

Частное образовательное учреждение высшего образования
"Курский институт менеджмента, экономики и бизнеса"



УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе

Н.А. Еськова

31 августа 2023 г.

Физическая культура и спорт
рабочая программа дисциплины (модуля)

Направление 09.03.03 Прикладная информатика

Профиль «Прикладная информатика в экономике»

Закреплена за кафедрой

Кафедра правовых и гуманитарных дисциплин

Форма обучения **очная**

Общая трудоемкость **2 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 72
в том числе:
аудиторные занятия 18,3
самостоятельная работа 53,7

Виды контроля в семестрах:
зачеты 1

Форма обучения **очно-заочная**

Общая трудоемкость **2 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 72
в том числе:
аудиторные занятия 18,3
самостоятельная работа 59,7

Виды контроля в семестрах:
зачеты 1

Форма обучения **заочная**

Общая трудоемкость **2 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 72
в том числе:
аудиторные занятия 8,3
самостоятельная работа 60
часов на контроль 3,7

Виды контроля на курсах:
зачеты 1

**Распределение часов дисциплины по семестрам
очная форма**

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	1 (1.1)		Итого	
	Неделя		19 2/6	
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	18		18	
Контактная работа на	0,3		0,3	
Итого ауд.	18,3		18,3	
Сам. работа	53,7		53,7	
Итого	72		72	

**Распределение часов дисциплины по семестрам
очно-заочная форма**

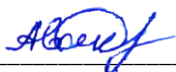
Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	1 (1.1)		Итого	
	Неделя		17 2/6	
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	18		18	
Контактная работа на	0,3		0,3	
Итого ауд.	18,3		18,3	
Сам. работа	59,7		59,7	
Часы на контроль	4		4	
Итого	72		72	

**Распределение часов дисциплины по курсам
заочная форма**

Курс	1		Итого	
	уп	рп	уп	рп
Лекции	8		8	
Контактная работа на	0,3		0,3	
Итого ауд.	8,3		8,3	
Сам. работа	62		62	
Часы на контроль	3,7		3,7	
Итого	72		72	

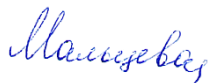
Программу составил(и):

Преподаватель, Авакян Л.В.



Рецензент(ы):

Директор ООО «Мавета»



Марина Дмитриевна Мальцева

Рабочая программа дисциплины

Физическая культура и спорт

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 09.03.03 Прикладная информатика (приказ Минобрнауки России № 922 от 19.09.2017)

составлена на основании учебного плана:

09.03.03 Прикладная информатика

Профиль «Прикладная информатика в экономике»

утвержденного учёным советом вуза от 31.08.2023

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Кафедра правовых и гуманитарных дисциплин

Протокол от 30_08. 2023 г. № 1_

Срок действия программы: 2023-2024 уч.г.

Зав. кафедрой Лепина Татьяна Геннадьевна

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для
исполнения в 2023-2024 учебном году на заседании кафедры
Кафедра правовых и гуманитарных дисциплин

Протокол от _____ 2023 г. № ____
Зав. кафедрой Лепина Татьяна Геннадьевна

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для
исполнения в 2024-2025 учебном году на заседании кафедры
Кафедра правовых и гуманитарных дисциплин

Протокол от _____ 2024 г. № ____
Зав. кафедрой Лепина Татьяна Геннадьевна

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для
исполнения в 2025-2026 учебном году на заседании кафедры
Кафедра правовых и гуманитарных дисциплин

Протокол от _____ 2025 г. № ____
Зав. кафедрой Лепина Татьяна Геннадьевна

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для
исполнения в 2026-2027 учебном году на заседании кафедры
Кафедра правовых и гуманитарных дисциплин

Протокол от _____ 2026 г. № ____
Зав. кафедрой Лепина Татьяна Геннадьевна

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
<p>Целью дисциплины «Физическая культура и спорт» является формирование систематизированных знаний в области физической культуры и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.</p> <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> - понимание социальной значимости физической культуры и спорта и их роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности; - знание биологических, психолого-педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни; - овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте. 	
2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	
Цикл (раздел) ОП:	Б1.О.05
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
2.2.1	Адаптивная физическая культура
2.2.2	Настольный теннис
2.2.3	Общая физическая подготовка
3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
УК-7.1: Понимает научно-практические основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни	
Знать: научно-практические основы физической культуры	
Уметь: формировать научно обоснованное отношение к здоровому образу жизни	
Владеть: практическими навыками ведения здорового образа и стиля жизни	
УК-7.2: Применяет на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности; творчески использует средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни	
Знать: основные методики физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья	
Уметь: осуществлять психофизическую подготовку и самоподготовку к будущей жизни и профессиональной деятельности	
Владеть: методами физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни	
УК-7.3: Использует средства и методы укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования	
Знать: основы физического самосовершенствования	
Уметь: укреплять индивидуальное здоровье	
Владеть: навыками физического самосовершенствования для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	
ОПК-3. 2: Определяет и анализирует экономические показатели и выявляет причинно-следственные связи между экономическими явлениями и процессами на микро- и	
Знать: сущность экономических показателей и причинно-следственных связей	
Уметь: анализировать экономические показатели на микро и макроуровне	
Владеть: определять причинно-следственные связи между экономическими явлениями и процессами	

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен

3.1	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - значение физической культуры для психофизического развития человека; влияние физической культуры на укрепление здоровья, профилактика профессиональных заболеваний и вредных привычек. - средства и методы физической культуры для развития физических качеств; границы интенсивности нагрузок при самостоятельных занятиях физической культурой; правила самоконтроля за состоянием организма при самостоятельных занятиях физической культурой; правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности.
------------	---

3.2	Уметь: - оценивать индивидуальное физическое и функциональное состояние; творчески использовать средства и методы для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни; использовать ценностные ориентации физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности; осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой.
3.3	Владеть: - способностью определять величины нагрузок, адекватных индивидуальным возможностям; составлять и выполнять комплексы упражнений на развитие физических качеств, изменение пропорций тела; оценивать эффективность использования средств и методов физической культуры на занятиях; оказывать первую помощь при травмах на занятиях физической культурой.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)							
Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Инте ракт.	Сам.раб
1	Физическая культура и спорт как часть общечеловеческой культуры.	1/1	4	УК-7.1	6.1.1.1. 6.1.2.3.		11
2	Социально - биологические основы физической культуры	1/1	4	УК-7.1 ОПК – 3.2	6.1.2.1. 6.1.2.5.		11
3	Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья	1/1	4	УК-7.2 УК-7.3	6.1.2.2. 6.1.1.1.	2	11
4	Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности.	1/1	4	УК-7.1 ОПК – 3.2	6.1.1.1. 6.1.2.4.	2	10,7
5	Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	1/1	2	УК-7.2 ОПК – 3.2	6.1.1.2. 6.1.2.4.	2	10
СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) Очно-заочная форма							
Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Инте ракт.	Сам.раб
1	Физическая культура и спорт как часть общечеловеческой культуры.	2/1	1	УК-7.1	6.1.1.1. 6.1.2.3.		11
2	Социально - биологические основы физической культуры	2/1	1	УК-7.1 ОПК – 3.2	6.1.2.1. 6.1.2.5.		11
3	Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья	2/1	2	УК-7.2 УК-7.3	6.1.2.2. 6.1.1.1.	2	11
4	Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности.	2/1	2	УК-7.1 ОПК – 3.2	6.1.1.1. 6.1.2.4.	2	19, 7
5	Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	2/1	2	УК-7.2 ОПК – 3.2	6.1.1.2. 6.1.2.4.	2	10
СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) Заочная форма							
Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Курс	Часов	Компетенции	Литература	Инте ракт.	Сам.раб
1	Физическая культура и спорт как часть общечеловеческой культуры.	1	1	УК-7.1	6.1.1.1. 6.1.2.3.		15
2	Социально - биологические основы физической культуры	1	1	УК-7.1 ОПК – 3.2	6.1.2.1. 6.1.2.5.		15
3	Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья	1	2	УК-7.2 УК-7.3	6.1.2.2. 6.1.1.1.	2	10
4	Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности.	1	2	УК-7.1 ОПК – 3.2	6.1.1.1. 6.1.2.4.	2	10

5	Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	1	2	УК-7.2 ОПК – 3.2	6.1.1.2. 6.1.2.4.	2	10
5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ							
5.1. Контрольные вопросы и задания							
Вопросы к зачету							
<ol style="list-style-type: none"> 1. Особенности проведения учебных занятий по физической культуре для повышения работоспособности. 2. Физические качества человека: ловкость (определение, особенности, основные характеристики, методика воспитания ловкости) 3. Определение понятия «спорт», его взаимосвязь с физической культурой. 4. Изменения в опорно-двигательном аппарате под влиянием систематических занятий физическими упражнениями. 5. Физические качества человека: сила (определение, основные характеристики силы, методика воспитания). 6. Понятие здорового образа жизни, его составляющие. 7. Изменения в сердечно-сосудистой системе под влиянием занятий физическими упражнениями. 8. Физические качества человека: выносливость (характеристика, методика воспитания выносливости) 9. Изменения в дыхательной системе под влиянием систематических физических упражнений. 10. Формирование двигательного навыка. 11. Физические качества человека: быстрота (характеристика, особенности проявления в физических упражнениях, методика воспитания быстроты). 12. Определение понятия «двигательная активность». 13. Работа желез внутренней секреции, регуляция нервной системы при 14. занятиях физическими упражнениями. 15. Гибкость человека (основные характеристики, условия развития гибкости 16. в условиях тренировки). 17. Определение понятия «физическое развитие». 18. Единая спортивная классификация. Цели и общая характеристика спортивной классификации. 19. Средства физической культуры. 20. Физическая культура как часть общечеловеческой культуры. 21. Мышечная система человека. Опорно-двигательный аппарат. 22. Классификация физических упражнений: динамические и статические, циклические и ациклические. 23. Внешняя среда и её воздействие на организм человека. 24. Пищеварительная и выделительная системы. 25. Факторы, определяющие здоровье человека 26. Работоспособность и влияние на неё различных факторов. 27. Общая физическая и специальная спортивная подготовка (цели и задачи, определение, характеристики). 28. Воспитание быстроты. 29. Общая физическая подготовка, её цели и задачи. 30. Оптимальная двигательная активность и её воздействие на здоровье и работоспособность человека. 31. Характеристика видов спорта, преимущественно развивающих выносливость человека. 32. Диагностика состояния здоровья (средства и методы исследования). 33. Гипокинезия и гиподинамия (определение и характеристики). 34. Виды спорта, преимущественно развивающие ловкость человека. 35. Средства физической культуры, обеспечивающие работоспособность человека. 36. Олимпийские игры (цели, задачи, основные отличия от других видов соревнований). 37. Воспитание выносливости (средства и методы, основные характеристики видов спорта, система подсчёта результатов). 38. Закономерности индивидуального физического развития человека 39. Методические принципы физического воспитания. 40. Воспитание силы в условиях тренировочной деятельности. 41. Основные задачи лечебной физической культуры. 42. Изменения в состоянии мышечной системы под влиянием физической нагрузки. 43. Воспитание выносливости (методика и основные характеристики) 44. Основные понятия о спортивной деятельности. 45. Общие основы обучения движениям. 46. Воспитание гибкости (методика, особенности тренировки) 47. Факторы, определяющие здоровье человека. 48. Использование словесных и сенсорных методов при обучении движениям 49. Физические качества человека: ловкость (особенности проявления в различных видах спорта) 50. Изменение функциональных возможностей организма человека средствами физической культуры. 							
5.2. Темы письменных работ							

Темы рефератов

1. История возникновения и развития физического воспитания.
2. История олимпийских игр.
3. Спорт в современном мире.
4. Система физического воспитания в современной России.
5. История олимпийского движения и современный спорт.
6. Формирование физической культуры личности.
7. Принципы физической подготовки.
8. Спорт в жизни студенческой молодежи.
9. Обмен веществ и энергии под воздействием направленной физической тренировки.
10. Воздействие физических упражнений на организм человека.
11. Адаптация организма человека к физическим нагрузкам.
12. Взаимосвязь общей культуры студента и его образ жизни.
13. Здоровый образ жизни и его составляющие.
14. Двигательная активность и здоровый образ жизни.
15. Основы методики физической подготовки.
16. Методы физического воспитания.
17. Общеобразовательные и специфические методы физической подготовки.
18. Учебные и внеучебные формы физического воспитания студентов.
19. Понятия о двигательных качествах и навыках человека.
20. Методика формирования двигательных навыков.
21. Средства и методы совершенствования силы.
22. Средства и методы совершенствования быстроты.
23. Средства и методы совершенствования выносливости.
24. Средства и методы совершенствования гибкости.
25. Средства и методы совершенствования координационных способностей.

26. Тесты и критерии оценки физической подготовленности человека.
27. Оздоровительные системы физических упражнений (фитнес, аэробика, ритмическая и атлетическая гимнастика, калланетика, ушу, тайбо, хатха-йога, упражнения на выносливость, и др.).
28. Коррекция телосложения средствами физической культуры и спорта.
29. Средства и методы лечебной физической культуры (по заболеваниям).
30. Психофизиологические особенности интеллектуальной деятельности.
31. Психофизиологические особенности труда студентов.
32. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.
33. Физические упражнения для регуляции психоэмоционального состояния (рекреационная физическая культура).
34. Применение "малых" форм физической культуры в режиме учебного труда студентов.
35. Общая и специальная физическая подготовка.
36. Значение мышечной релаксации и методика ее совершенствования.
37. Формы и содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями.
38. Возрастные особенности занятий физическими упражнениями.
39. Особенности занятий физической культуры у женщин.
40. Врачебный контроль и самоконтроль при занятиях физической культурой.
41. Гигиена при занятиях физической культурой и спортом.
42. Основы методики тренировки в избранном виде спорта.
43. Нетрадиционные средства и методы восстановления и повышения работоспособности спортсменов.

5.3. Фонд оценочных средств

Оценочные материалы для текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы рассмотрены и одобрены на заседании кафедры от « » 11. 2020 г. протокол № 1, являются приложением к рабочей программе

5.4. Перечень видов оценочных средств

реферат, тест

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

- 6.1.1.1. Каргин, Н. Н. Теоретические основы здоровья человека и его формирования средствами физической культуры и спорта : учебное пособие / Н.Н. Каргин, Ю.А. Лаамарти. — Москва : ИНФРА-М, 2020. — 243 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). — DOI 10.12737/1070927. - ISBN 978-5-16-015939-3. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1070927>
- 6.1.1.2. Физическая культура и спорт в системе образования. Инновации и перспективы развития : сборник научных трудов / . - Санкт-Петербург : Изд-во С.-Петерб. ун-та, 2020. - 316 с. - ISBN 978-5-288-06069-4. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1840333>
- 6.1.1.3. Научно-методическая деятельность в физической культуре, спорте и туризме : учебное пособие / В. М. Гелецкий, Н. В. Сурикова, С. Н. Чернякова, В. В. Тельных. - Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2022. - 216 с. - ISBN 978-5-7638-4630-0. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/2091866>

6.1.2. Дополнительная литература

6.1.2.1. Электронное обучение и дистанционные образовательные технологии в сфере физической культуры, спорта и туризма : монография / Н. В. Соболева, В. В. Тельных, Н. Н. Демидко [и др.]. - Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2021. - 172 с. - ISBN 978-5-7638-4520-4. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/2088761>

6.1.2.3. Зульфугарзаде, Т. Э. Правовые основы физической культуры и спорта : учебное пособие / Т.Э. Зульфугарзаде. — Москва : ИНФРА-М, 2023. — 140 с. + Доп. материалы [Электронный ресурс]. — (Высшее образование: Бакалавриат). — DOI 10.12737/textbook_58da4dd5479ec. - ISBN 978-5-16-012700-2. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1938936>

6.1.2.4. Парыгина, О. В. Теория физической культуры и спорта : учебное пособие / О. В. Парыгина. - Москва : Алтайр-МГАВТ, 2019. - 129 с. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1057281>

6.1.2.5. Серова, Л. К. Психология физической культуры и спорта : учебное пособие / Л.К. Серова. — Москва : ИНФРА-М, 2020. — 129 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). - ISBN 978-5-16-016466-3. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1157116>

6.2. Перечень ресурсов сети «Интернет»

- 6.2.1. <http://lib.sportedu.ru> – Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту.
- 6.2.2. Электронно-библиотечная система Znanium <http://www.znanium.com>
- 6.2.3. <http://elibrary.ru> – Научная электронная библиотека
- 6.2.4. <http://uisrussia.msu.ru> – Университетская информационная система «Россия».

6.3.1 Перечень программного обеспечения

- 6.3.1.1. ConsultantPlus (правовая информационная система, договор №459363 от 21.11.2019, российское ПО)
- 6.3.1.2. Windows 7 (операционная система, договор № 48509295 от 17.05. 2011)
- 6.3.1.3. MSOffice2010 (комплект офисного ПО, договор № 48509295 от 17.05. 2011)
- 6.3.1.4. Lazarus (открытая среда разработки программного обеспечения на языке ObjectPascal для
- 6.3.1.5. OpenOffice (комплект офисного ПО, открытое ПО)
- 6.3.1.6. NVDA (ПО для помощи людям с ОВЗ управлять компьютером, открытое ПО)
- 6.3.1.7. WindowsXP (операционная система, лицензия №42036743 от 16.04.2007
- 6.3.1.8. MSOffice 2007 (комплект офисного ПО, лицензия №43224817 от 19.12.2007)
- 6.3.1.9. AstraLinux Орел (операционная система на базе DebianGNU/Linux, открытое ПО)
- 6.3.1.10. LibreOffice (кроссплатформенный, свободно распространяемый офисный пакет с открытым исходным кодом, открытое ПО)

6.3.2 Перечень информационных справочных систем

- 6.3.2.1 Научная электронная библиотека, ИСС, <http://elibrary.ru>
- 6.3.2.2 Российская Государственная библиотека, ИСС, <http://www.rsl.ru>
- 6.3.2.3 Федеральная служба государственной статистики, база данных, <https://rosstat.gov.ru/>
- 6.3.2.4 Территориальный орган Федеральной службы государственной статистики по Курской области, база
- 6.3.2.5 Электронно-библиотечная система Znanium.com, база данных,
- 6.3.2.6 Официальный интернет-портал правовой информации, база данных <http://pravo.gov.ru/>
- 6.3.2.7 Научная библиотека КиберЛенинка, ИСС, <http://cyberleninka.ru/>
- 6.3.2.8 Федеральный портал проектов нормативных правовых актов, база данных, <https://regulation.gov.ru/>
- 6.3.2.9 Информационно-правовой портал Право.ru, ИСС, <https://pravo.ru/>
- 6.3.2.10 Университетская информационная система РОССИЯ (УИС Россия), ИСС, <http://uisrussia.msu.ru/>
- 6.3.2.11 Федеральный портал «Российское образование», ИСС, <http://www.edu.ru/>
- 6.3.2.12 Федеральный образовательный портал «Экономика. Социология. Менеджмент» (электронные статьи), ИСС, [http:// www.ecsocman.edu.ru](http://www.ecsocman.edu.ru)

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

- | | |
|-----|---|
| 7.1 | 305000, Российская Федерация, Курская область, г. Курск, ул. Радищева, дом 35
Музей «Рушники соловьиного края» (малый зал) |
| 7.2 | Учебная аудитория для проведения занятий лекционного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации
Стулья, кресла, экран, столы, кафедра, микрофон, колонки., микшерный пульт, звукоусиливающая аппаратура с индукционной петлей, огнетушители, сплит-система, шкафы стеклянные навесные, экспонаты Музея рушников, кулер, стойка со знаменами , проекционное оборудование |

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

В процессе прохождения курса физической культуры каждому обучающемуся необходимо:

- соблюдать правила техники безопасности;
- сдавать зачёты по физическому воспитанию в установленные сроки;
- проходить медицинское обследование в установленные сроки, осуществлять самоконтроль за состоянием здоровья, физического развития, за физической и спортивной подготовкой.

Изучение понятийного аппарата дисциплины

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

Изучение тем самостоятельной подготовки по учебно-тематическому плану

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

Изучение вопросов очередной темы требует глубокого усвоения теоретических основ, раскрытия сущности основных категорий системы валютного регулирования, проблемных аспектов темы и анализа фактического материала.

Работа над основной и дополнительной литературой

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

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

Изучение сайтов по темам дисциплины в сети Интернет

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

