

Аннотация рабочей программы дисциплины
Направление подготовки 41.03.05 Международные отношения
Профиль подготовки «Международная интеграция и международные организации»

Дисциплина	Б1.Б.23 Физическая культура и спорт				
Содержание	<p>Тема 1. Предмет и задачи здоровой жизнедеятельности и физической культуры обучающихся</p> <p>Тема 2. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке обучающихся</p> <p>Тема 3. Социально-психологические и медико-биологические основы физической культуры</p> <p>Тема 4. Индивидуальное здоровье. Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья</p> <p>Тема 5. Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания. Дозирование и контроль нагрузок при оздоровительных и тренировочных занятиях</p> <p>Тема 6. Спорт. Теоретические основы спортивной тренировки. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений</p> <p>Тема 7. Средства и методы самостоятельных занятий физическими упражнениями и спортом. Врачебный контроль и самоконтроль занимающихся</p> <p>Тема 8. Психофизиологические основы интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности</p>				
Реализуемые компетенции	ОК-10				
Результаты освоения дисциплины (модуля)	<p>ОК-10: способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p> <p>Знать: методы и средства физической культуры</p> <p>Уметь: использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p> <p>Владеть: навыками использования методов и средств физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>				
Трудоёмкость, з.е.	Всего: 2 з.е.				
Объём занятий, часов		Лекций	Практических	Лабораторных занятий	Самостоятельная работа / Контроль
	Всего 72	18	18	-	36 /
Формы самостоятельной работы студентов	Самостоятельное изучение первоисточников и литературы, подготовка к практическим занятиям				
Формы отчётности (в т.ч. по семестрам)	Формой аттестации по итогам 1 семестра является зачёт				
Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины					
Основная	1. Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания и спорта:				

литература	учебник. -4-е изд., стер. – М.: КНОРУС, 2015. - 368 с. 2. Быченков С.В. Физическая культура [Электронный ресурс] : учебник для студентов высших учебных заведений / С.В. Быченков, О.В. Везеницын. — Электрон. текстовые данные. — Саратов: Вузовское образование, 2016. — 270 с. — 2227-8397. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/49867.html 3. Небытова Л.А. Физическая культура [Электронный ресурс] : учебное пособие / Л.А. Небытова, М.В. Катренко, Н.И. Соколова. — Электрон.текстовые данные. — Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2017. — 269 с. — 2227-8397. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/75608.html
Дополнительная литература	1. Валкина Н.В. Теория и методика проведения тестов для определения уровня физической подготовленности студентов, занимающихся физической культурой и спортом [Электронный ресурс]: методическое пособие / Н.В. Валкина, Н.С. Григорьева, С.Н. Башкайкина. - Электрон. текстовые данные. - Ульяновск: Ульяновский государственный педагогический университет имени И.Н. Ульянова, 2015. - 59 с. - 978-5-86045-452-1. - Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/59186.html . 2. Кобяков, Ю.П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни: учебное пособие/ Ю.П. Кобяков. - Изд. 2-е.- Ростов н/Д: Феникс , 2014 . – 252 с. 3. Общая теория спорта и её прикладные аспекты : учебник для вузов / Л.П. Матвеев . - 5-е изд. - М.: Советский спорт. 2010. - 340с. 4. Озеров В.П. Формирование психомоторных способностей человека. Ставрополь.: «Сервис школа», 2011. - 280 с. 5. Самостоятельные занятия студентов физической культурой и спортом [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / С.Н. Зуев [и др.]. - Электрон. текстовые данные. - М.: Российская таможенная академия, 2016. - 132 с. - 978-5-9590-0882-6. - Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/69779.html . 6. Физическая культура/ Ю.И. Евсеев. - Изд. 6-е, доп. и испр. - Ростов н/ Д: Феникс , 2010 . - 444с
Методическая литература	Маруашвили Д.Д. Физическая культура и спорт: Рабочая программа дисциплины. – Ставрополь, ИДНК, 2018.
Интернет-ресурсы	1. Электронно – библиотечная система www.bibliorossica.com . 2. Электронно – библиотечная система elsky@lanbook.ru .

Материально–техническое обеспечение

Наименование помещений	Оснащение	Программное обеспечение
Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа (ауд.111)	Учебная мебель: стол на 2 посадочных места (20 шт.), стул (40шт.), стол преподавателя (1шт.), кафедра для чтения лекций (1шт.), доска меловая (1шт.). Технические средства обучения: компьютеры с подключением к сети «Интернет» и доступом в	Операционные системы: Microsoft Windows 7.1 Enterprise edition – (договор Microsoft Imagine Premium № 1204046928 от 31.10.2018 сроком на 3 года). Офисные пакеты: Антивирусная защита Касперского (договор №336-2018 от 14.05.2018 г. сроком на 1 год) Libre office – open source license

	<p>электронную информационно-образовательную среду организации (8 шт.), мультимедийный проектор (1 шт.), проекционный экран (1шт.). Наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий.</p>	<p>Microsoft Office 2010 – Academic License № 49279321 от 30.11.2013 (бессрочно) – 100активаций Клиент – серверные приложения: Консультант плюс (договор № 43559/18 от 09.06.2018 г. сроком на 1 год) 1С Предприятие 8 для образования в свободном доступе Онлайн ресурсы: Система антиплагиат ВКР-ВУЗ (договор №3774/18 от 13.02.2018г сроком на 1 год) Информационно-аналитическая система SCIENCE INDEX (договор №SIO-932/2018 от 12.11.2018 сроком на 1 год) Информационно-библиотечная система IPRbooks (договор №2989/17 от 28.06.2017 г. сроком на 3 года).</p>
<p>Учебная аудитория для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных занятий, текущего контроля и промежуточной аттестации (спортивный зал, ауд.116)</p>	<p>электронное табло (1 шт), баскетбольные стойки (2 шт), волейбольные сетки (1 шт.), гимнастические лестницы (3 шт.), гимнастические маты (5 шт), теннисный стол (1 шт.), велодорожка (1 шт.), велотренажер (1 шт.), кардиотренажер (1 шт.), силовой тренажер с дисками (1 шт.), скамья для пресса (1 шт), мешок боксерский (1 шт), комплекты мячей для различных видов спорта (12шт.)</p>	<p>Программное обеспечение для электронного табло Leadshoy в свободном доступе</p>

