа: по подписке.
4. Чертов, Н. В. Физическая культура: учебное пособие / Чертов Н.В. - Ростов-на-Дону: Издательство Южного федерального университета, 2012. - 118 с. ISBN 978-5-9275-0896-9. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/551007> (дата обращения: 19.02.2021). - Режим доступа: по подписке.
5. Сверигина, Л.А. Гантельная гимнастика: методическое пособие / Л.А. Сверигина, Селиванова В.И., В.Г. Рязов - Казань: Казанский федеральный университет, 2014. - 37 с. - Текст: электронный. - URL: [http://libweb.kpfu.ru/ebooks/21-КаРС/21\\_000\\_A5-000550.pdf](http://libweb.kpfu.ru/ebooks/21-КаРС/21_000_A5-000550.pdf) (дата обращения: 19.02.2021). - Режим доступа: только для студентов и преподавателей КФУ.

6. Садыкова, А.М., Ратова Е.Н. Комплексы утренней гимнастики: учебно-методическое пособие / Садыкова А.М., Ратова Е.Н. - Казань: Казанский университет, 2015. - 35 с. - Текст: электронный. - URL: [http://dspace.kpfu.ru/xmlui/bitstream/net/32199/1/21-КаРС\\_001172.pdf](http://dspace.kpfu.ru/xmlui/bitstream/net/32199/1/21-КаРС_001172.pdf) (дата обращения: 19.02.2021). - Режим доступа: только для студентов и преподавателей КФУ.

Приложение 3  
к рабочей программе дисциплины (модуля)  
Б1.О.03.05 Элективные курсы по физической культуре и спорту

**Перечень информационных технологий, используемых для освоения дисциплины (модуля), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем**

Направление подготовки: 44.03.01 - Педагогическое образование

Профиль подготовки: Биология

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: заочное

Язык обучения: русский

Год начала обучения по образовательной программе: 2022

Освоение дисциплины (модуля) предполагает использование следующего программного обеспечения и информационно-справочных систем:

Операционная система Microsoft Windows 7 Профессиональная или Windows XP (Volume License)

Пакет офисного программного обеспечения Microsoft Office 365 или Microsoft Office Professional plus 2010

Браузер Mozilla Firefox

Браузер Google Chrome

Adobe Reader XI или Adobe Acrobat Reader DC

Kaspersky Endpoint Security для Windows

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "ZNANIUM.COM", доступ к которой предоставлен обучающимся. ЭБС "ZNANIUM.COM" содержит произведения крупнейших российских учёных, руководителей государственных органов, преподавателей ведущих вузов страны, высококвалифицированных специалистов в различных сферах бизнеса. Фонд библиотеки сформирован с учетом всех изменений образовательных стандартов и включает учебники, учебные пособия, учебно-методические комплексы, монографии, авторефераты, диссертации, энциклопедии, словари и справочники, законодательно-нормативные документы, специальные периодические издания и издания, выпускаемые издательствами вузов. В настоящее время ЭБС ZNANIUM.COM соответствует всем требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования (ФГОС ВО) нового поколения.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе Издательства "Лань", доступ к которой предоставлен обучающимся. ЭБС Издательства "Лань" включает в себя электронные версии книг издательства "Лань" и других ведущих издательств учебной литературы, а также электронные версии периодических изданий по естественным, техническим и гуманитарным наукам. ЭБС Издательства "Лань" обеспечивает доступ к научной, учебной литературе и научным периодическим изданиям по максимальному количеству профильных направлений с соблюдением всех авторских и смежных прав.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "Консультант студента", доступ к которой предоставлен обучающимся. Многопрофильный образовательный ресурс "Консультант студента" является электронной библиотечной системой (ЭБС), предоставляющей доступ через сеть Интернет к учебной литературе и дополнительным материалам, приобретенным на основании прямых договоров с правообладателями. Полностью соответствует требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования к комплектованию библиотек, в том числе электронных, в части формирования фондов основной и дополнительной литературы.