

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина	Оздоровительная физическая культура
Факультет	Факультет физической культуры и реабилитации
Кафедра	Кафедра теории и методики физической культуры и спорта
Курс	3, 4

Направление (специальность): 49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль/специализация): Технология спортивной подготовки

Форма обучения: очная, заочная

Дата введения в учебный процесс УлГУ: 01.09.2024 г.


Программа актуализирована на заседании кафедры: протокол № _____ от _____ 20__ г.

Программа актуализирована на заседании кафедры: протокол № _____ от _____ 20__ г.

Программа актуализирована на заседании кафедры: протокол № _____ от _____ 20__ г.

Сведения о разработчиках:

ФИО	КАФЕДРА	Должность, ученая степень, звание
Ключникова Елена Анатольевна	Кафедра теории и методики физической культуры и спорта	Старший преподаватель
	Кафедра физической культуры	Старший преподаватель

СОГЛАСОВАНО
Заведующий выпускающей кафедрой
 / <u>Вальцев В.В.</u> / Подпись
«16» мая 2024г.

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цели освоения дисциплины:

изучение и совершенствование физических, психических и функциональных возможностей человека, разработка и утверждение принципов здорового образа жизни, их практическая реализация средствами физической культуры и спорта, формирование личности, ее приобщение к общественным ценностям, ценностям физической культуры и спорта.

Задачи освоения дисциплины:

1. Формировать у студентов прочную установку на здоровье и положительную мотивацию на здоровый образ жизни.
2. Формировать умения у студентов оценивать физическое, психическое и функциональное состояние различных возрастных групп населения.
3. Учить студентов анализировать ценности и эффективность видов рекреационной деятельности.
4. Формировать у будущих специалистов умения разрабатывать программы использования физкультурно-оздоровительных технологий в процессе физкультурно-оздоровительной работы с населением на региональном и местном уровнях, подбирать соответствующие средства и методы их реализации.
5. Развивать умения студентов применять в различных сферах деятельности физкультурно-спортивных и профилактических учреждений полученные знания по сохранению, укреплению, формированию индивидуального здоровья и здорового образа жизни.
6. Развивать умения у студентов прогнозировать условия и направления сферы досуга и активного отдыха различных категорий населения.
7. Сформировать у студентов профессионально-прикладные навыки в области физкультурно-оздоровительных технологий.

Развивать познавательную активность студентов, самостоятельность, творческие способности в процессе изучения программы специализации «Оздоровительная ФК».

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Дисциплина «Оздоровительная физическая культура» относится к числу дисциплин блока Б1.О, предназначенного для студентов, обучающихся по направлению: 49.03.01 Физическая культура.

В процессе изучения дисциплины формируются компетенции: ОПК-6.

Основные положения дисциплины используются в дальнейшем при изучении таких дисциплин как: Оздоровительная физическая культура, Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена, Преддипломная практика, Выполнение, подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы.

3. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОСНОВНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Код и наименование реализуемой компетенции	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций
ОПК-6 Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни	<p>знать: ответы на вопросы по теоретическому разделу программы.</p> <p>уметь: составлять тренировочные программы и поурочные планы по ОФК, составлять правильный рацион питания при основных заболеваниях, владеть методиками закаливания.</p> <p>владеть: оценивать физическое, психическое и функциональное состояние различных возрастных групп населения. Применять в различных сферах деятельности физкультурно-спортивных и профилактических учреждений полученные знания по сохранению, укреплению, формированию индивидуального здоровья и здорового образа жизни.</p>

4. ОБЩАЯ ТРУДОЕМКОСТЬ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Объем дисциплины в зачетных единицах (всего): 7 ЗЕТ

4.2. Объем дисциплины по видам учебной работы (в часах): 252 часа

Форма обучения: очная

Вид учебной работы	Количество часов (форма обучения <u>очная</u>)		
	Всего по плану	В т.ч. по семестрам	
		6	7
1	2	3	4
Контактная работа обучающихся с преподавателем в соответствии с УП	102	48	54
Аудиторные занятия:	102	48	54
Лекции	34	16	18

Вид учебной работы	Количество часов (форма обучения <u>очная</u>)		
	Всего по плану	В т.ч. по семестрам	
		6	7
1	2	3	4
Семинары и практические занятия	68	32	36
Лабораторные работы, практикумы	-	-	-
Самостоятельная работа	114	60	54
Форма текущего контроля знаний и контроля самостоятельной работы: тестирование, контр. работа, коллоквиум, реферат и др. (не менее 2 видов)	Тестирование	Тестирование	
Курсовая работа	-	-	-
Виды промежуточной аттестации (экзамен, зачет)	Зачет, Экзамен (12)	Зачет	Экзамен
Всего часов по дисциплине	252	108	144

Форма обучения: заочная

Вид учебной работы	Количество часов (форма обучения <u>заочная</u>)		
	Всего по плану	В т.ч. по семестрам	
		6	7
1	2	3	4
Контактная работа обучающихся с преподавателем в соответствии с УП	32	16	16
Аудиторные занятия:	32	16	16
Лекции	14	8	6
Семинары и практические занятия	18	8	10
Лабораторные работы, практикумы	-	-	-
Самостоятельная работа	207	88	119
Форма текущего контроля знаний и контроля самостоятельной работы:	Тестирование	Тестирование	

Вид учебной работы	Количество часов (форма обучения <u>заочная</u>)		
	Всего по плану	В т.ч. по семестрам	
		6	7
1	2	3	4
тестирование, контр. работа, коллоквиум, реферат и др. (не менее 2 видов)			
Курсовая работа	-	-	-
Виды промежуточной аттестации (экзамен, зачет)	Зачет, Экзамен (5)	Зачет	Экзамен
Всего часов по дисциплине	252	108	144

4.3. Содержание дисциплины. Распределение часов по темам и видам учебной работы

Форма обучения: очная

Название разделов и тем	Всего	Виды учебных занятий					Форма текущего контроля знаний
		Аудиторные занятия			Занятия в интерактивной форме	Самостоятельная работа	
		Лекции	Практические занятия, семинары	Лабораторные работы, практикумы			
1	2	3	4	5	6	7	8
Раздел 1. Общая характеристика оздоровительной физической культуры							
Тема 1.1. Значение оздоровительной физической культуры. Оздоровительная направленность как важнейший принцип системы физического воспитания.	16	2	4	0	0	10	Вопросы к Экзамену
Тема 1.2. Содержание	16	2	4	0	0	10	Вопросы к Экзамену

Название разделов и тем	Всего	Виды учебных занятий					Форма текущего контроля знаний
		Аудиторные занятия			Занятия в интерактивной форме	Самостоятельная работа	
		Лекции	Практические занятия, семинары	Лабораторные работы, практикумы			
1	2	3	4	5	6	7	8
ные основы оздоровительной физической культуры.							
Тема 1.3. Место ОФК в системе физической культуры. Роль ОФК в современном обществе	16	2	4	0	0	10	
Раздел 2. Основы здоровья и здорового образа жизни							
Тема 2.1. Характеристика социального явления ЗОЖ. Формирование ЗОЖ населения. Понятие индивидуального здоровья.	16	2	4	0	0	10	Тестирование
Раздел 3. Теоретико-методические основы оздоровительной физической культуры							
Тема 3.1. Основы построения оздоровительной тренировки.	12	2	6	0	0	4	Вопросы к Экзамену
Тема 3.2. Цель и задачи занятий ОФК. Организац	8	2	2	0	0	4	

Название разделов и тем	Всего	Виды учебных занятий					Форма текущего контроля знаний
		Аудиторные занятия			Занятия в интерактивной форме	Самостоятельная работа	
		Лекции	Практические занятия, семинары	Лабораторные работы, практикумы			
1	2	3	4	5	6	7	8
ия и содержание физкультурно - оздоровительных занятий в групповой форме.							
Тема 3.3. Характеристика средств специально-оздоровительной направленности (ходьба и бег)	16	2	4	0	0	10	Тестирование
Тема 3.4. Характеристика средств специально-оздоровительной направленности (игровые занятия и плавание)	14	2	2	0	0	10	Вопросы к Экзамену
Тема 3.5. Новые оздоровительные формы ФКиС:	20	2	8	0	0	10	
Раздел 4. Комплексные оздоровительные технологии при различных заболеваниях							
Тема 4.1. ОФК в профилактике заболеваний ЖКТ	10	2	4	0	0	4	Вопросы к Экзамену
Тема 4.2. Методика применения ОФК при заболеваниях	10	2	4	0	0	4	Вопросы к Экзамену

Название разделов и тем	Всего	Виды учебных занятий					Форма текущего контроля знаний
		Аудиторные занятия			Занятия в интерактивной форме	Самостоятельная работа	
		Лекции	Практические занятия, семинары	Лабораторные работы, практикумы			
1	2	3	4	5	6	7	8
и сердечно-сосудистой системы							
Тема 4.3. Профилактика функциональных расстройств в ЦНС средствами ОФК	11	2	4	0	0	5	Вопросы к Экзамену
Тема 4.4. Комплексные оздоровительные технологии при заболеваниях и эндокринной системы и обмена веществ	10	2	4	0	0	4	
Тема 4.5. Методика применения ОФК при заболеваниях и опорно-двигательного аппарата	10	2	4	0	0	4	
Раздел 5. Направленное использование оздоровительной физической культуры в жизни различных контингентов населения							
Тема 5.1. Физическое воспитание детей школьного возраста и студентов с ослабленными	11	2	4	0	0	5	

Название разделов и тем	Всего	Виды учебных занятий					Форма текущего контроля знаний
		Аудиторные занятия			Занятия в интерактивной форме	Самостоятельная работа	
		Лекции	Практические занятия, семинары	Лабораторные работы, практикумы			
1	2	3	4	5	6	7	8
здоровьем.							
Тема 5.2. Физическое воспитание в пожилом и старшем возрасте. Старение и задачи направленного физического воспитания в пожилом и старшем возрасте. Содержание и организационно-методические основы занятий физическими упражнениями.	9	2	2	0	0	5	Вопросы к Экзамену
Тема 5.3. Оценка состояния здоровья и физической подготовленности занимающихся оздоровительной физической культурой	11	2	4	0	0	5	Вопросы к Экзамену
Итого подлежит изучению	216	34	68	0	0	114	

4.3. Содержание дисциплины. Распределение часов по темам и видам учебной работы

Форма обучения: заочная

Название разделов и тем	Всего	Виды учебных занятий					Форма текущего контроля знаний
		Аудиторные занятия			Занятия в интерактивной форме	Самостоятельная работа	
		Лекции	Практические занятия, семинары	Лабораторные работы, практикумы			
1	2	3	4	5	6	7	8
Раздел 1. Общая характеристика оздоровительной физической культуры							
Тема 1.1. Значение оздоровительной физической культуры. Оздоровительная направленность как важнейший принцип системы физического воспитания.	14	2	2	0	0	10	Вопросы к Экзамену
Тема 1.2. Содержательные основы оздоровительной физической культуры.	14	2	2	0	0	10	Вопросы к Экзамену
Тема 1.3. Место ОФК в системе физической культуры. Роль ОФК в современном обществе	12	2	0	0	0	10	
Раздел 2. Основы здоровья и здорового образа жизни							
Тема 2.1. Характеристика социального явления ЗОЖ. Фор	12	2	0	0	0	10	Тестирование

Название разделов и тем	Всего	Виды учебных занятий					Форма текущего контроля знаний
		Аудиторные занятия			Занятия в интерактивной форме	Самостоятельная работа	
		Лекции	Практические занятия, семинары	Лабораторные работы, практикумы			
1	2	3	4	5	6	7	8
мирование ЗОЖ населения. Понятие индивидуального здоровья.							
Раздел 3. Теоретико-методические основы оздоровительной физической культуры							
Тема 3.1. Основы построения оздоровительной тренировки .	12	2	0	0	0	10	Вопросы к Экзамену
Тема 3.2. Цель и задачи занятий ОФК. Организация и содержание физкультурно - оздоровительных занятий в группой форме.	12	2	0	0	0	10	
Тема 3.3. Характеристика средств специально-оздоровительной направленности (ходьба и бег)	12	0	2	0	0	10	Тестирование
Тема 3.4. Характеристика средств специально-оздоровит	12	0	2	0	0	10	Вопросы к Экзамену

Название разделов и тем	Всего	Виды учебных занятий					Форма текущего контроля знаний
		Аудиторные занятия			Занятия в интерактивной форме	Самостоятельная работа	
		Лекции	Практические занятия, семинары	Лабораторные работы, практикумы			
1	2	3	4	5	6	7	8
ельной направленности (игровые занятия и плавание)							
Тема 3.5. Новые оздоровительные формы ФКиС:	32	2	10	0	0	20	
Раздел 4. Комплексные оздоровительные технологии при различных заболеваниях							
Тема 4.1. ОФК в профилактике заболеваний ЖКТ	10	0	0	0	0	10	Вопросы к Экзамену
Тема 4.2. Методика применения ОФК при заболеваниях и сердечно-сосудистой системы	10	0	0	0	0	10	Вопросы к Экзамену
Тема 4.3. Профилактика функциональных расстройств в ЦНС средствами ОФК	10	0	0	0	0	10	Вопросы к Экзамену
Тема 4.4. Комплексные оздоровительные технологии при заболеваниях и эндокринной системы и обмена	10	0	0	0	0	10	

Название разделов и тем	Всего	Виды учебных занятий					Форма текущего контроля знаний
		Аудиторные занятия			Занятия в интерактивной форме	Самостоятельная работа	
		Лекции	Практические занятия, семинары	Лабораторные работы, практикумы			
1	2	3	4	5	6	7	8
веществ							
Тема 4.5. Методика применения ОФК при заболеваниях опорно-двигательного аппарата	10	0	0	0	0	10	
Раздел 5. Направленное использование оздоровительной физической культуры в жизни различных контингентов населения							
Тема 5.1. Физическое воспитание детей школьного возраста и студентов с ослабленным здоровьем.	20	0	0	0	0	20	
Тема 5.2. Физическое воспитание в пожилом и старшем возрасте. Старение и задачи направленного физического воспитания в пожилом и старшем возрасте. Содержание и организационно-методические основы занятий	17	0	0	0	0	17	Вопросы к Экзамену

Название разделов и тем	Всего	Виды учебных занятий					Форма текущего контроля знаний
		Аудиторные занятия			Занятия в интерактивной форме	Самостоятельная работа	
		Лекции	Практические занятия, семинары	Лабораторные работы, практикумы			
1	2	3	4	5	6	7	8
физическими упражнениями.							
Тема 5.3. Оценка состояния здоровья и физической подготовленности занимающихся оздоровительной физической культурой	20	0	0	0	0	20	Вопросы к Экзамену
Итого подлежит изучению	239	14	18	0	0	207	

5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Раздел 1. Общая характеристика оздоровительной физической культуры

Тема 1.1. Значение оздоровительной физической культуры. Оздоровительная направленность как важнейший принцип системы физического воспитания.

Деятельность преподавателя физической культуры в области ОФК. Основные характеристики деятельности. Функции педагогической деятельности. Особенности труда преподавателя физической культуры в области ОФК. Сферы деятельности специалиста по ОФК.

Тема 1.2. Содержательные основы оздоровительной физической культуры.

Содержание ОФК. Иерархия компонентов ОФК: спорт, базовая ФК, Пролонгирующая ФК, Оздоровительно-реабилитационная ФК.

Тема 1.3. Место ОФК в системе физической культуры. Роль ОФК в современном обществе

Признаки ОФК. Аспекты ОФК (деятельный, предметно-ценностный, результативный). ОФК как род деятельности. Появление ОФК, как самостоятельного вида физической культуры. Функции

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--

ОФК: образовательная, оздоровительная, воспитательная, рекреационная.

Раздел 2. Основы здоровья и здорового образа жизни

Тема 2.1. Характеристика социального явления ЗОЖ. Формирование ЗОЖ населения. Понятие индивидуального здоровья.

ЗОЖ. Факторы, влияющие на здоровье человека. Виды физкультурной активности (спорт профессиональный и любительский; ФК, направленная на совершенствование физической кондиции и т.д.) Образ жизни. Составляющие формирования ЗОЖ: создание информационно-пропагандистской системы повышения уровня знаний всех категорий населения о негативном влиянии факторов риска на здоровье, возможностях его снижения; обучение здоровью; меры по снижению распространенности курения и потребления табачных изделий, снижению потребления алкоголя, профилактика потребления наркотиков и наркотических средств; побуждение населения к физически активному образу жизни, занятиям ФК, туризмом и спортом, повышение доступности этих видов оздоровления. ЗОЖ. Здоровье. Сохранение и укрепление здоровья. Основные компоненты здоровья. Компоненты индивидуального здоровья. Индивидуальное здоровье.

Раздел 3. Теоретико-методические основы оздоровительной физической культуры

Тема 3.1. Основы построения оздоровительной тренировки.

Дозирование по относительным значениям мощности физических нагрузок. Дозирование по ЧСС. Дозирование в соответствии с энергетическими затратами. Дозирование по числу повторений физических упражнений.

Тема 3.2. Цель и задачи занятий ОФК. Организация и содержание физкультурно - оздоровительных занятий в групповой форме.

Цель ОФК. Задачи ОФК (оздоровительные, воспитательные и образовательные задачи). Правильное формирование занятий ОФК. Общие знания для соблюдения ЗОЖ. Организация занятий ОФК. Место проведения занятий ОФК. Комплектование групп. Содержание занятий ОФК. Значение ОФК. Секции по видам спорта. Клубы по видам интереса. Школы здоровья.

Тема 3.3. Характеристика средств специально-оздоровительной направленности (ходьба и бег)

Виды ходьбы (прогулочная, дозированная) Влияние ходьбы на организм. Темпы ходьбы. Индивидуальный темп ходьбы. Оздоровительный бег. Влияние бега на организм. Дозировка бега. Основные принципы для достижения эффективности при беге. Пульсовой режим. Техника бега.

Тема 3.4. Характеристика средств специально-оздоровительной направленности (игровые занятия и плавание)

Игровая деятельность. Роль общения в процессе игры. Подвижные игры. Лапта. Футбол. Хоккей. Баскетбол. Волейбол. Бадминтон. Влияние плавания на организм человека. Оздоровительное плавание. Лечебное плавание. Синхронное плавание (художественное). Спортивное плавание

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--

(вольный стиль–кроль, кроль на спине, брасс, баттерфляй -дельфин).

Тема 3.5. Новые оздоровительные формы ФКиС:

Новые оздоровительные формы ФКиС: армреслинг, дайвинг, классическая аэробика, фитнес, кардиоаэробика, степ-аэробика, аквагимнастика, аквабилдинг, ритмоатлетизм, стретчинг, релакс, фитбол, сайкл.

Раздел 4. Комплексные оздоровительные технологии при различных заболеваниях

Тема 4.1. ОФК в профилактике заболеваний ЖКТ

Пищеварительная система. Применение физ. упражнений при заболеваниях ЖКТ.

Тема 4.2. Методика применения ОФК при заболевании сердечно-сосудистой системы

Дыхательная система. Закаливание. Методика выполнения ОФК. Требования к организации и проведению ОФК. ОФК при бронхите, пневмонии, бронхиальной астме.

Тема 4.3. Профилактика функциональных расстройств ЦНС средствами ОФК

ЦНС. ОФК при неврозах, неврастении, истерии. Методика проведения и организации ОФК.

Тема 4.4. Комплексные оздоровительные технологии при заболевании эндокринной системы и обмена веществ

ОФК при сахарном диабете, ожирении. Методика проведения и организации ОФК.

Тема 4.5. Методика применения ОФК при заболевании опорно-двигательного аппарата

Методика проведения и организации ОФК при сколиозах, плоскостопии, радикулите,

Раздел 5. Направленное использование оздоровительной физической культуры в жизни различных контингентов населения

Тема 5.1. Физическое воспитание детей школьного возраста и студентов с ослабленным здоровьем.

Профилактика и коррекция основных отклонений в состоянии здоровья у школьников. Физическое воспитание студентов с ослабленным здоровьем. Методика занятий со студентами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.

Тема 5.2. Физическое воспитание в пожилом и старшем возрасте. Старение и задачи направленного физического воспитания в пожилом и старшем возрасте. Содержание и организационно-методические основы занятий физическими упражнениями.

Ослабление функций организма с возрастом. Изменение максимальной ЧСС с возрастом.

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--

Основные задачи направленного использования средств ФВ в пожилом и старшем возрасте. Формы организации занятий. Методические основы занятий.

Тема 5.3. Оценка состояния здоровья и физической подготовленности занимающихся оздоровительной физической культурой

ЧСС. Лестничная проба. Проба с подскоками. Проба с приседаниями. Ортостатическая проба. Клиностатическая проба. Проба Штанге. Индекс Эрисмана, Кетле.

6. ТЕМЫ ПРАКТИЧЕСКИХ И СЕМИНАРСКИХ ЗАНЯТИЙ

Раздел 1. Общая характеристика оздоровительной физической культуры

Тема 1.1. Значение оздоровительной физической культуры. Оздоровительная направленность как важнейший принцип системы физического воспитания.

Вопросы к теме:

Очная форма

1. Сферы деятельности специалиста по ОФК.
2. Назовите основные характеристики деятельности
3. Функции педагогической деятельности.

Заочная форма

1. Сферы деятельности специалиста по ОФК.
2. Назовите основные характеристики деятельности
3. Функции педагогической деятельности.

Тема 1.2. Содержательные основы оздоровительной физической культуры.

Вопросы к теме:

Очная форма

1. Содержание ОФК.
2. Иерархия компонентов ОФК

Заочная форма

1. Содержание ОФК.

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--

2. Иерархия компонентов ОФК

Тема 1.3. Место ОФК в системе физической культуры. Роль ОФК в современном обществе

Вопросы к теме:

Очная форма

1. Дайте определение ФК
2. Содержание ФК.
3. Назовите неблагоприятные факторы среды.
4. Назовите аспекты ОФК.
5. Назовите иерархию компонентов ФК.
6. Цель, задачи ОФК
7. Организация и содержание ОФК

Раздел 2. Основы здоровья и здорового образа жизни

Тема 2.1. Характеристика социального явления ЗОЖ. Формирование ЗОЖ населения. Понятие индивидуального здоровья.

Вопросы к теме:

Очная форма

1. Что такое ЗОЖ.
2. Назовите влияющие факторы на здоровье человека.
3. Виды физической активности.
4. Назовите составляющие формирования ЗОЖ.
5. Здоровье.
6. Сохранение и укрепление здоровья
7. Основные компоненты здоровья.
8. Индивидуальное здоровье.

Раздел 3. Теоретико-методические основы оздоровительной физической культуры

Тема 3.1. Основы построения оздоровительной тренировки.

Вопросы к теме:

Очная форма

1. Дозирование по относительным значениям мощности физических нагрузок.
2. Дозирование по ЧСС.

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--

3. Дозирование в соответствии с энергетическими затратами.
4. Дозирование по числу повторений физических упражнений.

Тема 3.2. Цель и задачи занятий ОФК. Организация и содержание физкультурно - оздоровительных занятий в групповой форме.

Вопросы к теме:

Очная форма

1. Назовите цель ОФК
2. Перечислите задачи ОФК
3. Организация занятий ОФК
4. Комплектование групп
5. Секции по видам спорта.
6. Содержание занятий ОФК.

Тема 3.3. Характеристика средств специально-оздоровительной направленности (ходьба и бег)

Вопросы к теме:

Очная форма

1. Можно ли регулировать физическую нагрузку за счет использования различных видов ходьбы.
2. Перечислите известные виды ходьбы.
3. Назовите способы регулирования физ. нагрузки во время ходьбы. Какое значение для человека имеет походка.
4. Какое значение оказывает бег на физиологические системы.
5. Назовите разновидности бега.
6. Назовите основные принципы организации и методики занятий оздоровительным бегом

Заочная форма

1. Можно ли регулировать физическую нагрузку за счет использования различных видов ходьбы.
2. Перечислите известные виды ходьбы.
3. Назовите способы регулирования физ. нагрузки во время ходьбы. Какое значение для человека имеет походка.
4. Какое значение оказывает бег на физиологические системы.
5. Назовите разновидности бега.
6. Назовите основные принципы организации и методики занятий оздоровительным бегом.

Тема 3.4. Характеристика средств специально-оздоровительной направленности

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--

(игровые занятия и плавание)

Вопросы к теме:

Очная форма

Игровая деятельность. Роль общения в процессе игры. Подвижные игры. Лапта. Футбол. Хоккей. Баскетбол. Волейбол. Бадминтон. Влияние плавания на организм человека. Оздоровительное плавание. Лечебное плавание. Синхронное плавание (художественное). Спортивное плавание (вольный стиль–кроль, кроль на спине, брасс, баттерфляй -дельфин).

Заочная форма

Игровая деятельность. Роль общения в процессе игры. Подвижные игры. Лапта. Футбол. Хоккей. Баскетбол. Волейбол. Бадминтон. Влияние плавания на организм человека. Оздоровительное плавание. Лечебное плавание. Синхронное плавание (художественное). Спортивное плавание (вольный стиль–кроль, кроль на спине, брасс, баттерфляй -дельфин).

Тема 3.5. Новые оздоровительные формы ФКиС:

Вопросы к теме:

Очная форма

Новые оздоровительные формы ФКиС: армреслинг, дайвинг, классическая аэробика, фитнес, кардиоаэробика, степ-аэробика, аквагимнастика, аквабилдинг, ритмоатлетизм, стретчинг, релакс, фитбол, сайкл.

Раздел 4. Комплексные оздоровительные технологии при различных заболеваниях

Тема 4.1. ОФК в профилактике заболеваний ЖКТ

Вопросы к теме:

Очная форма

Пищеварительная система. Применение физ. упражнений при заболеваниях ЖКТ.

Тема 4.2. Методика применения ОФК при заболевании сердечно-сосудистой системы

Вопросы к теме:

Очная форма

Дыхательная система. Закаливание. Методика выполнения ОФК. Требования к организации и проведению ОФК. ОФК при бронхите, пневмонии, бронхиальной астме.

Тема 4.3. Профилактика функциональных расстройств ЦНС средствами ОФК

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--

Вопросы к теме:

Очная форма

ЦНС. ОФК при неврозах, неврастении, истерии. Методика проведения и организации ОФК.

Тема 4.4. Комплексные оздоровительные технологии при заболевании эндокринной системы и обмена веществ

Вопросы к теме:

Очная форма

ОФК при сахарном диабете, ожирении. Методика проведения и организации ОФК.

Тема 4.5. Методика применения ОФК при заболевании опорно-двигательного аппарата

Вопросы к теме:

Очная форма

Методика проведения и организации ОФК при сколиозах, плоскостопии, радикулите,

Раздел 5. Направленное использование оздоровительной физической культуры в жизни различных контингентов населения

Тема 5.1. Физическое воспитание детей школьного возраста и студентов с ослабленным здоровьем.

Вопросы к теме:

Очная форма

Профилактика и коррекция основных отклонений в состоянии здоровья у школьников. Физическое воспитание студентов с ослабленным здоровьем. Методика занятий со студентами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.

1. Профилактика и коррекция основных отклонений в состоянии здоровья у школьников.
2. Физическое воспитание студентов с ослабленным здоровьем.
3. Методика занятий со студентами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.

Тема 5.2. Физическое воспитание в пожилом и старшем возрасте. Старение и задачи направленного физического воспитания в пожилом и старшем возрасте. Содержание и организационно-методические основы занятий физическими упражнениями.

Вопросы к теме:

Очная форма

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--

1. Ослабление функций организма с возрастом.
2. Изменение максимальной ЧСС с возрастом.
3. Основные задачи направленного использования средств ФВ в пожилом и старшем возрасте.
4. Формы организации занятий.
5. Методические основы занятий.

Тема 5.3. Оценка состояния здоровья и физической подготовленности занимающихся оздоровительной физической культурой

Вопросы к теме:

Очная форма

1. Лестничная проба.
2. Проба с подскоками.
3. Проба с приседаниями.
4. Ортостатическая проба.
5. Клиностатическая проба.
6. Проба Штанге.
7. Индекс Эрисмана, Кетле

7. ЛАБОРАТОРНЫЕ РАБОТЫ, ПРАКТИКУМЫ

Данный вид работы не предусмотрен УП.

8. ТЕМАТИКА КУРСОВЫХ, КОНТРОЛЬНЫХ РАБОТ, РЕФЕРАТОВ

Данный вид работы не предусмотрен УП.

9. ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЭКЗАМЕНУ, ЗАЧЕТУ

Вопросы к экзамену

1. Значение оздоровительной физической культуры
2. Место оздоровительной физической культуры в системе физической культуры
3. Роль оздоровительной физической культуры в современном обществе
4. Функции оздоровительной физической культуры
5. Характеристика социального явления здоровый образ жизни
6. Формирование здоровый образ жизни населения
7. Компоненты здорового образа жизни
8. Понятие индивидуального здоровья
9. Методика занятий бадминтоном с оздоровительной направленностью

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--

10. Методика занятий хоккеем с оздоровительной направленностью
11. Методика занятий волейболом с оздоровительной направленностью
12. Методика занятий баскетболом с оздоровительной направленностью
13. Методика занятий баскетболом с оздоровительной направленностью
14. Методика занятий волейболом с оздоровительной направленностью
15. Методика занятий хоккеем с оздоровительной направленностью
16. Методика применения оздоровительной физической культуры при заболеваниях желудочно-кишечного тракта
17. Методика применения оздоровительной физической культуры при заболеваниях сердечно-сосудистой системы
18. Профилактика функциональных расстройств Центральной нервной системы средствами оздоровительной физической культуры
19. Организация массовых и физкультурно-спортивных мероприятий
20. Комплексные оздоровительные технологии при заболевании обмена веществ
21. Комплексные оздоровительные технологии при заболевании эндокринной системы
22. Профилактика функциональных расстройств Центральной нервной системы средствами оздоровительной физической культуры
23. Оценка физического здоровья в оздоровительной физической культуре
24. Влияние занятий физическими упражнениями на состояние здоровья и работоспособности разного возраста
25. Функции парков культуры и отдыха в обеспечении активного отдыха населения
26. Физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа в домах отдыха и пансионатах
27. Проведение массовых и физкультурно-спортивных мероприятий

Вопросы к зачету

1. Значение оздоровительной физической культуры
2. Место оздоровительной физической культуры в системе физической культуры
3. Роль оздоровительной физической культуры в современном обществе
4. Функции оздоровительной физической культуры
5. Характеристика социального явления здоровый образ жизни
6. Формирование здоровый образ жизни населения
7. Компоненты здорового образа жизни
8. Понятие индивидуального здоровья
9. Компоненты индивидуального здоровья
10. Характеристика социального явления здоровый образ жизни

11. Цель и задачи оздоровительной физической культуры
12. Организация физкультурно-оздоровительных занятий в групповой форме
13. Содержание физкультурно-оздоровительных занятий в групповой форме
14. Цель и задачи оздоровительной физической культуры
15. Организация физкультурно-оздоровительных занятий в групповой форме
16. Содержание физкультурно-оздоровительных занятий в групповой форме
17. Самостоятельные формы занятий физическими упражнениями.
18. Методика занятий оздоровительной ходьбой
19. Методика занятий оздоровительным бегом

10. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА ОБУЧАЮЩИХСЯ

Содержание, требования, условия и порядок организации самостоятельной работы обучающихся с учетом формы обучения определяются в соответствии с «Положением об организации самостоятельной работы обучающихся», утвержденным Ученым советом УлГУ (протокол №8/268 от 26.03.2019г.).

По каждой форме обучения: очная/заочная/очно-заочная заполняется отдельная таблица

Форма обучения: очная

Название разделов и тем	Вид самостоятельной работы (проработка учебного материала, решение задач, реферат, доклад, контрольная работа, подготовка к сдаче зачета, экзамена и др).	Объем в часах	Форма контроля (проверка решения задач, реферата и др.)
Раздел 1. Общая характеристика оздоровительной физической культуры			
Тема 1.1. Значение оздоровительной физической культуры. Оздоровительная направленность как важнейший принцип системы физического воспитания.	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	10	

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--

Название разделов и тем	Вид самостоятельной работы (проработка учебного материала, решение задач, реферат, доклад, контрольная работа, подготовка к сдаче зачета, экзамена и др).	Объем в часах	Форма контроля (проверка решения задач, реферата и др.)
Тема 1.2. Содержательные основы оздоровительной физической культуры.	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	10	
Тема 1.3. Место ОФК в системе физической культуры. Роль ОФК в современном обществе	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	10	
Раздел 2. Основы здоровья и здорового образа жизни			
Тема 2.1. Характеристика социального явления ЗОЖ. Формирование ЗОЖ населения. Понятие индивидуального здоровья.	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	10	Тестирование
Раздел 3. Теоретико-методические основы оздоровительной физической культуры			
Тема 3.1. Основы построения оздоровительной тренировки.	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	4	
Тема 3.2. Цель и задачи занятий ОФК. Организация и содержание физкультурно - оздоровительных занятий в групповой форме.	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	4	
Тема 3.3. Характеристика средств специально-оздоровительной направленности (ходьба и бег)	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	10	Тестирование
Тема 3.4. Характеристика средств специально-оздоровительной направленности (игровые занятия и плавание)	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	10	
Тема 3.5. Новые оздоровительные формы ФКиС:	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	10	
Раздел 4. Комплексные оздоровительные технологии при различных заболеваниях			

Название разделов и тем	Вид самостоятельной работы (проработка учебного материала, решение задач, реферат, доклад, контрольная работа, подготовка к сдаче зачета, экзамена и др).	Объем в часах	Форма контроля (проверка решения задач, реферата и др.)
Тема 4.1. ОФК в профилактике заболеваний ЖКТ	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	4	
Тема 4.2. Методика применения ОФК при заболевании сердечно-сосудистой системы	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	4	
Тема 4.3. Профилактика функциональных расстройств ЦНС средствами ОФК	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	5	
Тема 4.4. Комплексные оздоровительные технологии при заболевании эндокринной системы и обмена веществ	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	4	
Тема 4.5. Методика применения ОФК при заболевании опорно-двигательного аппарата	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	4	
Раздел 5. Направленное использование оздоровительной физической культуры в жизни различных контингентов населения			
Тема 5.1. Физическое воспитание детей школьного возраста и студентов с ослабленным здоровьем.	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	5	
Тема 5.2. Физическое воспитание в пожилом и старшем возрасте. Старение и задачи направленного физического воспитания в пожилом и старшем возрасте. Содержание и организационно-методические основы занятий физическими упражнениями.	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	5	
Тема 5.3. Оценка состояния здоровья и физической подготовленности занимающихся оздоровительной физической	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения	5	

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--

Название разделов и тем	Вид самостоятельной работы (проработка учебного материала, решение задач, реферат, доклад, контрольная работа, подготовка к сдаче зачета, экзамена и др).	Объем в часах	Форма контроля (проверка решения задач, реферата и др.)
культурой	дисциплины.		

Форма обучения: заочная

Название разделов и тем	Вид самостоятельной работы (проработка учебного материала, решение задач, реферат, доклад, контрольная работа, подготовка к сдаче зачета, экзамена и др).	Объем в часах	Форма контроля (проверка решения задач, реферата и др.)
Раздел 1. Общая характеристика оздоровительной физической культуры			
Тема 1.1. Значение оздоровительной физической культуры. Оздоровительная направленность как важнейший принцип системы физического воспитания.	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	10	
Тема 1.2. Содержательные основы оздоровительной физической культуры.	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	10	
Тема 1.3. Место ОФК в системе физической культуры. Роль ОФК в современном обществе	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	10	
Раздел 2. Основы здоровья и здорового образа жизни			
Тема 2.1. Характеристика социального явления ЗОЖ. Формирование ЗОЖ населения. Понятие индивидуального здоровья.	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	10	Тестирование
Раздел 3. Теоретико-методические основы оздоровительной физической культуры			
Тема 3.1. Основы построения оздоровительной тренировки.	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	10	

Название разделов и тем	Вид самостоятельной работы (проработка учебного материала, решение задач, реферат, доклад, контрольная работа, подготовка к сдаче зачета, экзамена и др).	Объем в часах	Форма контроля (проверка решения задач, реферата и др.)
Тема 3.2. Цель и задачи занятий ОФК. Организация и содержание физкультурно - оздоровительных занятий в групповой форме.	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	10	
Тема 3.3. Характеристика средств специально-оздоровительной направленности (ходьба и бег)	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	10	Тестирование
Тема 3.4. Характеристика средств специально-оздоровительной направленности (игровые занятия и плавание)	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	10	
Тема 3.5. Новые оздоровительные формы ФКиС:	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	20	
Раздел 4. Комплексные оздоровительные технологии при различных заболеваниях			
Тема 4.1. ОФК в профилактике заболеваний ЖКТ	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	10	
Тема 4.2. Методика применения ОФК при заболевании сердечно-сосудистой системы	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	10	
Тема 4.3. Профилактика функциональных расстройств ЦНС средствами ОФК	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	10	
Тема 4.4. Комплексные оздоровительные технологии при заболевании эндокринной системы и обмена веществ	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	10	
Тема 4.5. Методика применения ОФК при заболевании опорно-двигательного аппарата	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и	10	

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--

Название разделов и тем	Вид самостоятельной работы (проработка учебного материала, решение задач, реферат, доклад, контрольная работа, подготовка к сдаче зачета, экзамена и др).	Объем в часах	Форма контроля (проверка решения задач, реферата и др.)
	информационного обеспечения дисциплины.		
Раздел 5. Направленное использование оздоровительной физической культуры в жизни различных контингентов населения			
Тема 5.1. Физическое воспитание детей школьного возраста и студентов с ослабленным здоровьем.	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	20	
Тема 5.2. Физическое воспитание в пожилом и старшем возрасте. Старение и задачи направленного физического воспитания в пожилом и старшем возрасте. Содержание и организационно-методические основы занятий физическими упражнениями.	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	17	
Тема 5.3. Оценка состояния здоровья и физической подготовленности занимающихся оздоровительной физической культурой	Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины.	20	

11. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

а) Список рекомендуемой литературы основная

1. Балтрунас, М. И. Теория и методика обучения физической культуре : учебное пособие / М. И. Балтрунас, С. В. Быченков ; М. И. Балтрунас, С. В. Быченков. - Саратов : Ай Пи Эр Медиа, 2019. - 135 с. - Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. - Текст. - Весь срок охраны авторского права. - электронный. - Электрон. дан. (1 файл). - URL: <http://www.iprbookshop.ru/81323.html>. - Режим доступа: ЭБС IPR BOOKS; для авторизир. пользователей. - ISBN 978-5-4486-0765-3. / .— ISBN 0_146632

2. Лысова, И. А. Физическая культура : учебное пособие / И. А. Лысова ; И. А. Лысова. - Москва : Московский гуманитарный университет, 2011. - 161 с. - Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. - Текст. - Весь срок охраны авторского права. - электронный. - Электрон. дан. (1 файл). - URL: <http://www.iprbookshop.ru/8625.html>. - Режим доступа: ЭБС IPR BOOKS; для авторизир. пользователей. - ISBN 978-5-98079-753-9. / .— ISBN 0_119819

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--

дополнительная

1. Карась, Т. Ю. Теория и методика физической культуры и спорта : учебно-практическое пособие / Т. Ю. Карась ; Т. Ю. Карась. - Комсомольск-на-Амуре, Саратов : Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, Ай Пи Ар Медиа, 2019. - 131 с. - Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. - Текст. - Весь срок охраны авторского права. - электронный. - Электрон. дан. (1 файл). - URL: <http://www.iprbookshop.ru/85832.html>. - Режим доступа: ЭБС IPR BOOKS; для авторизир. пользователей. - ISBN 978-5-4497-0149-7. / .— ISBN 0_148875

2. Тристан, В. Г. Физиологические основы физической культуры и спорта. Часть 1 : учебное пособие / В. Г. Тристан, Ю. В. Корягина ; В. Г. Тристан, Ю. В. Корягина. - Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2001. - 96 с. - Книга находится в премиум-версии IPR SMART. - Текст. - Весь срок охраны авторского права. - электронный. - Электрон. дан. (1 файл). - URL: <https://www.iprbookshop.ru/64982.html>. - Режим доступа: Цифровой образовательный ресурс IPR SMART; для авторизир. пользователей. - ISBN 2227-8397. / .— ISBN 0_408521

3. Тристан, В. Г. Физиологические основы физической культуры и спорта. Часть 2 : учебное пособие / В. Г. Тристан, Ю. В. Корягина ; В. Г. Тристан, Ю. В. Корягина. - Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2001. - 60 с. - Книга находится в премиум-версии IPR SMART. - Текст. - Весь срок охраны авторского права. - электронный. - Электрон. дан. (1 файл). - URL: <https://www.iprbookshop.ru/64983.html>. - Режим доступа: Цифровой образовательный ресурс IPR SMART; для авторизир. пользователей. - ISBN 2227-8397. / .— ISBN 0_408522

учебно-методическая

1. Вальцев В. В. Оздоровительная физическая культура : методические указания для самостоятельной работы бакалавров направления подготовки 49.03.01 –Физическая культура очной и заочной форм обучения / В. В. Вальцев, Е. А. Ключникова ; УлГУ, Фак. физ. культуры и реабилитации. - 2019. - Загл. с экрана. - Неопубликованный ресурс. - Электрон. текстовые дан. (1 файл : 764 КБ). - URL: <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Download/MObject/7355>. - Режим доступа: ЭБС УлГУ. - Текст : электронный. / .— ISBN 0_40838.

Согласовано:

б) Программное обеспечение

- Операционная система "Альт образование"
- Офисный пакет "Мой офис"

Специалист ведущий НБ УлГУ/ Стадольникова Д.Р. / *Стадольникова* 2024 г.

в) Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы

1. Электронно-библиотечные системы:

1.1. Цифровой образовательный ресурс IPRsmart : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Компания «Ай Пи Ар Медиа». - Саратов, [2024]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--

1.2. Образовательная платформа ЮРАЙТ : образовательный ресурс, электронная библиотека : сайт / ООО Электронное издательство ЮРАЙТ. – Москва, [2024]. - URL: <https://urait.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.3. База данных «Электронная библиотека технического ВУЗа (ЭБС «Консультант студента») : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Политехресурс. – Москва, [2024]. – URL: <https://www.studentlibrary.ru/cgi-bin/mb4x>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.4. Консультант врача. Электронная медицинская библиотека : база данных : сайт / ООО Высшая школа организации и управления здравоохранением-Комплексный медицинский консалтинг. – Москва, [2024]. – URL: <https://www.rosmedlib.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.5. Большая медицинская библиотека : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Букап. – Томск, [2024]. – URL: <https://www.books-up.ru/ru/library/> . – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.6. ЭБС Лань : электронно-библиотечная система : сайт / ООО ЭБС Лань. – Санкт-Петербург, [2024]. – URL: <https://e.lanbook.com>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.7. ЭБС **Znanium.com** : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Знаниум. - Москва, [2024]. - URL: <http://znanium.com> . – Режим доступа : для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

2. КонсультантПлюс [Электронный ресурс]: справочная правовая система. /ООО «Консультант Плюс» - Электрон. дан. - Москва : КонсультантПлюс, [2024].

3. eLIBRARY.RU: научная электронная библиотека : сайт / ООО «Научная Электронная Библиотека». – Москва, [2024]. – URL: <http://elibrary.ru>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный

4. Федеральная государственная информационная система «Национальная электронная библиотека» : электронная библиотека : сайт / ФГБУ РГБ. – Москва, [2024]. – URL: <https://нэб.рф>. – Режим доступа : для пользователей научной библиотеки. – Текст : электронный.

5. Российское образование : федеральный портал / учредитель ФГАУ «ФИЦТО». – URL: <http://www.edu.ru>. – Текст : электронный.

6. Электронная библиотечная система УлГУ : модуль «Электронная библиотека» АБИС Мега-ПРО / ООО «Дата Экспресс». – URL: <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Web>. – Режим доступа : для пользователей научной библиотеки. – Текст : электронный.

Согласовано:

Инженер ведущий / Щуренко Ю.В. /  / 2024 г. -

Должность сотрудника УИИТ

ФИО

подпись

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет Ф – Рабочая программа дисциплины	Форма	
--	-------	--

12. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

Аудитории для проведения лекций, семинарских занятий, для выполнения лабораторных работ и практикумов, для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации, курсового проектирования, групповых и индивидуальных консультаций (*выбрать необходимое*)

Аудитории укомплектованы специализированной мебелью, учебной доской. Аудитории для проведения лекций оборудованы мультимедийным оборудованием для представления информации большой аудитории. Помещения для самостоятельной работы оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа к электронной информационно-образовательной среде, электронно-библиотечной системе. Перечень оборудования, используемого в учебном процессе:

- Мультимедийное оборудование: компьютер/ноутбук, экран, проектор/телевизор
- Компьютерная техника

13. СПЕЦИАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

В случае необходимости, обучающимся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья (по заявлению обучающегося) могут предлагаться одни из следующих вариантов восприятия информации с учетом их индивидуальных психофизических особенностей:

- для лиц с нарушениями зрения: в печатной форме увеличенным шрифтом; в форме электронного документа; в форме аудиофайла (перевод учебных материалов в аудиоформат); в печатной форме на языке Брайля; индивидуальные консультации с привлечением тифлосурдопереводчика; индивидуальные задания и консультации;

- для лиц с нарушениями слуха: в печатной форме; в форме электронного документа; видеоматериалы с субтитрами; индивидуальные консультации с привлечением сурдопереводчика; индивидуальные задания и консультации;

- для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в печатной форме; в форме электронного документа; в форме аудиофайла; индивидуальные задания и консультации.

В случае необходимости использования в учебном процессе частично/исключительно дистанционных образовательных технологий, организация работы ППС с обучающимися с ОВЗ и инвалидами предусматривается в электронной информационно-образовательной среде с учетом их индивидуальных психофизических особенностей.

Разработчик	Старший преподаватель	Ключникова Елена Анатольевна
	Должность, ученая степень, звание	ФИО

Разработчик


подпись

ст. преподаватель
должность

Ключникова Е.А.
ФИО