

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное автономное  
образовательное учреждение высшего образования  
«Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет  
им. Н.И. Лобачевского»

Институт информационных технологий, математики и механики

---

УТВЕРЖДЕНО  
решением Ученого совета ННГУ  
протокол от  
30.11.2022 №13

**Рабочая программа дисциплины (модуля)**

**Физическая культура и спорт (элективная дисциплина)**  
**«Элективный курс по физической культуре для лиц с отклонениями в состоянии  
здоровья»**

Направление подготовки (специальность)

**09.03.03 Прикладная информатика**

Прикладная информатика в информационной сфере

Форма обучения

Очно-заочная

Нижний Новгород

2021

## 1. Место и цели дисциплины (модуля) в структуре ОПОП

Дисциплина относится к части, формируемой участниками образовательных отношений.

№ варианта	Место дисциплины в учебном плане образовательной программы	Стандартный текст для автоматического заполнения в конструкторе РПД
2	Блок 1. Дисциплины (модули) Часть, формируемая участниками образовательных отношений	Дисциплина Б1.В.10 Физическая культура и спорт (элективная дисциплина) «Элективный курс по физической культуре для лиц с отклонениями в состоянии здоровья» относится к части ООП направления подготовки 09.03.03 Прикладная информатика, формируемой участниками образовательных отношений.

## 2. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы (компетенциями и индикаторами достижения компетенций)

Формируемые компетенции (код, содержание компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), в соответствии с индикатором достижения компетенции		Наименование оценочного средства
	Индикатор достижения компетенции* (код, содержание индикатора)	Результаты обучения по дисциплине**	
<i>УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</i>	<i>УК-7.1. Демонстрирует знание основ здорового образа жизни, здоровьесберегающих технологий, физической культуры.</i>	Знать значение лёгкой атлетики в рамках занятий физической культурой, как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни.	<i>Собеседование Тест</i>
	<i>УК-7.2. Демонстрирует умение выполнять комплекс физических упражнений, способствующих укреплению физического здоровья.</i>	Уметь самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности для занятий лёгкой атлетикой; выбрать средства физической культуры для собственного развития и восстановления работоспособности при занятиях лёгкой атлетикой.	<i>Практическое задание Доклад, сообщение</i>
	<i>УК-7.3. Демонстрирует наличие практического опыта занятий физической культурой.</i>	Владеть навыками беседы по физическому воспитанию; технологией оценки уровня развития личных физических качеств; основами организации здорового образа жизни.	<i>Практическое задание</i>

### 3. Структура и содержание дисциплины «Физическая культура и спорт (элективная дисциплина) «Элективный курс по физической культуре для лиц с отклонениями в состоянии здоровья»

#### 3.1. Трудоемкость дисциплины

<b>Общая трудоемкость</b>	
<b>Часов по учебному плану</b>	<b>328</b>
<b>в том числе</b>	
<b>контактная работа:</b>	<b>7</b>
- занятия семинарского типа	<b>6</b>
- текущий контроль (КСР)	<b>1</b>
<b>самостоятельная работа</b>	<b>157</b>
<b>Промежуточная аттестация – зачет</b>	
<b>контактная работа:</b>	<b>7</b>
- занятия семинарского типа	<b>6</b>
- текущий контроль (КСР)	<b>1</b>
<b>самостоятельная работа</b>	<b>157</b>
<b>Промежуточная аттестация – зачет</b>	

#### 3.2. Содержание дисциплины

Наименование и краткое содержание разделов и тем дисциплины (модуля),  форма промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)	Всего (часы)	В том числе				
		Контактная работа (работа во взаимодействии с преподавателем), часы из них				Самостоятельная работа обучающегося, часы
		Занятия лекционного типа	Занятия практического типа	Занятия лабораторного типа	Всего	
Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. Самоконтроль во время занятий физической культурой	16	0	1	0	1	15
Инструктаж по технике безопасности на занятиях по легкой атлетике. Обучение технике ходьбы и оздоровительного бега. Инструктаж по технике безопасности на занятиях по легкой атлетике. Медленный бег с ходьбой 1000-1500м. специальные	16	0	1	0	1	15

<p>беговые упражнения по 15-20 м.</p> <p>Ходьба с переходом в бег на отрезках до 20-30м.</p> <p>Переменный бег до 100м (со скоростью 40-50% от максимальной) в сочетании с ходьбой.</p> <p>Комплекс упражнений ОФП. Дыхательные упражнения и упражнения на гибкость и расслабление.</p>						
<p>Обучение технике прыжковых упражнений.</p> <p>Медленный бег с ходьбой 1000-1500м, специальные беговые и прыжковые упражнения по 15-20 м.</p> <p>Ходьба с переходом в бег на отрезках до 40-50 м (скорость до 70% от максимальной).</p> <p>Прыжковые упражнения.</p> <p>Комплекс упражнений ОФП. Дыхательные упражнения и упражнения на гибкость и расслабление.</p>	16	0	0	0	0	16
<p>Обучение технике ходьбы и оздоровительного бега.</p> <p>Медленный бег с ходьбой 1000-1500м, специальные беговые упражнения 20-30 м. Ходьба с переходом в бег на отрезках до 20-30м.</p> <p>Переменный бег до 100м (со скоростью 50% от максимальной) в сочетании с ходьбой.</p> <p>Комплекс прыжковых упражнений. Дыхательные упражнения и упражнения на гибкость и расслабление</p>	16	0	0	0	0	16
<p>Обучение технике прыжковых упражнений.</p> <p>Медленный бег с ходьбой 1500-2000м, специальные беговые упражнения. Бег с высокого старта 20-30 м.</p> <p>«Веселые старты» с бегом, прыжками и преодолением препятствий. Комплекс прыжковых упражнений.</p> <p>Дыхательные упражнения и упражнения на гибкость и расслабление</p>	16	0	0	0	0	16

Обучение технике ходьбы и оздоровительного бега. Медленный бег с ходьбой 1500-2000 м, специальные беговые и прыжковые упражнения до 30 м. Ходьба на отрезках до 20-30м. Бег на отрезках до 30 м. Медленный бег с ходьбой 1000 м. Комплекс упражнений ОФП. Дыхательные упражнения и упражнения на гибкость и расслабление.	16	0	0	0	0	16
Тема. Выполнение контрольных нормативов. Тестирование - 6-ти минутный бег (с ходьбой), прыжок в длину с места	16	0	0	0	0	16
Инструктаж по технике безопасности на занятиях оздоровительной физической культурой. Коррекция отклонений физического развития. Техника безопасности на занятиях оздоровительной физической культурой. Знакомство с физиологией опорно-двигательного аппарата, методами самоконтроля ОДА (индекс Кетле, индекс крепости телосложения, динамометрия, вес, рост). Выполнение комплекса упражнений для формирования правильной осанки и укрепления мышечного «корсета». Составление комплекса утренней гигиенической гимнастики.	16	0	0	0	0	16
Коррекция отклонений физического развития. Повторение анатомии и физиологии позвоночного столба, типы нарушений осанки. Выполнение комплекса упражнений для формирования правильной осанки и укрепления мышечного «корсета» с предметами. Подбор средств для самостоятельных занятий физическими упражнениями.	17	0	1	0	1	16
Инструктаж по технике безопасности на занятиях	17	0	1	0	1	16

по гимнастике. Обучение строевым упражнениям и перестроениям. Техника безопасности на занятиях по гимнастике. Строевые упражнения. Перестроения. Упражнения ОФП. Дыхательные упражнения и упражнения на гибкость и расслабление.						
текущий контроль - зачет	1					
Обучение строевым упражнениям и перестроениям. ОРУ в движении. Строевые упражнения и перестроения в движении. Выполнение гимнастических упражнения без отягощений и предметов в И.п лежа. Упражнения ОФП.	14	0	1	0	1	13
Обучение техники гимнастических упражнений с предметами. ОРУ на месте. Обучение технике гимнастических упражнения с палкой и скакалкой. Упражнения ОФП. Дыхательные упражнения и упражнения на гибкость и расслабление.	14	0	1	0	1	13
Обучение техники гимнастических упражнений с предметами. ОРУ в движении. Строевые упражнения и перестроения в движении. Обучение технике гимнастических упражнения с обручем и скамьей. Упражнения ОФП. Дыхательные упражнения и упражнения на гибкость и расслабление.	14	0	1	0	1	14
Обучение техники гимнастических упражнений с предметами. ОРУ в движении. Строевые упражнения и перестроения в движении. Обучение технике гимнастических упражнения с обручем и скамьей. Упражнения ОФП. Дыхательные	14	0	1	0	1	13

упражнения и упражнения на гибкость и расслабление.						
Выполнение контрольных нормативов. ОРУ на месте. Строевые упражнения и перестроения в движении Выполнение контрольных упражнений - вис на перекладине, отжимание от пола, наклон туловища вперед	14	0	1	0	1	13
Инструктаж по технике безопасности на занятиях по баскетболу. Обучение технике передач и ловли мяча. Инструктаж по технике безопасности на занятиях по баскетболу. Перемещение и остановки игрока. Передача мяча на месте различными способами. Ловля мяча. Броски мяча с ближней дистанции.	13	0	1	0	1	13
Обучение технике передач и ловли мяча. Сочетание приемов передвижений остановок. Выполнение передачи мяча на месте различными способами. Передачи мяча в движении. Упражнения ОФП.	14	0	0	0	0	14
Обучение технике передач и ловли мяча. Выполнение передачи мяча на месте различными способами. Передачи мяча в движении. Ведение мяча с изменением направления. Правила баскетбола. Игра по упрощенным правилам. Дыхательные упражнения и упражнения на гибкость и расслабление.	14	0	0	0	0	14
Обучение технике броска мяча. Передачи мяча на месте и в движении. Бросок мяча с ближней и со средней дистанции. Правила баскетбола. Упражнения ОФП.	13	0	0	0	0	12
Обучение технике броска мяча. Ведение мяча. Бросок	13	0	0	0	0	12

мяча с ближней и со средней дистанции. Передачи мяча в движении. Игра по упрощенным правилам. Дыхательные упражнения и упражнения на гибкость и расслабление						
Выполнение контрольных нормативов. Выполнение контрольных нормативов: бросок из-под щита, ведение мяча, передача мяча.	13	0	0	0	0	12
Инструктаж по технике безопасности на занятиях оздоровительной физической культурой. Коррекция отклонений физического развития. Техника безопасности на занятиях оздоровительной физической культурой. Строение позвоночника при сутулой, плоской спине. Физические упражнения для коррекции сутулой и плоской спине. Ознакомить с теоретическими основами комплекса «5 тибетцев». Контроль ведения дневника самоконтроля.	13	0	0	0	0	12
текущий контроль - зачет	1				1	
Итого	328	0	12	0	14	314

Текущий контроль успеваемости проходит в рамках занятий практического типа. Итоговый контроль осуществляется на зачетах.

#### 4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Самостоятельная работа студентов направлена на самостоятельное изучение отдельных тем рабочей программы. Таких, как: теоретико-методические особенности построения занятий базовыми видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности методики воспитания статической выносливости, техника безопасности и предупреждение травматизма на занятиях.

**Цель самостоятельной работы** - подготовка современного компетентного специалиста и формирование способностей и навыков к непрерывному самообразованию и профессиональному совершенствованию.

Самостоятельная работа является наиболее деятельным и творческим процессом, который выполняет ряд дидактических функций: способствует формированию диалектического мышления, вырабатывает высокую культуру умственного труда,



совершенствует способы организации познавательной деятельности, воспитывает ответственность, целеустремленность, систематичность и последовательность в работе студентов, развивает у них бережное отношение к своему времени, способность доводить до конца начатое дело.

### **Изучение понятийного аппарата дисциплины**

Вся система индивидуальной самостоятельной работы должна быть подчинена усвоению понятийного аппарата, поскольку одной из важнейших задач подготовки современного грамотного специалиста является овладение и грамотное применение профессиональной терминологии. Лучшему усвоению и пониманию дисциплины помогут различные энциклопедии, словари, справочники и другие материалы, указанные списке литературы.

### **Изучение тем самостоятельной подготовки по учебно-тематическому плану**

Особое место отводится самостоятельной проработке студентами отдельных разделов и тем по изучаемой дисциплине. Такой подход вырабатывает у студентов инициативу, стремление к увеличению объема знаний, выработке умений и навыков всестороннего овладения способами и приемами профессиональной деятельности.

Изучение вопросов очередной темы требует глубокого усвоения теоретических основ, раскрытия сущности основных категорий системы физической культуры и спорта, проблемных аспектов темы и анализа методического материала.

### **Работа над основной и дополнительной литературой**

Изучение рекомендованной литературы следует начинать с учебников и учебных пособий, затем переходить к материалам периодических изданий и Интернет источникам. Конспектирование – одна из основных форм самостоятельного труда, требующая от студента активно работать с учебной литературой и не ограничиваться конспектом лекций.

Студент должен уметь самостоятельно подбирать необходимую для учебной и научной работы литературу. При этом следует обращаться к предметным каталогам и библиографическим справочникам, которые имеются в библиотеках.

Подобная работа будет весьма продуктивной с точки зрения формирования библиографии для последующего написания дипломного проекта на выпускном курсе.

### **Самоподготовка к практическим занятиям**

При подготовке к практическому занятию необходимо помнить, что данная дисциплина должна быть тесно связана с позднее изучаемыми дисциплинами. На практических занятиях студент должен уметь последовательно применять изучаемый материал.

Для достижения этой цели необходимо:

- 1) ознакомиться с соответствующей темой программы изучаемой дисциплины;
- 2) осмыслить круг изучаемых вопросов;
- 3) изучить рекомендованную учебно-методическим комплексом литературу по данной теме;
- 4) тщательно изучить лекционный материал;

- 5) ознакомиться с вопросами очередного практического занятия;
- 6) подготовить конспект занятия по указанной из вынесенных тем.

Изучение вопросов очередной темы требует глубокого усвоения теоретических основ дисциплины, раскрытия сущности основных положений, проблемных аспектов темы и анализа практического материала.

При презентации материала на защите реферата можно воспользоваться следующим алгоритмом изложения темы: определение и характеристика основных категорий, оценка его современного состояния, существующие проблемы, перспективы развития. Весьма презентабельным вариантом выступления следует считать его подготовку в среде Power Point, что существенно повышает степень визуализации, а, следовательно, доступности, понятности материала и заинтересованности аудитории к результатам учебной работы студента.

### **Самостоятельная работа студента при подготовке к зачету**

Промежуточной формой контроля успеваемости студентов по учебной дисциплине «Элективные курсы по физической культуре для лиц с отклонениями в состоянии здоровья» является реферат и зачет в II-VI семестрах

Бесспорным фактором успешного завершения очередного модуля является кропотливая, систематическая работа студента в течение всего периода изучения дисциплины (семестра). В этом случае подготовка к зачету будет являться концентрированной систематизацией всех полученных знаний по данной дисциплине. В начале семестра рекомендуется внимательно изучить перечень вопросов к экзамену по данной дисциплине, а также использовать в процессе обучения программу, другие методические материалы, разработанные преподавателями факультета по данной дисциплине. Это позволит в процессе изучения тем сформировать более правильное и обобщенное видение студентом существа дисциплины за счет:

- а) уточняющих вопросов преподавателю;
- б) подготовки рефератов по отдельным темам, наиболее заинтересовавшие студента;
- в) самостоятельного уточнения вопросов на смежных дисциплинах;
- г) углубленного изучения вопросов темы по учебным пособиям.

Кроме того, наличие перечня вопросов в период обучения позволит выбрать из предложенных преподавателем учебников наиболее оптимальный для каждого студента, с точки зрения его индивидуального восприятия материала, уровня сложности и стилистики изложения.

После изучения соответствующей тематики рекомендуется проверить наличие и формулировки вопроса по этой теме в перечне вопросов к зачету, а также попытаться изложить ответ на этот вопрос. Если возникают сложности при раскрытии материала, следует вновь обратиться к лекционному материалу, материалам практических занятий, уточнить терминологический аппарат темы, а также проконсультироваться с преподавателем.

### **Изучение сайтов по темам дисциплины в сети Интернет**

Ресурсы Интернет являются одним из альтернативных источников быстрого поиска требуемой информации. Их использование возможно для получения основных и дополнительных сведений по изучаемым материалам.

Сообщение по теме является одной из важных составляющих учебного процесса и выполняется студентом самостоятельно в соответствии с учебным планом.

Студенту предоставляется право выбора темы из числа указанных в списке.

Структура работы должна включать в себя главы (в основном три) с их разбивкой на параграфы (подразделы). Все части реферата должны быть изложены в строгой логической последовательности и взаимосвязи.

Содержание работы можно иллюстрировать схемами, таблицами, диаграммами, графиками, рисунками и т.п.

Графическому материалу по тексту необходимо давать пояснение.

Объем работы составляет – 12 страниц.

При оценке работы учитывается содержание работы, ее актуальность, степень самостоятельности, правильность выводов и предложений, качество используемого практического материала, а также уровень грамотности и владение терминологией (общей и специальной). Одновременно отмечаются ее положительные стороны и недостатки, а в случае необходимости указываются вопросы, подлежащие доработке.

Процедура защиты происходит на практических занятиях

Реферат оценивается оценкой «зачтено», «не зачтено».

#### Темы

1. История развития силовых видов спорта.
2. Обзор видов силовой подготовки.
3. ОФП в силовой подготовке.
4. Классические упражнения в тяжелой атлетике.
5. Техника выполнения упражнений. Классификация и анализ упражнений.
6. Техника и тактика соревновательных упражнений в пауэрлифтинге.
7. Техника рывка, толчка в гиревом спорте.
8. Методы обучения в силовой подготовке.
9. Принципы обучения.
10. Упражнения для совершенствования техники рывка, толчка.
11. Тренажеры в силовой подготовке.
12. Психологическая подготовка штангистов, гиревиков.
13. Содержание тренировочного процесса в силовой подготовке.
14. Принципы тренировки.
15. Методы тренировки.
16. Периодизация тренировочного процесса.
17. Участие в соревнованиях в видах силовой подготовки.
18. Положение о соревнованиях.
19. Обязанности и права участников соревнований в видах силовой подготовки.
20. Состав судейской коллегии, её обязанности и права в видах силовой подготовки.
21. Физические качества занимающихся.
22. Взаимосвязь техники и тактики в освоении видов.
23. Различные виды упражнений в силовых видах спорта

#### **5. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине, включающий:**

## 5.1. Описание шкал оценивания результатов обучения по дисциплине

Уровень сформированности компетенций (индикатора достижения компетенций)	Шкала оценивания сформированности компетенций						
	плохо	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	очень хорошо	отлично	превосходно
	не зачтено		зачтено				
<u>Знания</u>	Отсутствие знаний теоретического материала.  Невозможность оценить полноту знаний вследствие отказа обучающегося от ответа	Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки.	Минимально допустимый уровень знаний. Допущено много негрубых ошибок.	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько негрубых ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько несущественных ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки, без ошибок.	Уровень знаний в объеме, превышающем программу подготовки.
<u>Умения</u>	Отсутствие минимальных умений. Невозможность оценить наличие умений вследствие отказа обучающегося от ответа	При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки.	Продemonстрированы основные умения. Решены типовые задачи с негрубыми ошибками и. Выполнены все задания но не в полном объеме.	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, в полном объеме, но некоторые с недочетами.	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи. Выполнены все задания, в полном объеме, но некоторые с недочетами.	Продemonстрированы все основные умения, решены все основные задачи с отдельными несущественными недочетами, выполнены все задания в полном объеме.	Продemonстрированы все основные умения,. Решены все основные задачи. Выполнены все задания, в полном объеме без недочетов
<u>Навыки</u>	Отсутствие владения материалом. Невозможность оценить наличие навыков вследствие отказа обучающегося от ответа	При решении стандартных задач не продемонстрированы базовые навыки. Имели место грубые ошибки.	Имеется минимальный набор навыков для решения стандартных задач с некоторыми недочетами	Продemonстрированы базовые навыки при решении стандартных задач с некоторыми недочетами	Продemonстрированы базовые навыки при решении стандартных задач без ошибок и недочетов.	Продemonстрированы навыки при решении нестандартных задач без ошибок и недочетов.	Продemonстрирован творческий подход к решению нестандартных задач

			ми				
--	--	--	----	--	--	--	--

### Шкала оценки при промежуточной аттестации

Оценка		Уровень подготовки
зачтено	Превосходно	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «превосходно»
	Отлично	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «отлично», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «отлично»
	Очень хорошо	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «очень хорошо», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «очень хорошо»
	Хорошо	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «хорошо», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «хорошо»
	Удовлетворительно	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «удовлетворительно», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «удовлетворительно»
не зачтено	Неудовлетворительно	Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «неудовлетворительно», ни одна из компетенций не сформирована на уровне «плохо»
	Плохо	Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «плохо»

### 5.2. Вопросы для контроля для оценивания компетенции УК-7

1. Эпидемиология наиболее распространённых заболеваний и нарушений здоровья у студентов.
2. Принципы комплектования медицинских групп в вузе.
3. Основные задачи физического воспитания учащихся, отнесенных к СМГ.
4. Содержание уроков ФВ в специальной медицинской группе.
5. Особенности структуры урока ФВ в СМГ.
6. Сроки возобновления занятий ФК после перенесённых заболеваний.
7. Построение занятия ФВ в СМГ в ВУЗе.
8. Понятие о внешних признаках утомления.
9. Причины травм на занятиях ФВ в СМГ.
10. Способы профилактики травматизма на занятиях ФВ в СМГ.
11. Особенности проведения занятий в СМГ при артериальной гипертензии.
12. Особенности проведения занятий при гипотонической болезни.
13. Особенности проведения занятий в СМГ при пневмонии.
14. Особенности проведения занятий при бронхитах и бронхоэктатической болезни.
15. Особенности проведения занятий при бронхиальной астме.
16. Специальные упражнения, применяемые при заболеваниях органов дыхания.
17. Особенности проведения занятий в СМГ при сахарном диабете.
18. Особенности проведения занятий в СМГ при ожирении.
19. Особенности проведения занятий в СМГ при заболеваниях ЖКТ.

20. Особенности проведения занятий в СМГ при заболеваниях мочевыделительной системы.
21. Понятие о правильной осанке. Виды нарушений осанки

### **5.3. Задания для оценки сформированности умений компетенции УК-7**

- Задание 1.** Составить план тренировки на короткие дистанции  
**Задание 2.** Составить план тренировки на средние дистанции  
**Задание 3.** Составить план тренировки на длинные дистанции  
**Задание 4.** Прыжок в длину с места».   
**Задание 5.** «Бег 100м».   
**Задание 6.** «Бег 1000м».

### **5.4. ПЕРЕЧЕНЬ ЗАДАНИЙ К ЗАЧЁТУ ДЛЯ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ**

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

Медицинские показания и противопоказания при занятиях физическими упражнениями и применения других средств физической культуры при данном заболевании (диагнозе). Клинико-физиологическое обоснование лечебного применения физических упражнений. Механизмы действия физических упражнений.

Лечебная физическая культура и рекомендуемые средства физической культуры при данном заболевании (диагнозе).

Составление и обоснование индивидуального комплекса физических упражнений и доступных средств физической культуры (с

Составление и демонстрация индивидуального комплекса физических упражнений, проведение отдельной части профилированного учебно-тренировочного занятия с группой студентов и т.п.).

**Требования к работе:** для 1 работы минимум 25 - максимум 35 слайдов, логичность представления материала, его законченность, использование современных компьютерных программ, для создания зрелищности работы

### **5.5. Перечень заданий к зачёту для студентов основной и подготовительной групп временно (не более 2 семестров) освобождённых от практических занятий**

1. Составьте перечень Интернет-ресурсов, имеющих содержание, относящееся к предметным областям «Лечебная физическая культура», «Адаптивная физическая культура и спорт», «Оздоровительная физическая культура», «Рекреационная физическая культура» «Знание нормативов ГТО» обозначьте краткое содержание портала, сайта (возможно фото, основные элементы сайта и т.п.)

### **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)**

а) основная литература:

1. Физическая реабилитация. Лечебная физическая культура. Кинезитерапия [Электронный ресурс] : учеб. словарь-справочник / авт.-сост.: О.В. Козырева, А.А.

Иванов. - М. : Советский спорт, 2010. -

<http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971804291.html>

**Б) дополнительная литература**

1. "Физическая реабилитация инвалидов с поражением опорно-двигательной системы [Электронный ресурс] : учеб. пособие / С.П. Евсеев, С.Ф. Курдыбайло, А.И. Малышев, Г.В. Герасимова, А.А. Потапчук, Д.С. Поляков ; под ред. д-ра пед. наук, проф. С.П. Евсеева и д-ра мед. наук, проф. С.Ф. Курдыбайло. - М. : Советский спорт, 2010." - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971803690.html>
2. "Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура [Электронный ресурс] : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности "Физ. культура" / Л.Л. Артамонова, О.П. Панфилов, В.В. Борисова ; общ. ред. О.П. Панфилова. - М. : ВЛАДОС, 2010. - (Учебное пособие для вузов)" - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785305002423.html>

**7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)**

Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, аудитория для групповых консультаций, а также для текущего контроля и промежуточной аттестации.

Программа составлена в соответствии с требованиями ОС ННГУ по направлению подготовки 09.03.03 «Прикладная информатика».

Составитель - \_\_\_\_\_ Кутасин А.Н.

Рецензент профессор \_\_\_\_\_ Федосенко Ю.С.

Заведующий кафедрой - \_\_\_\_\_ Кутасин А.Н.

Программа одобрена на заседании методической комиссии института информационных технологий, математики и механики

07.12.2022 года, протокол №4