|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Аннотация** | | |  |
| **Рабочей программы дисциплины** | | |  |
|  |  |  |  |
| Кафедра физического воспитания и спорта | | | |
| Дисциплина | | Физическая культура и спорт | |
| Направление подготовки | | 09.03.01 Информатика и вычислительная техника | |
| Профиль | | Все профили | |
| Объем дисциплины | | 2 з.е | |
| Формы промежуточной аттестации | | Зачет | |
| **Краткое** **содержание** **дисциплины** | | | |
| Тема | Наименование темы | | |
| Тема 1. | Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра и специалиста | | |
| Тема 2. | Социально-биологические основы физической культуры | | |
| Тема 3. | Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов | | |
| Тема 4. | Физическая культура в обеспечении здоровья. Основы здорового образа жизни студента | | |
| Тема 5. | Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями | | |
| Тема 6. | Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности | | |
| Тема 7. | Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания | | |
| Тема 8. | Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений | | |
| Тема 9. | Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений | | |
| Тема 10. | Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом | | |
| Тема 11. | Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов | | |
| Тема 12. | Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО). Основы методики организации судейства по видам спорта | | |
| Тема 13. | Самостоятельная работа студента | | |
|  |  |  |  |
| **Список** **литературы** | | | |
|  |  |  |  |
| **Основная литература:** | | | |
| 1. Сидоров Р. В., Рыскин П. П. Методика проведения занятий по различным видам единоборств [Электронный ресурс]:учебно-методическое пособие. - Екатеринбург: Издательство УрГЭУ, 2019. - 185 – Режим доступа: http://lib.usue.ru/resource/limit/ump/20/p492996.pdf | | | |
| 2. Письменский И. А., Аллянов Ю. Н. Физическая культура [Электронный ресурс]:Учебник для вузов. - Москва: Юрайт, 2022. - 450 – Режим доступа: https://urait.ru/bcode/489224 | | | |
| 3. Эммерт М. С., Фадина О. О. Общая физическая подготовка в рамках самостоятельных занятий студентов [Электронный ресурс]:Учебное пособие для вузов. - Москва: Юрайт, 2022. - 110 – Режим доступа: https://urait.ru/bcode/495814 | | | |
| 4. Муллер А. Б., Дядичкина Н. С. Физическая культура [Электронный ресурс]:Учебник и практикум для вузов. - Москва: Юрайт, 2022. - 424 – Режим доступа: https://urait.ru/bcode/488898 | | | |
| **Дополнительная литература:** | | | |

|  |
| --- |
| 1. Абаскалова Н.П., Иашвили М. В. Физиологические основы здоровья [Электронный ресурс]:Учебное пособие. - Москва: ООО "Научно-издательский центр ИНФРА-М", 2020. - 351 – Режим доступа: https://znanium.com/catalog/product/1044218 |
| 2. Сидоров Р. В., Рыскин П. П. Борьба самбо и ее роль в формировании личности студента [Электронный ресурс]:учебное пособие. - Екатеринбург: [Издательство УрГЭУ], 2018. - 54 – Режим доступа: http://lib.usue.ru/resource/limit/ump/18/p491446.pdf |
| 3. Сидоров Р. В., Воловик Т. В. Медико-биологические основы физической культуры и спортивной деятельности [Электронный ресурс]:учебное пособие. - Екатеринбург: [Издательство УрГЭУ], 2018. - 129 – Режим доступа: http://lib.usue.ru/resource/limit/ump/19/p491643.pdf |
| 4. Кудрявцев И. С., Козловских И. С. Методы воспитания скоростно-силовой выносливости у студентов [Электронный ресурс]:учебно-методическое пособие. - Екатеринбург: Издательство УрГЭУ, 2019. - 115 – Режим доступа: http://lib.usue.ru/resource/limit/ump/20/p492907.pdf |
| 5. Гилев Г.А., Каткова А.М. Физическое воспитание студентов [Электронный ресурс]:Учебник. - Москва: Московский педагогический государственный университет, 2018. - 336 – Режим доступа: https://znanium.com/catalog/product/1341058 |
|  |
| **Перечень** **информационных** **технологий,** **включая** **перечень** **лицензионного** **программного** **обеспечения** **и** **информационных** **справочных** **систем,** **онлайн** **курсов,** **используемых** **при** **осуществлении** **образовательного** **процесса** **по** **дисциплине** |
| **Перечень лицензионного программного обеспечения:** |
|  |
| Microsoft Windows 10 .Договор № 52/223-ПО/2020 от 13.04.2020, Акт № Tr000523459 от 14.10.2020. Срок действия лицензии 30.09.2023. |
| Astra Linux Common Edition. Договор № 1 от 13 июня 2018, акт от 17 декабря 2018. Срок действия лицензии - без ограничения срока. |
| Microsoft Office 2016.Договор № 52/223-ПО/2020 от 13.04.2020, Акт № Tr000523459 от 14.10.2020 Срок действия лицензии 30.09.2023. |
| **Перечень информационных справочных систем, ресурсов информационно- телекоммуникационной сети «Интернет»:** |
| Справочно-правовая система Консультант +. Договор № 163/223-У/2020 от 14.12.2020. Срок действия лицензии до 31.12.2021 |
| Справочно-правовая система Гарант. Договор № 58419 от 22 декабря 2015. Срок действия лицензии -без ограничения срока |
| **Теория** **и** **практика** **физической** **культуры.** **Ежемесячный** **научно-теоретический** **журнал** **Государственного** **Комитета** **Российской** **Федерации** **по** **физической** **культуре** **и** **туризму,** **Российской** **Государственной** **Академии** **физической** **культуры**  http://tpfk.infosport.ru |
| **Физическая** **культура:** **воспитание,** **образование,** **тренировка.** **Ежеквартальный** **научно-методический** **журнал** **Российской** **Академии** **Образования** **Российской** **Государственной** **Академии** **Физической** **Культуры**  http://www.infosport.ru/press/fkvot/ |
| **Спортивная** **жизнь** **России.** **Электронная** **версия** **ежемесячного** **иллюстрированного** **журнала**  http://www.infosport.ru/press/szr/1999N5/index.htm |
| **Онлайн** **курс** **по** **дисциплине** **физическая** **культура** **и** **спорт**  https://openedu.ru/course/spbstu/PHYSCUL/ |
| Аннотацию подготовил: Сидоров Р.В. |