

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования «Московский государственный технический университет имени Н. Э. Баумана
(национальный исследовательский университет)»
(МГТУ им. Н. Э. Баумана)



Первый проректор —
проректор по учебной работе
МГТУ им. Н. Э. Баумана
_____ Б.В. Падалкин

«13» мая 2022 г.

Факультет ФО «Физкультурно-оздоровительный»
Кафедра ФВ «Физическое воспитание»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Элективный курс по физической культуре и спорту

Авторы программы:

Нечушкин Ю.В., заведующий кафедрой (к.н.), кандидат педагогических наук, доцент,
nucv@bmstu.ru

Захарова Н.А., доцент, zacharovana@bmstu.ru

Князева Ю.С., старший преподаватель, knyazevayu@bmstu.ru

Утверждена на заседании кафедры «Физическое воспитание»
Протокол № 10 заседания кафедры «ФВ» от 11.05.2022 г.

Начальник Управления образовательных стандартов и программ
Гузева Т.А.



ОГЛАВЛЕНИЕ

	с.
1.Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы.....	4
2.Место дисциплины в структуре образовательной программы	51
3.Объем дисциплины.....	53
4.Содержание дисциплины, структурированное по модулям учебной дисциплины с указанием отведенного на них количества академических или астрономических часов и видов учебных занятий	54
5.Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов.....	59
6.Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации студентов по дисциплине.....	60
7.Перечень учебной литературы и дополнительных материалов, необходимых для освоения дисциплины	61
8.Перечень ресурсов сети интернет, рекомендуемых для самостоятельной работы при освоении дисциплины	62
9.Методические указания для студентов по освоению дисциплины	63
10.Перечень информационных технологий, используемых при изучении дисциплины, включая перечень программного обеспечения, информационных справочных систем и профессиональных баз данных	64
11.Описание материально-технической базы, необходимой для изучения дисциплины	65

1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), СООТНЕСЕННЫЕ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Настоящая рабочая программа дисциплины устанавливает требования к знаниям и умениям студента, а также определяет содержание и виды учебных занятий и отчетности.

Программа разработана в соответствии с:

- Самостоятельно устанавливаемыми образовательными стандартами (СУОС 3++) по направлениям подготовки (уровень бакалавриата): 01.03.02 «Прикладная математика и информатика», 01.03.03 «Механика и математическое моделирование», 01.03.04 «Прикладная математика», 02.03.01 «Математика и компьютерные науки», 09.03.01 «Информатика и вычислительная техника», 09.03.02 «Информационные системы и технологии», 09.03.03 «Прикладная информатика», 09.03.04 «Программная инженерия», 11.03.03 «Конструирование и технология электронных средств», 11.03.04 «Электроника и наноэлектроника», 12.03.02 «Оптотехника», 12.03.04 «Биотехнические системы и технологии», 12.03.05 «Лазерная техника и лазерные технологии», 13.03.02 «Электроэнергетика и электротехника», 13.03.03 «Энергетическое машиностроение», 14.03.01 «Ядерная энергетика и теплофизика», 15.03.01 «Машиностроение», 15.03.02 «Технологические машины и оборудование», 15.03.03 «Прикладная механика», 15.03.04 «Автоматизация технологических процессов и производств», 15.03.06 «Мехатроника и робототехника», 16.03.01 «Техническая физика», 16.03.02 «Высокотехнологические плазменные и энергетические установки», 16.03.03 «Холодильная, криогенная техника и системы жизнеобеспечения», 20.03.01 «Техносферная безопасность», 22.03.01 «Материаловедение и технологии материалов», 24.03.01 «Ракетные комплексы и космонавтика», 24.03.03 «Баллистика и гидроаэродинамика», 27.03.01 «Стандартизация и метрология», 27.03.04 «Управление в технических системах», 27.03.05 «Инноватика», 28.03.02 «Наноинженерия», 38.03.01 «Экономика», 38.03.02 «Менеджмент», 38.03.05 «Бизнес-информатика», 39.03.01 «Социология», 45.03.02 «Лингвистика», 45.03.03 «Фундаментальная и прикладная лингвистика», 54.03.01 «Дизайн»

- Самостоятельно устанавливаемыми образовательными стандартами (СУОС 3++) по специальностям (уровень специалитета): 10.05.01 «Компьютерная безопасность», 10.05.03 «Информационная безопасность автоматизированных систем», 10.05.05 «Безопасность информационных технологий в правоохранительной сфере», 10.05.07 «-», 11.05.01 «Радиоэлектронные системы и комплексы», 12.05.01 «Электронные и оптико-электронные приборы и системы специального назначения», 14.05.01 «Ядерные реакторы и материалы», 15.05.01 «Проектирование технологических машин и комплексов», 15.05.02 «Робототехника военного и специального назначения», 16.05.01 «Специальные системы жизнеобеспечения», 17.05.01 «Боеприпасы и взрыватели», 17.05.02 «Стрелково-пушечное, артиллерийское и ракетное оружие», 23.05.01 «Наземные транспортно-технологические средства», 23.05.02 «Транспортные средства специального назначения», 24.05.01 «Проектирование, производство и эксплуатация ракет и ракетно-космических комплексов», 24.05.02 «Проектирование авиационных и ракетных двигателей», 24.05.04 «Навигационно-баллистическое обеспечение применения космической техники», 24.05.06 «Системы управления летательными аппаратами», 40.05.03 «Судебная экспертиза»;

- Основными профессиональными образовательными программами по направлениям подготовки 01.03.02 «Прикладная математика и информатика», 01.03.03 «Механика и математическое моделирование», 01.03.04 «Прикладная математика», 02.03.01 «Математика и компьютерные науки», 09.03.01 «Информатика и вычислительная техника», 09.03.02 «Информационные системы и технологии», 09.03.03 «Прикладная информатика», 09.03.04 «Программная инженерия», 11.03.03 «Конструирование и технология электронных средств», 11.03.04 «Электроника и наноэлектроника», 12.03.02 «Оптотехника», 12.03.04 «Биотехнические системы и технологии», 12.03.05 «Лазерная

техника и лазерные технологии», 13.03.02 «Электроэнергетика и электротехника», 13.03.03 «Энергетическое машиностроение», 14.03.01 «Ядерная энергетика и теплофизика», 15.03.01 «Машиностроение», 15.03.02 «Технологические машины и оборудование», 15.03.03 «Прикладная механика», 15.03.04 «Автоматизация технологических процессов и производств», 15.03.06 «Мехатроника и робототехника», 16.03.01 «Техническая физика», 16.03.02 «Высокотехнологические плазменные и энергетические установки», 16.03.03 «Холодильная, криогенная техника и системы жизнеобеспечения», 20.03.01 «Техносферная безопасность», 22.03.01 «Материаловедение и технологии материалов», 24.03.01 «Ракетные комплексы и космонавтика», 24.03.03 «Баллистика и гидроаэродинамика», 27.03.01 «Стандартизация и метрология», 27.03.04 «Управление в технических системах», 27.03.05 «Инноватика», 28.03.02 «Наноинженерия», 38.03.01 «Экономика», 38.03.02 «Менеджмент», 38.03.05 «Бизнес-информатика», 39.03.01 «Социология», 45.03.02 «Лингвистика», 45.03.03 «Фундаментальная и прикладная лингвистика», 54.03.01 «Дизайн»

- Основными профессиональными образовательными программами по специальностям 10.05.01 «Компьютерная безопасность», 10.05.03 «Информационная безопасность автоматизированных систем», 10.05.05 «Безопасность информационных технологий в правоохранительной сфере», 10.05.07 «-», 11.05.01 «Радиоэлектронные системы и комплексы», 12.05.01 «Электронные и оптико-электронные приборы и системы специального назначения», 14.05.01 «Ядерные реакторы и материалы», 15.05.01 «Проектирование технологических машин и комплексов», 15.05.02 «Робототехника военного и специального назначения», 16.05.01 «Специальные системы жизнеобеспечения», 17.05.01 «Боеприпасы и взрыватели», 17.05.02 «Стрелково-пушечное, артиллерийское и ракетное оружие», 23.05.01 «Наземные транспортно-технологические средства», 23.05.02 «Транспортные средства специального назначения», 24.05.01 «Проектирование, производство и эксплуатация ракет и ракетно-космических комплексов», 24.05.02 «Проектирование авиационных и ракетных двигателей», 24.05.04 «Навигационно-баллистическое обеспечение применения космической техники», 24.05.06 «Системы управления летательными аппаратами», 40.05.03 «Судебная экспертиза»;

- Учебными планами МГТУ им. Н.Э. Баумана по направлениям подготовки 01.03.02 «Прикладная математика и информатика», 01.03.03 «Механика и математическое моделирование», 01.03.04 «Прикладная математика», 02.03.01 «Математика и компьютерные науки», 09.03.01 «Информатика и вычислительная техника», 09.03.02 «Информационные системы и технологии», 09.03.03 «Прикладная информатика», 09.03.04 «Программная инженерия», 11.03.03 «Конструирование и технология электронных средств», 11.03.04 «Электроника и наноэлектроника», 12.03.02 «Оптотехника», 12.03.04 «Биотехнические системы и технологии», 12.03.05 «Лазерная техника и лазерные технологии», 13.03.02 «Электроэнергетика и электротехника», 13.03.03 «Энергетическое машиностроение», 14.03.01 «Ядерная энергетика и теплофизика», 15.03.01 «Машиностроение», 15.03.02 «Технологические машины и оборудование», 15.03.03 «Прикладная механика», 15.03.04 «Автоматизация технологических процессов и производств», 15.03.06 «Мехатроника и робототехника», 16.03.01 «Техническая физика», 16.03.02 «Высокотехнологические плазменные и энергетические установки», 16.03.03 «Холодильная, криогенная техника и системы жизнеобеспечения», 20.03.01 «Техносферная безопасность», 22.03.01 «Материаловедение и технологии материалов», 24.03.01 «Ракетные комплексы и космонавтика», 24.03.03 «Баллистика и гидроаэродинамика», 27.03.01 «Стандартизация и метрология», 27.03.04 «Управление в технических системах», 27.03.05 «Инноватика», 28.03.02 «Наноинженерия», 38.03.01 «Экономика», 38.03.02 «Менеджмент», 38.03.05 «Бизнес-информатика», 39.03.01 «Социология», 45.03.02 «Лингвистика», 45.03.03 «Фундаментальная и прикладная лингвистика», 54.03.01 «Дизайн»

- Учебными планами МГТУ им. Н.Э. Баумана по специальностям 10.05.01 «Компьютерная безопасность», 10.05.03 «Информационная безопасность автоматизированных систем», 10.05.05 «Безопасность информационных технологий в

правоохранительной сфере», 10.05.07 «-», 11.05.01 «Радиоэлектронные системы и комплексы», 12.05.01 «Электронные и оптико-электронные приборы и системы специального назначения», 14.05.01 «Ядерные реакторы и материалы», 15.05.01 «Проектирование технологических машин и комплексов», 15.05.02 «Робототехника военного и специального назначения», 16.05.01 «Специальные системы жизнеобеспечения», 17.05.01 «Боеприпасы и взрыватели», 17.05.02 «Стрелково-пушечное, артиллерийское и ракетное оружие», 23.05.01 «Наземные транспортно-технологические средства», 23.05.02 «Транспортные средства специального назначения», 24.05.01 «Проектирование, производство и эксплуатация ракет и ракетно-космических комплексов», 24.05.02 «Проектирование авиационных и ракетных двигателей», 24.05.04 «Навигационно-баллистическое обеспечение применения космической техники», 24.05.06 «Системы управления летательными аппаратами», 40.05.03 «Судебная экспертиза».

При освоении дисциплины планируется формирование компетенций, предусмотренных ОПОП на основе СУОС 3++ по направлениям подготовки 01.03.02 «Прикладная математика и информатика», 01.03.03 «Механика и математическое моделирование», 01.03.04 «Прикладная математика», 02.03.01 «Математика и компьютерные науки», 09.03.01 «Информатика и вычислительная техника», 09.03.02 «Информационные системы и технологии», 09.03.03 «Прикладная информатика», 09.03.04 «Программная инженерия», 11.03.03 «Конструирование и технология электронных средств», 11.03.04 «Электроника и нанoeлектроника», 12.03.02 «Опtotехника», 12.03.04 «Биотехнические системы и технологии», 12.03.05 «Лазерная техника и лазерные технологии», 13.03.02 «Электроэнергетика и электротехника», 13.03.03 «Энергетическое машиностроение», 14.03.01 «Ядерная энергетика и теплофизика», 15.03.01 «Машиностроение», 15.03.02 «Технологические машины и оборудование», 15.03.03 «Прикладная механика», 15.03.04 «Автоматизация технологических процессов и производств», 15.03.06 «Мехатроника и робототехника», 16.03.01 «Техническая физика», 16.03.02 «Высокотехнологические плазменные и энергетические установки», 16.03.03 «Холодильная, криогенная техника и системы жизнеобеспечения», 20.03.01 «Техносферная безопасность», 22.03.01 «Материаловедение и технологии материалов», 24.03.01 «Ракетные комплексы и космонавтика», 24.03.03 «Баллистика и гидроаэродинамика», 27.03.01 «Стандартизация и метрология», 27.03.04 «Управление в технических системах», 27.03.05 «Инноватика», 28.03.02 «Наноинженерия», 38.03.01 «Экономика», 38.03.02 «Менеджмент», 38.03.05 «Бизнес-информатика», 39.03.01 «Социология», 45.03.02 «Лингвистика», 45.03.03 «Фундаментальная и прикладная лингвистика», 54.03.01 «Дизайн» (уровень бакалавриата) и специальностям 10.05.01 «Компьютерная безопасность», 10.05.03 «Информационная безопасность автоматизированных систем», 10.05.05 «Безопасность информационных технологий в правоохранительной сфере», 10.05.07 «-», 11.05.01 «Радиоэлектронные системы и комплексы», 12.05.01 «Электронные и оптико-электронные приборы и системы специального назначения», 14.05.01 «Ядерные реакторы и материалы», 15.05.01 «Проектирование технологических машин и комплексов», 15.05.02 «Робототехника военного и специального назначения», 16.05.01 «Специальные системы жизнеобеспечения», 17.05.01 «Боеприпасы и взрыватели», 17.05.02 «Стрелково-пушечное, артиллерийское и ракетное оружие», 23.05.01 «Наземные транспортно-технологические средства», 23.05.02 «Транспортные средства специального назначения», 24.05.01 «Проектирование, производство и эксплуатация ракет и ракетно-космических комплексов», 24.05.02 «Проектирование авиационных и ракетных двигателей», 24.05.04 «Навигационно-баллистическое обеспечение применения космической техники», 24.05.06 «Системы управления летательными аппаратами», 40.05.03 «Судебная экспертиза» (уровень специалитета)

Код компетенции по СУОС 3++	Формулировка компетенции
-----------------------------	--------------------------

УКС-7 (12.03.05)	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
УКС-7 (45.03.03)	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
УКС-7 (13.03.02)	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
УКС-7 (45.03.02)	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
УКС-7 (10.05.03)	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
УКС-7 (16.05.01)	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
УКС-7 (54.03.01)	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
УКС-7 (15.03.01)	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Для категорий «знать, уметь, владеть» планируется достижение результатов обучения (РО), вносящих на соответствующих уровнях вклад в формирование компетенций, предусмотренных основной профессиональной образовательной программой (табл.1).

Таблица 1. Индикаторы достижения компетенции

1	2	3
Компетенция: код по СУОС 3++, формулировка	Индикаторы	Формы и методы обучения, способствующие формированию и развитию компетенции
<p>УКС-7 (16.03.01) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни УМЕТЬ - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни ВЛАДЕТЬ - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы. Методы обучения: Методы практической работы (Семинары) Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>
<p>УКС-7 (17.05.01) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни УМЕТЬ</p>	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы. Методы обучения: Методы практической работы (Семинары) Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>

1	2	3
	<ul style="list-style-type: none"> - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни - применять методики, позволяющие улучшить и сохранить здоровье в процессе жизнедеятельности <p>ВЛАДЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности 	
<p>УКС-7 (17.05.02) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни <p>УМЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни - применять методики, позволяющие улучшить и 	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы.</p> <p>Методы обучения: Методы практической работы (Семинары)</p> <p>Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах.</p>

1	2	3
	<p>сохранить здоровье в процессе жизнедеятельности ВЛАДЕТЬ - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	
<p>УКС-7 (23.05.01) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни УМЕТЬ - применять методики, позволяющие улучшить и сохранить здоровье в процессе жизнедеятельности - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни ВЛАДЕТЬ - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы. Методы обучения: Методы практической работы (Семинары) Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах.</p>
<p>УКС-7 (23.05.02) Способен поддерживать</p>	<p>ЗНАТЬ - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни</p>	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы. Методы обучения: Методы практической работы (Семинары)</p>

1	2	3
<p>должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>человека и общества</p> <ul style="list-style-type: none"> - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни <p>УМЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни - применять методики, позволяющие улучшить и сохранить здоровье в процессе жизнедеятельности <p>ВЛАДЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности 	<p>Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах.</p>
<p>УКС-7 (24.05.01) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни <p>УМЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки 	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы.</p> <p>Методы обучения: Методы практической работы (Семинары)</p> <p>Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>

1	2	3
	<ul style="list-style-type: none"> - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни - применять методики, позволяющие улучшить и сохранить здоровье в процессе жизнедеятельности <p>ВЛАДЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности 	
<p>УКС-7 (24.05.02) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни <p>УМЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни - применять методики, позволяющие улучшить и сохранить здоровье в процессе жизнедеятельности <p>ВЛАДЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения 	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы.</p> <p>Методы обучения: Методы практической работы (Семинары)</p> <p>Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>

1	2	3
<p>УКС-7 (15.03.04) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>полноценной социальной и профессиональной деятельности</p> <p>ЗНАТЬ - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни</p> <p>УМЕТЬ - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни</p> <p>ВЛАДЕТЬ - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы.</p> <p>Методы обучения: Методы практической работы (Семинары)</p> <p>Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>
<p>УКС-7 (24.05.04) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни</p> <p>УМЕТЬ - применять на практике разнообразные средства</p>	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы.</p> <p>Методы обучения: Методы практической работы (Семинары)</p> <p>Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>

1	2	3
	<p>физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни - применять методики, позволяющие улучшить и сохранить здоровье в процессе жизнедеятельности <p>ВЛАДЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности 	
<p>УКС-7 (15.03.03) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни <p>УМЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни <p>ВЛАДЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - средствами и методами укрепления 	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы.</p> <p>Методы обучения: Методы практической работы (Семинары)</p> <p>Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>

1	2	3
	индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	
<p>УКС-7 (15.03.02) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни УМЕТЬ - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни ВЛАДЕТЬ - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы. Методы обучения: Методы практической работы (Семинары) Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>
<p>УКС-7 (24.05.06) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни УМЕТЬ</p>	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы. Методы обучения: Методы практической работы (Семинары) Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>

1	2	3
	<ul style="list-style-type: none"> - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни - применять методики, позволяющие улучшить и сохранить здоровье в процессе жизнедеятельности <p>ВЛАДЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности 	
<p>УКС-7 (40.05.03) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни <p>УМЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни - применять методики, позволяющие улучшить и 	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы.</p> <p>Методы обучения: Методы практической работы (Семинары)</p> <p>Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>

1	2	3
	<p>сохранить здоровье в процессе жизнедеятельности ВЛАДЕТЬ - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	
<p>УКС-7 (15.03.06) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни УМЕТЬ - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни ВЛАДЕТЬ - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы. Методы обучения: Методы практической работы (Семинары) Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>
<p>УКС-7 (16.03.02) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для</p>	<p>ЗНАТЬ - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической</p>	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы. Методы обучения: Методы практической работы (Семинары)</p>

1	2	3
<p>обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни УМЕТЬ - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни ВЛАДЕТЬ - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>
<p>УКС-7 (16.03.03) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни УМЕТЬ - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни</p>	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы. Методы обучения: Методы практической работы (Семинары) Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>

1	2	3
	<p>ВЛАДЕТЬ - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	
<p>УКС-7 (14.05.01) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни</p> <p>УМЕТЬ - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни - применять методики, позволяющие улучшить и сохранить здоровье в процессе жизнедеятельности</p> <p>ВЛАДЕТЬ - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы.</p> <p>Методы обучения: Методы практической работы (Семинары)</p> <p>Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>
<p>УКС-7 (12.05.01) Способен поддерживать должный уровень физической</p>	<p>ЗНАТЬ - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества</p>	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы.</p> <p>Методы обучения: Методы практической работы (Семинары)</p>

1	2	3
<p>подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p>	<p>- научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни</p> <p>УМЕТЬ</p> <p>- применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки</p> <p>- использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни</p> <p>- применять методики, позволяющие улучшить и сохранить здоровье в процессе жизнедеятельности</p> <p>ВЛАДЕТЬ</p> <p>- средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>
<p>УКС-7 (11.05.01) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ</p> <p>- виды физических упражнений</p> <p>- роль и значение физической культуры в жизни человека и общества</p> <p>- научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни</p> <p>УМЕТЬ</p> <p>- применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки</p> <p>- использовать средства и методы физического</p>	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы.</p> <p>Методы обучения: Методы практической работы (Семинары)</p> <p>Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>

1	2	3
	<p>воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять методики, позволяющие улучшить и сохранить здоровье в процессе жизнедеятельности <p>ВЛАДЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности 	
<p>УКС-7 (13.03.03) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни <p>УМЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни <p>ВЛАДЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности 	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы.</p> <p>Методы обучения: Методы практической работы (Семинары)</p> <p>Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>

1	2	3
<p>УКС-7 (14.03.01) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни</p> <p>УМЕТЬ - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни</p> <p>ВЛАДЕТЬ - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы.</p> <p>Методы обучения: Методы практической работы (Семинары)</p> <p>Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>
<p>УКС-7 (24.03.01) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни</p> <p>УМЕТЬ - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и</p>	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы.</p> <p>Методы обучения: Методы практической работы (Семинары)</p> <p>Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>

1	2	3
	<p>психофизической подготовки</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни <p>ВЛАДЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности 	
<p>УКС-7 (24.03.03) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни <p>УМЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни <p>ВЛАДЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности 	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы.</p> <p>Методы обучения: Методы практической работы (Семинары)</p> <p>Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>

1	2	3
<p>УКС-7 (28.03.02) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни</p> <p>УМЕТЬ - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни</p> <p>ВЛАДЕТЬ - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы.</p> <p>Методы обучения: Методы практической работы (Семинары)</p> <p>Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>
<p>УКС-7 (39.03.01) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни</p> <p>- виды физических упражнений</p> <p>УМЕТЬ - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и</p>	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы.</p> <p>Методы обучения: Методы практической работы (Семинары)</p> <p>Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>

1	2	3
	<p>психофизической подготовки</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни <p>ВЛАДЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности 	
<p>УКС-7 (10.05.01) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни <p>УМЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни - применять методики, позволяющие улучшить и сохранить здоровье в процессе жизнедеятельности <p>ВЛАДЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения 	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы.</p> <p>Методы обучения: Методы практической работы (Семинары)</p> <p>Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>

1	2	3
<p>УКС-7 (15.05.01) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>полноценной социальной и профессиональной деятельности</p> <p>ЗНАТЬ - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни</p> <p>УМЕТЬ - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни - применять методики, позволяющие улучшить и сохранить здоровье в процессе жизнедеятельности</p> <p>ВЛАДЕТЬ - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы.</p> <p>Методы обучения: Методы практической работы (Семинары)</p> <p>Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>
<p>УКС-7 (27.03.01) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной</p>	<p>ЗНАТЬ - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни</p>	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы.</p> <p>Методы обучения: Методы практической работы (Семинары)</p> <p>Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>

1	2	3
<p>социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>УМЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни <p>ВЛАДЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности 	
<p>УКС-7 (10.05.07) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни <p>УМЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни - применять методики, позволяющие улучшить и сохранить здоровье в процессе жизнедеятельности 	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы.</p> <p>Методы обучения: Методы практической работы (Семинары)</p> <p>Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>

1	2	3
	<p>ВЛАДЕТЬ - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	
<p>УКС-7 (20.03.01) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни УМЕТЬ - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни ВЛАДЕТЬ - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы. Методы обучения: Методы практической работы (Семинары) Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>
<p>УКС-7 (27.03.04) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной</p>	<p>ЗНАТЬ - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и</p>	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы. Методы обучения: Методы практической работы (Семинары) Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>

1	2	3
<p>социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>здорового образа и стиля жизни УМЕТЬ - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни ВЛАДЕТЬ - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	
<p>УКС-7 (22.03.01) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни УМЕТЬ - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни ВЛАДЕТЬ</p>	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы. Методы обучения: Методы практической работы (Семинары) Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>

1	2	3
	<p>- средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	
<p>УКС-7 (27.03.05) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни УМЕТЬ - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни ВЛАДЕТЬ - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы. Методы обучения: Методы практической работы (Семинары) Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>
<p>УКС-7 (15.05.02) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной</p>	<p>ЗНАТЬ - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни</p>	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы. Методы обучения: Методы практической работы (Семинары) Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>

1	2	3
<p>социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>УМЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни - применять методики, позволяющие улучшить и сохранить здоровье в процессе жизнедеятельности <p>ВЛАДЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности 	
<p>УКС-7 (01.03.02) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни <p>УМЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни 	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы.</p> <p>Методы обучения: Методы практической работы (Семинары)</p> <p>Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>

1	2	3
	<p>ВЛАДЕТЬ - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	
<p>УКС-7 (01.03.04) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни УМЕТЬ - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни ВЛАДЕТЬ - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы. Методы обучения: Методы практической работы (Семинары) Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>
<p>УКС-7 (02.03.01) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной</p>	<p>ЗНАТЬ - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и</p>	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы. Методы обучения: Методы практической работы (Семинары) Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>

1	2	3
<p>социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>здорового образа и стиля жизни УМЕТЬ - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни ВЛАДЕТЬ - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	
<p>УКС-7 (09.03.01) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни - виды физических упражнений УМЕТЬ - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни ВЛАДЕТЬ</p>	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы. Методы обучения: Методы практической работы (Семинары) Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>

1	2	3
	<p>- средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	
<p>УКС-7 (09.03.02) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни УМЕТЬ - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни ВЛАДЕТЬ - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы. Методы обучения: Методы практической работы (Семинары) Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>
<p>УКС-7 (09.03.03) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной</p>	<p>ЗНАТЬ - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни - виды физических упражнений</p>	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы. Методы обучения: Методы практической работы (Семинары) Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>

1	2	3
<p>социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>УМЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни <p>ВЛАДЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности 	
<p>УКС-7 (09.03.04) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни <p>УМЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни <p>ВЛАДЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - средствами и методами укрепления 	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы.</p> <p>Методы обучения: Методы практической работы (Семинары)</p> <p>Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>

1	2	3
	индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	
<p>УКС-7 (38.03.01) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни УМЕТЬ - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни ВЛАДЕТЬ - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы. Методы обучения: Методы практической работы (Семинары) Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>
<p>УКС-7 (11.03.03) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества УМЕТЬ</p>	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы. Методы обучения: Методы практической работы (Семинары) Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>

1	2	3
	<ul style="list-style-type: none"> - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки <p>ВЛАДЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности 	
<p>УКС-7 (11.03.04) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни <p>УМЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни <p>ВЛАДЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения 	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы.</p> <p>Методы обучения: Методы практической работы (Семинары)</p> <p>Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>

1	2	3
<p>УКС-7 (38.03.02) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>полноценной социальной и профессиональной деятельности</p> <p>ЗНАТЬ - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни</p> <p>УМЕТЬ - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни</p> <p>ВЛАДЕТЬ - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы.</p> <p>Методы обучения: Методы практической работы (Семинары)</p> <p>Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>
<p>УКС-7 (12.03.02) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни</p> <p>УМЕТЬ - применять на практике разнообразные средства</p>	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы.</p> <p>Методы обучения: Методы практической работы (Семинары)</p> <p>Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>

1	2	3
	<p>физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни <p>ВЛАДЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности 	
<p>УКС-7 (01.03.03) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни <p>УМЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни <p>ВЛАДЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения 	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы.</p> <p>Методы обучения: Методы практической работы (Семинары)</p> <p>Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>

1	2	3
<p>УКС-7 (12.03.04) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>полноценной социальной и профессиональной деятельности</p> <p>ЗНАТЬ - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни</p> <p>УМЕТЬ - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни</p> <p>ВЛАДЕТЬ - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы.</p> <p>Методы обучения: Методы практической работы (Семинары)</p> <p>Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>
<p>УКС-7 (10.05.05) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни</p> <p>УМЕТЬ - применять на практике разнообразные средства</p>	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы.</p> <p>Методы обучения: Методы практической работы (Семинары)</p> <p>Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>

1	2	3
	<p>физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни - применять методики, позволяющие улучшить и сохранить здоровье в процессе жизнедеятельности <p>ВЛАДЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности 	
<p>УКС-7 (38.03.05) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни <p>УМЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни <p>ВЛАДЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - средствами и методами укрепления 	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы.</p> <p>Методы обучения: Методы практической работы (Семинары)</p> <p>Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>

1	2	3
	индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	
<p>УКС-7 (12.03.05) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни УМЕТЬ - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни ВЛАДЕТЬ - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы. Методы обучения: Методы практической работы (Семинары) Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>
<p>УКС-7 (45.03.03) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни УМЕТЬ</p>	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы. Методы обучения: Методы практической работы (Семинары) Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>

1	2	3
	<ul style="list-style-type: none"> - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни <p>ВЛАДЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности 	
<p>УКС-7 (13.03.02) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни <p>УМЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни <p>ВЛАДЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения 	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы.</p> <p>Методы обучения: Методы практической работы (Семинары)</p> <p>Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>

1	2	3
<p>УКС-7 (45.03.02) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>полноценной социальной и профессиональной деятельности</p> <p>ЗНАТЬ - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни</p> <p>УМЕТЬ - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни</p> <p>ВЛАДЕТЬ - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы.</p> <p>Методы обучения: Методы практической работы (Семинары)</p> <p>Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>
<p>УКС-7 (10.05.03) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни</p> <p>УМЕТЬ - применять на практике разнообразные средства</p>	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы.</p> <p>Методы обучения: Методы практической работы (Семинары)</p> <p>Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>

1	2	3
	<p>физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни - применять методики, позволяющие улучшить и сохранить здоровье в процессе жизнедеятельности <p>ВЛАДЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности 	
<p>УКС-7 (16.05.01) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни <p>УМЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни - применять методики, позволяющие улучшить и сохранить здоровье в процессе жизнедеятельности 	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы.</p> <p>Методы обучения: Методы практической работы (Семинары)</p> <p>Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>

1	2	3
	<p>ВЛАДЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности 	
<p>УКС-7 (54.03.01) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ЗНАТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни <p>УМЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни <p>ВЛАДЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности 	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы.</p> <p>Методы обучения: Методы практической работы (Семинары)</p> <p>Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>
<p>УКС-7 (15.03.01) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной</p>	<p>ЗНАТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - виды физических упражнений - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и 	<p>Формы обучения: Фронтальная и групповая формы.</p> <p>Методы обучения: Методы практической работы (Семинары)</p> <p>Активные и интерактивные методы обучения: обсуждение практических примеров на семинарах</p>

1	2	3
<p>социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>здорового образа и стиля жизни</p> <p>УМЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни <p>ВЛАДЕТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности 	

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина входит в блок Б1 «Дисциплины (модули)» образовательных программ бакалавриата по направлениям 01.03.02 «Прикладная математика и информатика», 01.03.03 «Механика и математическое моделирование», 01.03.04 «Прикладная математика», 02.03.01 «Математика и компьютерные науки», 09.03.01 «Информатика и вычислительная техника», 09.03.02 «Информационные системы и технологии», 09.03.03 «Прикладная информатика», 09.03.04 «Программная инженерия», 11.03.03 «Конструирование и технология электронных средств», 11.03.04 «Электроника и нанoeлектроника», 12.03.02 «Оптотехника», 12.03.04 «Биотехнические системы и технологии», 12.03.05 «Лазерная техника и лазерные технологии», 13.03.02 «Электроэнергетика и электротехника», 13.03.03 «Энергетическое машиностроение», 14.03.01 «Ядерная энергетика и теплофизика», 15.03.01 «Машиностроение», 15.03.02 «Технологические машины и оборудование», 15.03.03 «Прикладная механика», 15.03.04 «Автоматизация технологических процессов и производств», 15.03.06 «Мехатроника и робототехника», 16.03.01 «Техническая физика», 16.03.02 «Высокотехнологические плазменные и энергетические установки», 16.03.03 «Холодильная, криогенная техника и системы жизнеобеспечения», 20.03.01 «Техносферная безопасность», 22.03.01 «Материаловедение и технологии материалов», 24.03.01 «Ракетные комплексы и космонавтика», 24.03.03 «Баллистика и гидроаэродинамика», 27.03.01 «Стандартизация и метрология», 27.03.04 «Управление в технических системах», 27.03.05 «Инноватика», 28.03.02 «Наноинженерия», 38.03.01 «Экономика», 38.03.02 «Менеджмент», 38.03.05 «Бизнес-информатика», 39.03.01 «Социология», 45.03.02 «Лингвистика», 45.03.03 «Фундаментальная и прикладная лингвистика», 54.03.01 «Дизайн» образовательных программ специалитета по специальностям 10.05.01 «Компьютерная безопасность», 10.05.03 «Информационная безопасность автоматизированных систем», 10.05.05 «Безопасность информационных технологий в правоохранительной сфере», 10.05.07 «-», 11.05.01 «Радиоэлектронные системы и комплексы», 12.05.01 «Электронные и оптико-электронные приборы и системы специального назначения», 14.05.01 «Ядерные реакторы и материалы», 15.05.01 «Проектирование технологических машин и комплексов», 15.05.02 «Робототехника военного и специального назначения», 16.05.01 «Специальные системы жизнеобеспечения», 17.05.01 «Боеприпасы и взрыватели», 17.05.02 «Стрелково-пушечное, артиллерийское и ракетное оружие», 23.05.01 «Наземные транспортно-технологические средства», 23.05.02 «Транспортные средства специального назначения», 24.05.01 «Проектирование, производство и эксплуатация ракет и ракетно-космических комплексов», 24.05.02 «Проектирование авиационных и ракетных двигателей», 24.05.04 «Навигационно-баллистическое обеспечение применения космической техники», 24.05.06 «Системы управления летательными аппаратами», 40.05.03 «Судебная экспертиза».

Освоение учебной дисциплины связано с формированием компетенций с учетом матриц компетенций ОПОП для направлений (уровень бакалавриата): 01.03.02 Прикладная математика и информатика, 01.03.03 Механика и математическое моделирование, 01.03.04 Прикладная математика, 02.03.01 Математика и компьютерные науки, 09.03.01 Информатика и вычислительная техника, 09.03.02 Информационные системы и технологии, 09.03.03 Прикладная информатика, 09.03.04 Программная инженерия, 11.03.03 Конструирование и технология электронных средств, 11.03.04 Электроника и нанoeлектроника, 12.03.02 Оптотехника, 12.03.04 Биотехнические системы и технологии, 12.03.05 Лазерная техника и лазерные технологии, 13.03.02 Электроэнергетика и электротехника, 13.03.03 Энергетическое машиностроение, 14.03.01 Ядерная энергетика и теплофизика, 15.03.01 Машиностроение, 15.03.02 Технологические машины и оборудование, 15.03.03 Прикладная механика, 15.03.04 Автоматизация технологических процессов и производств, 15.03.06 Мехатроника и робототехника, 16.03.01 Техническая физика, 16.03.02 Высокотехнологические плазменные и энергетические установки, 16.03.03

Холодильная, криогенная техника и системы жизнеобеспечения, 20.03.01 Техносферная безопасность, 22.03.01 Материаловедение и технологии материалов, 24.03.01 Ракетные комплексы и космонавтика, 24.03.03 Баллистика и гидроаэродинамика, 27.03.01 Стандартизация и метрология, 27.03.04 Управление в технических системах, 27.03.05 Инноватика, 28.03.02 Наноинженерия, 38.03.01 Экономика, 38.03.02 Менеджмент, 38.03.05 Бизнес-информатика, 39.03.01 Социология, 45.03.02 Лингвистика, 45.03.03 Фундаментальная и прикладная лингвистика, 54.03.01 Дизайн и специальностей (уровень специалитета): 10.05.01 Компьютерная безопасность, 10.05.03 Информационная безопасность автоматизированных систем, 10.05.05 Безопасность информационных технологий в правоохранительной сфере, 10.05.07 -, 11.05.01 Радиоэлектронные системы и комплексы, 12.05.01 Электронные и оптико-электронные приборы и системы специального назначения, 14.05.01 Ядерные реакторы и материалы, 15.05.01 Проектирование технологических машин и комплексов, 15.05.02 Робототехника военного и специального назначения, 16.05.01 Специальные системы жизнеобеспечения, 17.05.01 Боеприпасы и взрыватели, 17.05.02 Стрелково-пушечное, артиллерийское и ракетное оружие, 23.05.01 Наземные транспортно-технологические средства, 23.05.02 Транспортные средства специального назначения, 24.05.01 Проектирование, производство и эксплуатация ракет и ракетно-космических комплексов, 24.05.02 Проектирование авиационных и ракетных двигателей, 24.05.04 Навигационно-баллистическое обеспечение применения космической техники, 24.05.06 Системы управления летательными аппаратами, 40.05.03 Судебная экспертиза .

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ

Общий объем дисциплины составляет 0 зачетных единиц (з.е.), 340 академических часов. В том числе:

1 семестр – 68 ак.ч., 2 семестр – 68 ак.ч., 3 семестр – 68 ак.ч., 4 семестр – 68 ак.ч., 5 семестр – 68 ак.ч..

Таблица 2. Объём дисциплины по видам учебных занятий (в академических часах)

Виды учебной работы	Объем по семестрам, академ. ч.					
	Всего	Количество семестров освоения дисциплины				
		1	2	3	4	5
Объем дисциплины	0	0	0	0	0	0
Аудиторная работа*	340	68	68	68	68	68
Семинары (С)	340	68	68	68	68	68
Самостоятельная работа (СР)	-340	-68	-68	-68	-68	-68
Подготовка к семинарам	42.5	8.5	8.5	8.5	8.5	8.5
Вид промежуточной аттестации		Зачёт	Зачёт	Зачёт	Зачёт	Зачёт

*в том числе, в форме практической подготовки

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ, СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО МОДУЛЯМ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ С УКАЗАНИЕМ ОТВЕДЕННОГО НА НИХ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ИЛИ АСТРОНОМИЧЕСКИХ ЧАСОВ И ВИДОВ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ

Таблица 3. Содержание дисциплины

№ п/п	Тема (название) модуля	Виды занятий*, часы				Компетенции, закрепленные за темой (код по СУОС 3++)	Текущий контроль результатов обучения		
		Л	С	ЛР	СР		Срок (неделя)	Формы	Баллы (мин/макс)
1 семестр									
1	Модуль 1. Практические занятия по программам "ОФП", "СМГ", "Виды спорта", "Плавание", "АФК".	0	36	0	-36	УКС-7	9	Практические занятия-семинары* Контрольные нормативы Дополнительные мероприятия	26/43 3/5 7/12
								ИТОГО:	36/60
2	Модуль 2. Практические занятия по программам "ОФП", "СМГ", "Виды спорта", "Плавание", "АФК".	0	32	0	-32	УКС-7	17	Практические занятия-семинары* Контрольные нормативы Дополнительные мероприятия	20/33 3/5 1/2
								ИТОГО:	24/40
ИТОГО за семестр		0	68	0	-68	-	-		60/100
2 семестр									
3		0	36	0	-36	УКС-7	9	Практические занятия-семинары*	26/43

	Модуль 3. Практические занятия по программам "ОФП", "СМГ", "Виды спорта", "Плавание", "АФК".							Контрольные нормативы Дополнительные мероприятия	3/5 7/12
								ИТОГО:	36/60
4	Модуль 4. Практические занятия по программам "ОФП", "СМГ", "Виды спорта", "Плавание", "АФК".	0	32	0	-32	УКС-7	17	Практические занятия-семинары* Контрольные нормативы Дополнительные мероприятия	20/33 3/5 1/2
								ИТОГО:	24/40
	ИТОГО за семестр	0	68	0	-68	-	-		60/100
3 семестр									
5	Модуль 5. Практические занятия по программам "ОФП", "СМГ", "Виды спорта", "Плавание", "АФК".	0	36	0	-36	УКС-7	9	Практические занятия-семинары* Контрольные нормативы Дополнительные мероприятия	26/43 3/5 7/12
								ИТОГО:	36/60
6	Модуль 6. Практические занятия по программам "ОФП", "СМГ", "Виды спорта", "Плавание", "АФК".	0	32	0	-32	УКС-7	17	Практические занятия-семинары* Контрольные нормативы Дополнительные мероприятия	20/33 3/5

									1/2
								ИТОГО:	24/40
	ИТОГО за семестр	0	68	0	-68	-	-		60/100
4 семестр									
7	Модуль 7. Практические занятия по программам "ОФП", "СМГ", "Виды спорта", "Плавание", "АФК".	0	36	0	-36	УКС-7	9	Практические занятия-семинары* Контрольные нормативы Дополнительные мероприятия	26/43 3/5 7/12
								ИТОГО:	36/60
8	Модуль 8. Практические занятия по программам "ОФП", "СМГ", "Виды спорта", "Плавание", "АФК".	0	32	0	-32	УКС-7	17	Практические занятия-семинары* Контрольные нормативы Дополнительные мероприятия	20/33 3/5 1/2
								ИТОГО:	24/40
	ИТОГО за семестр	0	68	0	-68	-	-		60/100
5 семестр									
9	Модуль 9. Практические занятия по программам "ОФП", "СМГ", "Виды спорта", "Плавание", "АФК".	0	36	0	-36	УКС-7	9	Практические занятия-семинары* Контрольные нормативы	26/43

								Дополнительные мероприятия	3/5 7/12
								ИТОГО:	36/60
10	Модуль 10. Практические занятия по программам "ОФП", "СМГ", "Виды спорта", "Плавание", "АФК".	0	32	0	-32	УКС-7	17	Практические занятия-семинары* Контрольные нормативы Дополнительные мероприятия	20/33 3/5 1/2
								ИТОГО:	24/40
	ИТОГО за семестр	0	68	0	-68	-	-		60/100

*в том числе, в форме практической подготовки

Содержание дисциплины, структурированное по темам (модулям)

№, п/п	Наименование модуля, содержание	Часы
1	Модуль 1. Практические занятия по программам "ОФП", "СМГ", "Виды спорта", "Плавание", "АФК".	
	Семинары	36
С1.1	Практические занятия по специализациям	36
2	Модуль 2. Практические занятия по программам "ОФП", "СМГ", "Виды спорта", "Плавание", "АФК".	
	Семинары	32
С2.1	Практические занятия по специализациям	32
3	Модуль 3. Практические занятия по программам "ОФП", "СМГ", "Виды спорта", "Плавание", "АФК".	
	Семинары	36
С3.1	Практические занятия по специализациям	36
4	Модуль 4. Практические занятия по программам "ОФП", "СМГ", "Виды спорта", "Плавание", "АФК".	
	Семинары	32
С4.1	Практические занятия по специализациям	32
5	Модуль 5. Практические занятия по программам "ОФП", "СМГ", "Виды спорта", "Плавание", "АФК".	
	Семинары	36
С5.1	Практические занятия по специализациям	36
6	Модуль 6. Практические занятия по программам "ОФП", "СМГ", "Виды спорта", "Плавание", "АФК".	
	Семинары	32
С6.1	Практические занятия по специализациям	32
7	Модуль 7. Практические занятия по программам "ОФП", "СМГ", "Виды спорта", "Плавание", "АФК".	
	Семинары	36
С7.1	Практические занятия по специализациям	36
8	Модуль 8. Практические занятия по программам "ОФП", "СМГ", "Виды спорта", "Плавание", "АФК".	
	Семинары	32
С8.1	Практические занятия по специализациям	32
9	Модуль 9. Практические занятия по программам "ОФП", "СМГ", "Виды спорта", "Плавание", "АФК".	
	Семинары	36
С9.1	Практические занятия по специализациям	36
10	Модуль 10. Практические занятия по программам "ОФП", "СМГ", "Виды спорта", "Плавание", "АФК".	
	Семинары	32
С10.1	Практические занятия по специализациям	32

5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Самостоятельная работа студентов по дисциплине обеспечивается следующими учебно-методическими материалами:

1. Рабочая программа дисциплины.
2. Перечень учебной литературы и дополнительных материалов, необходимых для освоения дисциплины [Раздел 7 Рабочей программы дисциплины].
3. Перечень ресурсов сети «Интернет», рекомендуемых для самостоятельной работы при освоении дисциплины [Раздел 8 Рабочей программы дисциплины].
4. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины [Раздел 9 Рабочей программы дисциплины].
5. Перечень информационных технологий, используемых при изучении дисциплины, включая перечень программного обеспечения, информационных справочных систем и профессиональных баз данных [Раздел 10 Рабочей программы дисциплины].

Студенты получают доступ к указанным материалам начиная с первого занятия по дисциплине, в соответствии с ОПОП.

6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ СТУДЕНТОВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Фонд оценочных средств (ФОС) для проведения текущей и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине базируется на перечне компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы (раздел 1).

ФОС включает в себя:

описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания;

методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций;

типовые контрольные нормативы, тесты специализации, типовые вопросы к теоретическому курсу и другие материалы, необходимые для оценки знаний, умений и уровня овладения формирующимися компетенциями в процессе освоения дисциплины «Элективный курс по физической культуре и спорту» (Приложение 1,2,3 к ФОС).

Контроль освоения дисциплины производится в соответствии с Положением о текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации студентов МГТУ им. Н.Э. Баумана.

ФОС является приложением к данной программе дисциплины.

7. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ И ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ МАТЕРИАЛОВ, НЕОБХОДИМЫХ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Литература

1. Курс лекций по дисциплине Физическая культура и спорт для студентов 1-го курса / Нечушкин Юрий Васильевич, Захарова Наталья Алексеевна, Жирнова Елена Владимировна [и др.]. - М. : Изд-во МГТУ им. Н. Э. Баумана, 2020. - [84] с. - ISBN 978-5-7038-5485-3.
2. Маслоков А. В., Захарова Н. А., Нечушкин Ю. В. Самостоятельные занятия по развитию координационных способностей : учебно-методическое пособие / Маслоков А. В., Захарова Н. А., Нечушкин Ю. В. ; МГТУ им. Н. Э. Баумана (национальный исследовательский ун-т). - М. : Изд-во МГТУ им. Н. Э. Баумана, 2019. - 54 с. : рис., табл. - Библиогр. в конце кн. - ISBN 978-5-7038-5225-5.
3. Борисов Э. И. 75 лет кафедре "Физическое воспитание" МГТУ им. Н. Э. Баумана. / Борисов Э. И. ; ред. Нечушкин Ю. В. - М. : Изд-во МГТУ им. Н. Э. Баумана, 2009. - 127 с., [32] с. фот. - ISBN 978-5-7038-3396-4.
4. Винюкова Е. А. Бег и оздоровительная ходьба: современные тенденции : метод. указания к самостоятельным занятиям / Винюкова Е. А. ; МГТУ им. Н. Э. Баумана. - М. : Изд-во МГТУ им. Н. Э. Баумана, 2014. - 30 с. - Библиогр.: с. 29. - ISBN 978-5-7038-3987-4.
5. Комплексы упражнений для развития силы : учебно-методическое пособие / Нечушкин Ю. В., Удовиченко А. Л., Захарова Н. А. [и др.] ; МГТУ им. Н. Э. Баумана (национальный исследовательский ун-т). - М. : Изд-во МГТУ им. Н. Э. Баумана, 2019. - 26 с. : рис., табл. - Библиогр. в конце брош. - ISBN 978-5-7038-5222-4.
6. Айнетдинов С. Ф. Методика подготовки студентов к сдаче контрольных нормативов (тестов) по дисциплине "Физическое воспитание" : учебно-метод. пособие / Айнетдинов С. Ф. ; МГТУ им. Н. Э. Баумана. - М. : Изд-во МГТУ им. Н. Э. Баумана, 2008. - 16 с. - Библиогр.: с. 16.
7. Лазутина Н. С., МГТУ им. Н. Э. Баумана. (Нац. исслед. ун-т) Оздоровительная гимнастика для позвоночника и суставов : учеб. пособие / Лазутина Н. С., МГТУ им. Н. Э. Баумана. (Нац. исслед. ун-т). - М. : Изд-во МГТУ им. Н. Э. Баумана, 2017. - 90 с. : ил. - Библиогр. в конце брош. - ISBN 978-5-7038-4566-0.
8. Самостоятельные занятия ЛФК для студентов с заболеваниями опорно-двигательного аппарата : метод. рекомендации к выполнению упражнений / Авдеева Л. В., Васильева Е. А., Жирнова Е. В. [и др.] ; сост. Михайлюк Е. И. ; МГТУ им. Н. Э. Баумана. - М. : Изд-во МГТУ им. Н. Э. Баумана, 2018. - 65 с. : ил. - Библиогр.: с. 63-64. - ISBN 978-5-7038-4873-9.
9. Стародубова Анастасия Вениаминовна, Жирнова Елена Владимировна Методические рекомендации по применению средств дыхательной гимнастики для самостоятельных занятий студентов / Стародубова Анастасия Вениаминовна, Жирнова Елена Владимировна. - М. : Изд-во МГТУ им. Н. Э. Баумана, 2020. - [52] с. - ISBN 978-5-7038-5396-2.
10. Физическая культура студента : учеб. пособие для вузов / Муллер А. Б., Дядичкина Н. С., Богащенко Ю. А., Близневский А. Ю. ; Сибирский федеральный ун-т. - М. : Инфра-М ; Красноярск : СФУ, 2018. - 169 с. : ил. - (Высшее образование. Бакалавриат). - Библиогр.: с. 164-166. - ISBN 978-5-16-013310-2. - ISBN 978-5-7638-2126-0.
11. Чайников А. П. Психологическая подготовка студентов средствами физической культуры и спорта : учеб. пособие / Чайников А. П. ; МГТУ им. Н. Э. Баумана. - М. : Изд-во МГТУ им. Н. Э. Баумана, 2013. - 79 с. - Библиогр.: с. 77-78. - ISBN 978-5-7038-3732-0.

8. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ СЕТИ ИНТЕРНЕТ, РЕКОМЕНДУЕМЫХ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ПРИ ОСВОЕНИИ ДИСЦИПЛИНЫ

<https://fv.bmstu.net/>

<http://cnit.ssau.ru/kadis/phculture.htm>

<http://www.rucont.ru/>

<http://www.infosport.ru/press/fkvot/>.

<http://tpfk.infosport.ru> <http://www.infosport.ru/press/szr/1999N5/index.htm> -

<http://olympic.ware.com.ua/>

<http://lib.sportedu.ru/>

http://www.edu.ru/modules.php?name=Web_Links&l_op=viewlink&cid=1831

<http://www.alleng.ru/>

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ СТУДЕНТОВ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Приступая к работе, каждый студент должен принимать во внимание нижеследующие положения.

Дисциплина построена по модульному принципу, каждый модуль представляет собой логически завершённый раздел дисциплины. В первом семестре два модуля. Во втором семестре два модуля. В третьем семестре два модуля. В четвертом семестре два модуля. В пятом семестре два модуля.

На первом занятии студент получает информацию для доступа к комплексу методических материалов по дисциплине.

Семинары –практические занятия при реализации учебной дисциплины организуется путем проведения семинаров, практических занятий,

Текущий контроль проводится в течение каждого модуля, его итоговые результаты складываются из оценок по следующим видам контрольных мероприятий:

тесты физической подготовленности специализации;

кафедральные контрольные нормативы;

посещаемость практических занятий - семинаров.

дополнительные мероприятия.

Для завершения работы в семестре студент должен выполнить все контрольные мероприятия.

Оценивание дисциплины и промежуточная аттестация проводится в соответствии с балльно-рейтинговой системой (Приложение 1 к ФОС).

Промежуточная аттестация по результатам каждого семестра по дисциплине проходит в форме зачета.

Методика оценки по рейтингу

Студент, выполнивший все предусмотренные учебным планом задания и сдавший все контрольные мероприятия, получает итоговую оценку по дисциплине за семестр в соответствии со шкалой:

Рейтинг	Оценка на зачете
85 – 100	Зачтено
71 – 84	Зачтено
60 – 70	Зачтено
0 – 59	Не зачтено

Оценивание дисциплины ведется в соответствии с Положением о текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации студентов МГТУ им. Н.Э. Баумана.

10. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ИЗУЧЕНИИ ДИСЦИПЛИНЫ, ВКЛЮЧАЯ ПЕРЕЧЕНЬ ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ, ИНФОРМАЦИОННЫХ СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ И ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ БАЗ ДАННЫХ

Информационные технологии:

электронный университет **eu.bmstu**;

сайт кафедры «Физическое воспитание» **fv.bmstu.net**;

НейроSPOC (bmstu.online);

e-mail преподавателей для оперативной связи: **@bmstu.ru**;

электронные учебно-методические материалы для обеспечения самостоятельной работы студентов, доступные в Интернет;

презентации, анимации и видео сюжеты по теме дисциплины «Физическая культура и спорт».

При переходе на дистанционное обучение согласно Приказам ректора используются Программа ZOOM с индивидуальными кодами и идентификаторами преподавателей, которые размещаются на сайте кафедры ФВ.

Программное обеспечение:

- 7-Zip
- Foxit Reader
- LibreOffice
- Mozilla Firefox
- Skype
- ZOOM

11. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Перечень материально-технического обеспечения дисциплины

№, п/п	Вид занятий	Вид и наименование оборудования
1	Семинары, практические занятия.	Спортивный комплекс и стадион МГТУ им. Н.Э.Баумана