

Министерство сельского хозяйства Российской Федерации  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Санкт-Петербургский государственный аграрный университет»

Энергетический институт  
Кафедра физического воспитания

УТВЕРЖДЕНО  
Директор института экономики  
и управления  
\_\_\_\_\_ Ю.А. Китаёв  
\_\_\_\_\_ 15 апреля 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)  
**«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»**  
основной профессиональной образовательной программы –  
образовательной программы высшего образования

Уровень профессионального образования  
высшее образование – бакалавриат

Направление подготовки  
38.03.01 Экономика

Направленность (профиль) образовательной программы  
Учет и бизнес-аналитика

Форма обучения  
очная

Год приема  
2025

Санкт-Петербург  
2025

Директор института



Ю.А. Китаёв

Заведующий выпускающей  
кафедрой



О.О. Андреева

Руководитель образовательной  
программы



О.О. Андреева

Разработчик, доцент, зав.кафедрой



М.П. Анисимов

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий библиотекой



Н.А. Борош

## СОДЕРЖАНИЕ

|                                                                                                                            |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 1. Результаты обучения по дисциплине.....                                                                                  | 4  |
| 2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы.....                                   | 5  |
| 3. Структура и содержание дисциплины.....                                                                                  | 5  |
| 4. Учебно-методическое обеспечение дисциплины .....                                                                        | 18 |
| 4.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства .....        | 18 |
| 4.2 Учебное обеспечение дисциплины .....                                                                                   | 19 |
| 4.3 Методическое обеспечение дисциплины .....                                                                              | 20 |
| 4.4 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы .....                                     | 20 |
| 5. Материально-техническое обеспечение дисциплины .....                                                                    | 21 |
| 6. Особенности реализации дисциплины в отношении лиц из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья ..... | 23 |

## 1. Результаты обучения по дисциплине

Результаты обучения по дисциплине «Физическая культура и спорт» представлены в таблице 1.

Таблица 1. Результаты обучения по дисциплине

| №<br>п/п | Код и наименование<br>компетенции                                                                                                                               | Код и наименование<br>индикатора достижения<br>компетенции                                                                                                                          | Код и наименование<br>результата обучения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1)       | УК-7<br>Способен поддерживать должный<br>уровень физической<br>подготовленности для<br>обеспечения полноценной<br>социальной и профессиональной<br>деятельности | ИУК-7.1<br>Выбирает<br>здоровьесберегающие<br>технологии для<br>поддержания должного<br>уровня физической<br>подготовленности с учетом<br>физиологических<br>особенностей организма | Знает: здоровьесберегающие<br>технологии поддержания<br>должного уровня физической<br>подготовленности с учетом<br>физиологических<br>особенностей организма.<br>З-ИУК 7.1<br>Умеет: выбирать<br>здоровьесберегающие<br>технологии для поддержания<br>должного уровня физической<br>подготовленности.<br>У- ИУК 7.1<br>Владеет:<br>здоровьесберегающими<br>технологиями для<br>поддержания должного<br>уровня физической<br>подготовленности с учетом<br>физиологических<br>особенностей организма.<br>В- ИУК 7.1                               |
|          |                                                                                                                                                                 | ИУК-7.2<br>Планирует свое рабочее и<br>свободное время для<br>оптимального сочетания<br>физической и умственной<br>нагрузки и обеспечения<br>работоспособности                      | Знает: свое рабочее и<br>свободное время для<br>оптимального сочетания<br>физической и умственной<br>нагрузки и обеспечения<br>работоспособности.<br>З- ИУК 7.2<br>Умеет: планировать свое<br>рабочее и свободное время<br>для оптимального сочетания<br>физической и умственной<br>нагрузки и обеспечения<br>работоспособности.<br>У- ИУК 7.2<br>Владеет: навыком<br>планирования своего<br>рабочего и свободного время<br>для оптимального сочетания<br>физической и умственной<br>нагрузки и обеспечения<br>работоспособности.<br>В- ИУК 7.2 |
|          |                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

|    |                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                                                                                    | ИУК-7.3<br>Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования                                                                                | Знает: средства и методы укрепления здоровья, физического самосовершенствования.<br>З-ИУК 7.3<br>Умеет: использовать методы укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования.<br>У-ИУК 7.3<br>Владеет: средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования.<br>В-ИУК 7.3                                                                                                      |
| 2) | УК-9 Способен использовать базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах | ИУК – 9.1 демонстрирует толерантное отношение к людям с ограниченными возможностями здоровья и готовность к конструктивному сотрудничеству с ними в социальной и профессиональной деятельности | Знает: как идентифицировать возможности более глубокого вовлечения лиц с ограниченными возможностями в профессиональную деятельность самосовершенствования.<br>З- ИУК 9.1<br>Умеет: аргументированно объяснять ценность многообразия и опровергать стереотипы в отношении лиц с ограниченными возможностями.<br>У- ИУК 9.1<br>Владеет: способами вовлечения лиц с ограниченными возможностями в профессиональную деятельность.<br>В- ИУК 9.1 |

## 2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к основной части Блока 1 «Дисциплины» образовательной программы.

## 3. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины «Физическая культура и спорт» составляет 2 зачетных единицы 72 часа (таблица 2).

Содержание дисциплины «Физическая культура и спорт» представлено в таблицах 2 – 6.

Таблица 2. Структура дисциплины

Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ по семестрам

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

| Вид учебной работы                                                                                                                                                                   | Трудоёмкость    |                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|---------------------|
|                                                                                                                                                                                      | час.<br>всего/* | В т.ч. по семестрам |
|                                                                                                                                                                                      |                 | № 1                 |
| Общая трудоёмкость дисциплины по учебному плану                                                                                                                                      | 72              | 72                  |
| 1. Контактная работа:                                                                                                                                                                | 28,2            | 28,2                |
| Аудиторная работа                                                                                                                                                                    |                 |                     |
| в том числе:                                                                                                                                                                         |                 |                     |
| лекции (Л)                                                                                                                                                                           | 28              | 28                  |
| практические занятия (ПЗ)                                                                                                                                                            |                 |                     |
| лабораторные работы (ЛР)                                                                                                                                                             |                 |                     |
| курсовая работа (проект) (КР/КП) (консультация, защита)                                                                                                                              |                 |                     |
| промежуточная аттестация (экзамен)                                                                                                                                                   |                 |                     |
| ИКР                                                                                                                                                                                  | 0,2             | 0,2                 |
| 2. Самостоятельная работа (СРС)                                                                                                                                                      |                 |                     |
| реферат/эссе (подготовка)                                                                                                                                                            |                 |                     |
| курсовая работа/проект (КР/КП) (подготовка)                                                                                                                                          |                 |                     |
| контрольная работа                                                                                                                                                                   |                 |                     |
| самостоятельное изучение разделов, самоподготовка (проработка и повторение лекционного материала и материала учебников и учебных пособий, подготовка к практическим занятиям и т.д.) | 43.8            | 43.8                |
| Вид промежуточного контроля:                                                                                                                                                         | Зачет           |                     |

Таблица 3. Содержание дисциплины

| №<br>п/п | Название раздела дисциплины                                                                                                                                          | Форма образовательной деятельности |                                             | Количество часов        |                                |                           |
|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|---------------------------------------------|-------------------------|--------------------------------|---------------------------|
|          |                                                                                                                                                                      |                                    |                                             | очная форма<br>обучения | очно-заочная<br>форма обучения | заочная форма<br>обучения |
| 1        | 2                                                                                                                                                                    | 4                                  |                                             | 5                       | 6                              | 7                         |
| 1)       | Физическая культура и спорт в общекультурной и профессиональной подготовке обучающихся                                                                               | занятия лекционного типа           | всего                                       | 3.5                     |                                |                           |
|          |                                                                                                                                                                      |                                    | в том числе в форме практической подготовки |                         |                                |                           |
|          |                                                                                                                                                                      | занятия семинарского типа          | всего                                       |                         |                                |                           |
|          |                                                                                                                                                                      |                                    | в том числе в форме практической подготовки |                         |                                |                           |
|          |                                                                                                                                                                      | самостоятельная работа обучающихся |                                             | 5                       |                                |                           |
| 2)       | Структура физической культуры личности. Значение мотивации в сфере физической культуры. Проблемы формирования мотивации обучающихся к занятиям физической культурой. | занятия лекционного типа           | всего                                       | 3.5                     |                                |                           |
|          |                                                                                                                                                                      |                                    | в том числе в форме практической подготовки |                         |                                |                           |
|          |                                                                                                                                                                      | занятия семинарского типа          | всего                                       |                         |                                |                           |
|          |                                                                                                                                                                      |                                    | в том числе в форме практической подготовки |                         |                                |                           |
|          |                                                                                                                                                                      | самостоятельная работа обучающихся |                                             | 5                       |                                |                           |
| 3)       | Социально-биологические основы физической культуры                                                                                                                   | занятия лекционного типа           | всего                                       | 3.5                     |                                |                           |
|          |                                                                                                                                                                      |                                    | в том числе в форме практической подготовки |                         |                                |                           |
|          |                                                                                                                                                                      | занятия семинарского типа          | всего                                       |                         |                                |                           |
|          |                                                                                                                                                                      |                                    | в том числе в форме практической подготовки |                         |                                |                           |
|          |                                                                                                                                                                      | самостоятельная работа обучающихся |                                             | 5                       |                                |                           |
| 4)       | Психофизиологические основы учебного                                                                                                                                 | занятия лекционного                | всего                                       | 3.5                     |                                |                           |

|    |                                                                                                           |                                    |                                             |     |  |  |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|---------------------------------------------|-----|--|--|
|    | труда и интеллектуальной деятельности.                                                                    | типа                               | в том числе в форме практической подготовки |     |  |  |
|    |                                                                                                           | занятия семинарского типа          | всего                                       |     |  |  |
|    |                                                                                                           |                                    | в том числе в форме практической подготовки |     |  |  |
|    |                                                                                                           | самостоятельная работа обучающихся |                                             | 5   |  |  |
| 5) | Физические качества и методика их развития. Основы обучения движениям.                                    | занятия лекционного типа           | всего                                       | 3.5 |  |  |
|    |                                                                                                           |                                    | в том числе в форме практической подготовки |     |  |  |
|    |                                                                                                           | занятия семинарского типа          | всего                                       |     |  |  |
|    |                                                                                                           |                                    | в том числе в форме практической подготовки |     |  |  |
|    |                                                                                                           | самостоятельная работа обучающихся |                                             | 5   |  |  |
| 6) | Основы здорового образа жизни студента. Роль физической культуры в обеспечении здоровья.                  | занятия лекционного типа           | всего                                       | 3.5 |  |  |
|    |                                                                                                           |                                    | в том числе в форме практической подготовки |     |  |  |
|    |                                                                                                           | занятия семинарского типа          | всего                                       |     |  |  |
|    |                                                                                                           |                                    | в том числе в форме практической подготовки |     |  |  |
|    |                                                                                                           | самостоятельная работа обучающихся |                                             | 5   |  |  |
| 7) | Основы общей и специальной физической подготовки в системе физического воспитания. Спортивная подготовка. | занятия лекционного типа           | всего                                       | 3.5 |  |  |
|    |                                                                                                           |                                    | в том числе в форме практической подготовки |     |  |  |
|    |                                                                                                           | занятия семинарского               | всего                                       |     |  |  |



|              |                                                                               |                                    |                                                   |           |  |  |
|--------------|-------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|---------------------------------------------------|-----------|--|--|
|              |                                                                               | типа                               | в том числе в форме<br>практической<br>подготовки |           |  |  |
|              |                                                                               | самостоятельная работа обучающихся |                                                   | 5         |  |  |
| 8)           | Профессионально-прикладная физическая<br>подготовка обучающихся               | занятия лекционного<br>типа        | всего                                             | 3.5       |  |  |
|              |                                                                               |                                    | в том числе в форме<br>практической<br>подготовки |           |  |  |
|              |                                                                               | занятия семинарского<br>типа       | всего                                             |           |  |  |
|              |                                                                               |                                    | в том числе в форме<br>практической<br>подготовки |           |  |  |
|              |                                                                               | самостоятельная работа обучающихся |                                                   | 5         |  |  |
| 9)           | Самоконтроль обучающихся, занимающихся<br>физическими упражнениями и спортом. | занятия лекционного<br>типа        | всего                                             |           |  |  |
|              |                                                                               |                                    | в том числе в форме<br>практической<br>подготовки |           |  |  |
|              |                                                                               | занятия семинарского<br>типа       | всего                                             |           |  |  |
|              |                                                                               |                                    | в том числе в форме<br>практической<br>подготовки |           |  |  |
|              |                                                                               | самостоятельная работа обучающихся |                                                   | 3.8       |  |  |
|              | Подготовка к _____ (контроль)                                                 | ИКР                                |                                                   | 0.2       |  |  |
|              | _____                                                                         |                                    |                                                   |           |  |  |
| <b>Итого</b> |                                                                               |                                    |                                                   | <b>72</b> |  |  |

Таблица 4. Содержание занятий лекционного типа

| № п/п | Название раздела дисциплины                                                                                                                                          | Содержание занятий лекционного типа                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Код результата обучения       | Количество часов     |                             |                        |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|----------------------|-----------------------------|------------------------|
|       |                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                               | очная форма обучения | очно-заочная форма обучения | заочная форма обучения |
| 1     | 2                                                                                                                                                                    | 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                               | 5                    | 6                           | 7                      |
| 1)    | Физическая культура и спорт в общекультурной и профессиональной подготовке обучающихся                                                                               | Цель и задачи физического воспитания. Основные понятия, термины физической культуры. Виды физической культуры.<br>Физическая культура и спорт как средства сохранения и укрепления студентов, их физического и спортивного совершенствования.<br>Профессиональная направленность физической культуры. Гуманитарная значимость физической культуры.<br>Основы организации физического воспитания в вузе.                                                                                                                                                             | ИУК-7.1<br>ИУК-7.2<br>ИУК-7.3 | 3.5                  |                             |                        |
| 2)    | Структура физической культуры личности. Значение мотивации в сфере физической культуры. Проблемы формирования мотивации обучающихся к занятиям физической культурой. | Физическая культура личности.<br>Потребность в занятиях физической культурой. Система мотивов. Уровни проявления физической культуры личности. Значение мотивации в сфере физической культуры.<br>Проблемы в повышении мотивации обучающихся и возможные пути решения вопроса.                                                                                                                                                                                                                                                                                      | ИУК-7.1<br>ИУК-7.2<br>ИУК-7.3 | 3.5                  |                             |                        |
| 3)    | Социально-биологические основы физической культуры                                                                                                                   | Организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система. Воздействие природных и социально-экологических факторов на организм и жизнедеятельность человека. Обмен веществ и энергии. Функциональная активность. Гиподинамия. Социальные причины ухудшения зрения. Социально- биологические аспекты психоэмоционального стресса и его воздействие на психофизиологическое состояние человека. Средства физической культуры и спорта в управлении совершенствованием функциональных возможностей организма и психического состояния | ИУК-7.1<br>ИУК-7.2<br>ИУК-7.3 | 3.5                  |                             |                        |

|    |                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                               |     |  |  |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|-----|--|--|
|    |                                                                                          | человека в целях обеспечения умственной и физической деятельности. Физиологические механизмы и закономерности совершенствования отдельных систем организма в процессе занятий физической культурой. Двигательная функция и повышение устойчивости организма человека к различным условиям внешней среды.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                               |     |  |  |
| 4) | Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности               | <p>Средства физической культуры в регулировании работоспособности. Основные понятия. Объективные и субъективные факторы обучения и реакция на них организма обучающихся. Изменение состояния организма, обучающегося под влиянием различных режимов и условий обучения.</p> <p>Работоспособность в умственном труде и влияние на нее внешних и внутренних факторов. Влияние периодичности ритмических процессов в организме на работоспособность обучающихся.</p> <p>Общие закономерности изменения работоспособности студентов в процессе обучения. Работоспособность обучающихся в период промежуточной аттестации. Здоровье и работоспособность обучающихся. Заболеваемость обучающихся в период учебы и ее профилактика.</p> <p>Средства физической культуры в регулировании умственной работоспособности, психоэмоционального и функционального состояния обучающихся. Физические упражнения как средство активного отдыха.</p> | ИУК-7.1<br>ИУК-7.2<br>ИУК-7.3 | 3.5 |  |  |
| 5) | Физические качества и методика их развития. Основы обучения движениям.                   | <p>Двигательные умения и навыки. Перенос двигательных навыков.</p> <p>Развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости).</p> <p>Взаимообусловленность развития физических качеств.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | ИУК-7.1<br>ИУК-7.2<br>ИУК-7.3 | 3.5 |  |  |
| 6) | Основы здорового образа жизни студента. Роль физической культуры в обеспечении здоровья. | <p>Основы здорового образа жизни студента. Роль физической культуры в обеспечении здоровья.</p> <p>Понятие «здоровье», его содержание и критерии.</p> <p>Образ жизни студентов и его влияние на здоровье.</p> <p>Основные требования к организации здорового образа</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | ИУК-7.1<br>ИУК-7.2<br>ИУК-7.3 | 3.5 |  |  |

|    |                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                        |     |  |  |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|-----|--|--|
|    |                                                                                                                  | <p>жизни (ЗОЖ). Влияние окружающей среды на здоровье. Наследственность и ее влияние на здоровье. О связи отклонений в состоянии здоровья с некоторыми аспектами состояния здоровья студенческой молодежи.</p> <p>Направленность поведения человека на обеспечение собственного здоровья. Характеристика составляющих ЗОЖ. Физическое воспитание и самосовершенствование – условие ЗОЖ.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                        |     |  |  |
| 7) | <p>Основы общей и специальной физической подготовки в системе физического воспитания. Спортивная подготовка.</p> | <p>Общая физическая подготовка. Специальная физическая подготовка. Особенности общей и специальной физической подготовки обучающихся разных медицинских групп. Зоны и интенсивность физических нагрузок. Энергозатраты в процессе занятий физической культурой. Значение мышечной релаксации. Роль оздоровительной физкультуры в коррекции физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности обучающихся. Формы занятий физическими упражнениями. Структура и содержание учебного занятия оздоровительной направленности</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <p>ИУК-7.1<br/>ИУК-7.2<br/>ИУК-7.3</p> | 3.5 |  |  |
| 8) | <p>Профессионально-прикладная физическая подготовка обучающихся</p>                                              | <p>Физическая культура и спорт в профессиональной деятельности специалиста. Личная и социально-экономическая необходимость специальной психофизической подготовки человека к труду. Определение понятия «профессионально-прикладная физическая подготовка» (ППФП), ее цели, задачи, средства. Место ППФП в системе физического воспитания обучающихся. Факторы, определяющие конкретное содержание ППФП. Особенности форм и подбора средств ППФП обучающихся, отнесенных к специальной медицинской группе. Понятие производственная физическая культура, ее содержание и составляющие. Роль нетрадиционной гимнастики в профессиональной деятельности специалиста. Особенности выбора форм, методов и средств физической культуры и спорта в рабочее и свободное время специалистов. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма</p> | <p>ИУК-7.1<br/>ИУК-7.2<br/>ИУК-7.3</p> | 3.5 |  |  |

|  |              |                                                                                                                                                                                                                                                            |  |           |  |  |
|--|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------|--|--|
|  |              | средствами физической культуры. Влияние индивидуальных особенностей, географо-климатических условий и других факторов на содержание физической культуры бакалавров. Роль будущих бакалавров по внедрению физической культуры в производственный коллектив. |  |           |  |  |
|  | <b>Итого</b> |                                                                                                                                                                                                                                                            |  | <b>28</b> |  |  |

Таблица 5. Содержание и формы занятий семинарского типа

| №<br>п/<br>п | Название раздела<br>дисциплины | Формы и содержание занятий семинарского типа<br>(семинары, практические занятия, практикумы,<br>лабораторные работы, коллоквиумы и иные<br>аналогичные занятия) | Код результата обучения | Количество часов, в том числе<br>в форме практической подготовки |                                       |                              |
|--------------|--------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|------------------------------|
|              |                                |                                                                                                                                                                 |                         | очная форма<br>обучения                                          | очно-<br>заочная<br>форма<br>обучения | заочная<br>форма<br>обучения |
| 1            | 2                              | 4                                                                                                                                                               | 5                       | 5                                                                | 6                                     | 7                            |
| <b>Итого</b> |                                |                                                                                                                                                                 |                         |                                                                  |                                       |                              |

Таблица 6. Содержание и формы самостоятельной работы обучающихся

| №<br>п/<br>п | Название раздела<br>дисциплины                                                                                                                                       | Формы и содержание самостоятельной работы<br>обучающихся                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Код результата<br>обучения    | Количество часов        |                                       |                              |
|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|-------------------------|---------------------------------------|------------------------------|
|              |                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                               | очная форма<br>обучения | очно-<br>заочная<br>форма<br>обучения | заочная<br>форма<br>обучения |
| 1            | 2                                                                                                                                                                    | 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 4                             | 5                       | 6                                     | 7                            |
| 1            | Физическая культура и спорт в общекультурной и профессиональной подготовке обучающихся                                                                               | Цель и задачи физического воспитания. Основные понятия, термины физической культуры. Виды физической культуры. Физическая культура и спорт как средства сохранения и укрепления студентов, их физического и спортивного совершенствования. Профессиональная направленность физической культуры. Гуманитарная значимость физической культуры.<br>Основы организации физического воспитания в вузе.                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | ИУК-7.1<br>ИУК-7.2<br>ИУК-7.3 | 5                       |                                       |                              |
| 2            | Структура физической культуры личности. Значение мотивации в сфере физической культуры. Проблемы формирования мотивации обучающихся к занятиям физической культурой. | Физическая культура личности.<br>Потребность в занятиях физической культурой. Система мотивов. Уровни проявления физической культуры личности. Значение мотивации в сфере физической культуры.<br>Проблемы в повышении мотивации обучающихся и возможные пути решения вопроса.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | ИУК-7.1<br>ИУК-7.2<br>ИУК-7.3 | 5                       |                                       |                              |
| 3            | Социально-биологические основы физической культуры                                                                                                                   | Организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система. Воздействие природных и социально-экологических факторов на организм и жизнедеятельность человека. Обмен веществ и энергии. Функциональная активность. Гиподинамия. Социальные причины ухудшения зрения. Социально- биологические аспекты психоэмоционального стресса и его воздействие на психофизиологическое состояние человека. Средства физической культуры и спорта в управлении совершенствованием функциональных возможностей организма и психического состояния человека в целях обеспечения умственной и физической деятельности. Физиологические механизмы и закономерности совершенствования отдельных | ИУК-7.1<br>ИУК-7.2<br>ИУК-7.3 | 5                       |                                       |                              |

|   |                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                               |   |  |  |
|---|------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|---|--|--|
|   |                                                                                          | систем организма в процессе занятий физической культурой. Двигательная функция и повышение устойчивости организма человека к различным условиям внешней среды.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                               |   |  |  |
| 4 | Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности               | <p>Средства физической культуры в регулировании работоспособности. Основные понятия. Объективные и субъективные факторы обучения и реакция на них организма обучающихся. Изменение состояния организма, обучающегося под влиянием различных режимов и условий обучения. Работоспособность в умственном труде и влияние на нее внешних и внутренних факторов. Влияние периодичности ритмических процессов в организме на работоспособность обучающихся.</p> <p>Общие закономерности изменения работоспособности студентов в процессе обучения. Работоспособность обучающихся в период промежуточной аттестации. Здоровье и работоспособность обучающихся. Заболеваемость обучающихся в период учебы и ее профилактика. Средства физической культуры в регулировании умственной работоспособности, психоэмоционального и функционального состояния обучающихся. Физические упражнения как средство активного отдыха.</p> | ИУК-7.1<br>ИУК-7.2<br>ИУК-7.3 | 5 |  |  |
| 5 | Физические качества и методика их развития. Основы обучения движениям.                   | <p>Двигательные умения и навыки. Перенос двигательных навыков.</p> <p>Развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости). Взаимообусловленность развития физических качеств.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | ИУК-7.1<br>ИУК-7.2<br>ИУК-7.3 | 5 |  |  |
| 6 | Основы здорового образа жизни студента. Роль физической культуры в обеспечении здоровья. | <p>Основы здорового образа жизни студента. Роль физической культуры в обеспечении здоровья. Понятие «здоровье», его содержание и критерии. Образ жизни студентов и его влияние на здоровье. Основные требования к организации здорового образа жизни (ЗОЖ). Влияние окружающей среды на здоровье. Наследственность и ее влияние на здоровье. О связи отклонений в состоянии здоровья с некоторыми аспектами состояния здоровья студенческой молодежи.</p> <p>Направленность поведения человека на обеспечение собственного здоровья. Характеристика составляющих ЗОЖ. Физическое воспитание и самосовершенствование – условие ЗОЖ.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                 | ИУК-7.1<br>ИУК-7.2<br>ИУК-7.3 | 5 |  |  |

|   |                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                               |     |  |  |
|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|-----|--|--|
| 7 | Основы общей и специальной физической подготовки в системе физического воспитания. Спортивная подготовка. | Общая физическая подготовка. Специальная физическая подготовка. Особенности общей и специальной физической подготовки обучающихся разных медицинских групп. Зоны и интенсивность физических нагрузок. Энергозатраты в процессе занятий физической культурой. Значение мышечной релаксации. Роль оздоровительной физкультуры в коррекции физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности обучающихся. Формы занятий физическими упражнениями. Структура и содержание учебного занятия оздоровительной направленности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | ИУК-7.1<br>ИУК-7.2<br>ИУК-7.3 | 5   |  |  |
| 8 | Профессионально-прикладная физическая подготовка обучающихся                                              | Физическая культура и спорт в профессиональной деятельности специалиста. Личная и социально-экономическая необходимость специальной психофизической подготовки человека к труду. Определение понятия «профессионально-прикладная физическая подготовка» (ППФП), ее цели, задачи, средства. Место ППФП в системе физического воспитания обучающихся. Факторы, определяющие конкретное содержание ППФП. Особенности форм и подбора средств ППФП обучающихся, отнесенных к специальной медицинской группе. Понятие производственной физической культуры, ее содержание и составляющие. Роль нетрадиционной гимнастики в профессиональной деятельности специалиста. Особенности выбора форм, методов и средств физической культуры и спорта в рабочее и свободное время специалистов. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры. Влияние индивидуальных особенностей, географо-климатических условий и других факторов на содержание физической культуры бакалавров. Роль будущих бакалавров по внедрению физической культуры в производственный коллектив. | ИУК-7.1<br>ИУК-7.2<br>ИУК-7.3 | 5   |  |  |
| 9 | Самоконтроль обучающихся, занимающихся физическими упражнениями и спортом.                                | Диагностика и самодиагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями. Врачебный контроль, его содержание. Самоконтроль, его основные методы и показатели, дневник самоконтроля. Корректировка содержания занятий с обучающимися разных медицинских групп по результатам показателей врачебно-педагогического контроля. Показания и противопоказания к занятиям физической культурой для обучающихся. Физиологические состояния и отрицательные реакции организма при занятиях физической культурой и спортом, первая помощь при некоторых                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | ИУК-7.1<br>ИУК-7.2<br>ИУК-7.3 | 3.8 |  |  |



|              |  |                                           |  |      |  |  |
|--------------|--|-------------------------------------------|--|------|--|--|
|              |  | болезненных состояниях и травмах.         |  |      |  |  |
| 10           |  | <i>Самостоятельная подготовка к _____</i> |  |      |  |  |
| <b>Итого</b> |  |                                           |  | 43.8 |  |  |

#### 4. Учебно-методическое обеспечение дисциплины

##### 4.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

Состав лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства, дисциплины «Физическая культура и спорт» представлен в таблице 7.

Таблица 7. Программное обеспечение дисциплины

| № п/п                                             | Программное обеспечение                  | Страна производства | Реквизиты документа                               |
|---------------------------------------------------|------------------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------|
| Лицензионное программное обеспечение              |                                          |                     |                                                   |
| 1.                                                | КОМПАС-3D                                | Россия              |                                                   |
| 2.                                                | SmetaWIZARD                              | Россия              | 2720.6/46д-2023 от 14.04.2023                     |
| 3.                                                | nanoCAD                                  | Россия              |                                                   |
| 4.                                                | НордМастер+НордКлиент                    | Россия              |                                                   |
| 5.                                                | Антиплагиат                              | Россия              | Договор №6602 от 07.04.2023                       |
| 6.                                                | Консультант+                             | Россия              | Договор № 03721000213220000270001 от 26.12.2022   |
| 7.                                                | ЛИРАсофт                                 | Россия              | Соглашение о сотрудничестве №201690 от 09.10.2020 |
| Свободно распространяемое программное обеспечение |                                          |                     |                                                   |
| 8.                                                | Adobe Acrobat Reader DC                  | США                 | открытое лицензионное соглашение GNU              |
| 9.                                                | AdobeFoxitReader                         | США                 | открытое лицензионное соглашение GNU              |
| 10.                                               | 7Zip                                     | США                 | открытое лицензионное соглашение GNU              |
| 11.                                               | Яндекс браузер                           | Россия              | открытое лицензионное соглашение GNU              |
| 12.                                               | Браузер «Спутник»                        | РФ                  |                                                   |
| 13.                                               | Консультант +                            |                     |                                                   |
| 14.                                               | Обучающая среда - Moodle (lms.spbgau.ru) | Австралия           | Свободный доступ                                  |
| 15.                                               | «Наш сад»                                | Россия              | Соглашение от 2013 года                           |
| 16.                                               | Scilab                                   | Франция             | Свободный доступ                                  |

## 4.2 Учебное обеспечение дисциплины

Учебное обеспечение дисциплины «Физическая культура и спорт» представлено в таблице 8.

Таблица 8. Обеспеченность дисциплины учебными изданиями

| № п/п | Учебное издание                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Вид учебного издания | Количество экземпляров |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|------------------------|
| 1     | Ципин, Л. Л. Физическая культура с основами здорового образа жизни : учеб.пособие для вузов / Л. Л. Ципин ; С.-Петербург.гос.акад.физ.культуры им.П.С.Лесгафта. - СанктПетербург, 2002. - 163с.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | печатное             | 23                     |
| 2     | Возникновение и история развития физической культуры : учебное пособие для обучающихся по направлениям подготовки бакалавриата / М-во сел. хоз-ва РФ, С.-Петерб. гос. аграр. ун-т, Каф. физического воспитания; авт.: В. Б. Трясов, А. С. Мартынов, М. П. Анисимов. - Санкт-Петербург : СПбГАУ, 2016. - 84 с.                                                                                                                                                                                                              | печатное             | 35                     |
| 3     | Анисимов, М. П. Физическая культура в современной России: учебное пособие для обучающихся по направлениям подготовки бакалавриата : [16+] / М. П. Анисимов. – Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский государственный аграрный университет (СПбГАУ), 2020. – 86 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=613175">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=613175</a> – Библиогр.: с. 85. – Текст электронный.                                               | электронное          | -                      |
| 4     | Анисимов, М. П. История возникновения и развития физической культуры: учебное пособие для обучающихся по направлениям подготовки бакалавриата : [16+] / М. П. Анисимов, В. Б. Трясов. – 2-е изд., доп. – Санкт-Петербург : СанктПетербургский государственный аграрный университет (СПбГАУ), 2020. – 78 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=613176">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=613176</a> – Библиогр.: с. 77. – Текст : электронный. . | электронное          | -                      |

### 4.3 Методическое обеспечение дисциплины

Методическое обеспечение дисциплины «Физическая культура и спорт» представлено в таблице 9.

Таблица 9. Обеспеченность дисциплины методическими изданиями

| № п/п | Методическое издание                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Вид методического издания | Количество экземпляров |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|
| 1     | Олимпийское образование: история и развитие Международного олимпийского движения : учебное пособие / Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «СевероКавказский федеральный университет» ; авт.-сост. О.В. Горбатов. - 2-е изд., доп. - Ставрополь : СКФУ, 2014. - 124 с. : ил. - Библиогр. в кн. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=457483">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=457483</a> .                                      | электронное               | -                      |
| 2     | Чертов, Н.В. Физическая культура : учебное пособие / Н.В. Чертов ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Южный федеральный университет», Педагогический институт, Факультет физической культуры и спорта. - Ростов : Издательство Южного федерального университета, 2012. - 118 с. - библиогр. с: С. 112. - ISBN 978-5-9275-0896-9 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=241131">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=241131</a> . | электронное               | -                      |

### 4.4 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Состав современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем дисциплины «Физическая культура и спорт» представлен в таблице 10.

Таблица 10. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

| № п/п | Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы | Режим доступа |
|-------|------------------------------------------------------------------------------|---------------|
|-------|------------------------------------------------------------------------------|---------------|

|    |                                                                                                                                                                     |                                   |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|
| 1) | Лицензионный договор № 47<br>ГК/2022 от 28.12.2022<br>ООО «Издательство Лань»<br>«Единая профессиональная база<br>знаний для аграрных вузов -<br>Издательство Лань» | <i>с 01.01.2023 по 31.12.2024</i> |
| 2) | Контракт № 3 ГК/2023 от<br>02.05.2023<br>ООО «СЦТ»/Университетская<br>библиотека on-line (базовый)                                                                  | <i>с 18.05.2023 по 17.05.2024</i> |
| 3) | Лицензионный договор № SU-<br>1688/2023<br>на доступ к электронным<br>изданиям в составе базы данных<br>«НАУЧНАЯ ЭЛЕКТРОННАЯ<br>БИБЛИОТЕКА eLIBRARY.RU»             | <i>с 01.05.2023 по 30.04.2024</i> |

## **5. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

Материально-техническое обеспечение дисциплины «Физическая культура и спорт» представлено в таблице 11.

Таблица 11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Таблица 11. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

| №<br>п/п | Наименование помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом, в том числе помещения для самостоятельной работы, с указанием перечня основного оборудования, технических средств обучения используемого программного обеспечения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Адрес (местоположение) помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом |
|----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1        | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 3                                                                                                               |
| 1        | <p><b>1. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа</b></p> <p>1.1 Аудитория №1106</p> <p>Перечень основного оборудования</p> <p>1. парты со скамьей - 10шт.</p> <p>2. доска меловая - 1 шт.</p> <p>3. экран для проектора - 1 шт.</p> <p>4. проектор - 1 шт.</p> <p>5. аудиоколонки - 1 шт.</p> <p>6. стационарный компьютер - 1 шт.</p> <p>7. трибуна с микрофоном - 1 шт.</p> <p>Перечень технических средств обучения</p> <p>1. счетчик для оценки силовой оценки мышц рук – 2 шт.</p> <p>2. кистевой динамометр – 2 шт.</p> <p>3. спирометр – 1 шт.</p> <p>4. электронный тонометр – 1 шт.</p> <p>5. электронный кистевой тонометр – 1 шт.</p> <p>6. электронный пульсометр для мониторинга работоспособности сердечно-сосудистой системы POLAR – 1 шт.</p> <p>Программное обеспечение</p> <p>1. Microsoft Контракт на оказание услуг № 03721000213210000390001 от 22.12.2021</p> | <p>196601, Санкт-Петербург, город Пушкин,<br/>Петербургское шоссе, д. 2, литер А</p>                            |

## **6. Особенности реализации дисциплины в отношении лиц из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

*Для инвалидов и лиц с ОВЗ может изменяться объём дисциплины в часах, выделенных на контактную работу обучающегося с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающегося (при этом не увеличивается количество зачётных единиц, выделенных на освоение дисциплины).*

### **Специальные условия, обеспечиваемые в процессе преподавания дисциплины**

#### **Студенты с нарушениями зрения:**

- предоставление образовательного контента в текстовом электронном формате, позволяющем переводить плоскопечатную информацию в аудиальную или тактильную форму;
- возможность использовать индивидуальные устройства и средства, позволяющие адаптировать материалы, осуществлять приём и передачу информации с учетом индивидуальных особенностей, и состояния здоровья студента;
- предоставление возможности предкурсового ознакомления с содержанием учебной дисциплины и материалом по курсу за счёт размещения информации на корпоративном образовательном портале;
- использование чёткого и увеличенного по размеру шрифта, и графических объектов в мультимедийных презентациях;
- использование инструментов «лупа», «прожектор» при работе с интерактивной доской;
- озвучивание визуальной информации, представленной обучающимся в ходе занятий;
- обеспечение раздаточным материалом, дублирующим информацию, выводимую на экран;
- наличие подписей и описания у всех используемых в процессе обучения рисунков и иных графических объектов, что даёт возможность перевести письменный текст в аудиальный;
- обеспечение особого речевого режима преподавания: лекции читаются громко, разборчиво, отчётливо, с паузами между смысловыми блоками информации, обеспечивается интонирование, повторение, акцентирование, профилактика рассеивания внимания;
- минимизация внешнего шума и обеспечение спокойной аудиальной обстановки;
- возможность вести запись учебной информации студентами в удобной для них форме (аудиально, аудиовизуально, на ноутбуке, в виде пометок в заранее подготовленном тексте);
- увеличение доли методов социальной стимуляции (обращение

внимания, апелляция к ограничениям по времени, контактные виды работ, групповые задания и др.) на практических и лабораторных занятиях;

- минимизирование заданий, требующих активного использования зрительной памяти и зрительного внимания;
- применение поэтапной системы контроля, более частый контроль выполнения заданий для самостоятельной работы.

**Студенты с нарушениями опорно-двигательного аппарата (маломобильные студенты, студенты, имеющие трудности передвижения и патологию верхних конечностей):**

- возможность использовать специальное программное обеспечение и специальное оборудование и позволяющее компенсировать двигательное нарушение (коляски, ходунки, трости и др.);
- предоставление возможности предкурсового ознакомления с содержанием учебной дисциплины и материалом по курсу за счёт размещения информации на корпоративном образовательном портале;
- применение дополнительных средств активизации процессов запоминания и повторения;
- опора на определенные и точные понятия;
- использование для иллюстрации конкретных примеров;
- применение вопросов для мониторинга понимания;
- разделение изучаемого материала на небольшие логические блоки;
- увеличение доли конкретного материала и соблюдение принципа от простого к сложному при объяснении материала;
- наличие чёткой системы и алгоритма организации самостоятельных работ и проверки заданий с обязательной корректировкой и комментариями;
- увеличение доли методов социальной стимуляции (обращение внимания, апелляция к ограничениям по времени, контактные виды работ, групповые задания др.);
- обеспечение беспрепятственного доступа в помещения, а также пребывания них;
- наличие возможности использовать индивидуальные устройства и средства, позволяющие обеспечить реализацию эргономических принципов и комфортное пребывание на месте в течение всего периода учёбы (подставки, специальные подушки и др.).

**Студенты с нарушениями слуха (глухие, слабослышащие, позднооглохшие):**

- предоставление образовательного контента в текстовом электронном формате, позволяющем переводить аудиальную форму лекции в плоскостную информацию;
- наличие возможности использовать индивидуальные



звукоусиливающие устройства и сурдотехнические средства, позволяющие осуществлять приём и передачу информации;

- осуществлять взаимобратный перевод текстовых и аудиофайлов (блокнот для речевого ввода), а также запись и воспроизведение зрительной информации;

- наличие системы заданий, обеспечивающих систематизацию вербального материала, его схематизацию, перевод в таблицы, схемы, опорные тексты, глоссарий;

- наличие наглядного сопровождения изучаемого материала (структурно-логические схемы, таблицы, графики, концентрирующие и обобщающие информацию, опорные конспекты, раздаточный материал);

- наличие чёткой системы и алгоритма организации самостоятельных работ и проверки заданий с обязательной корректировкой и комментариями;

- обеспечение практики опережающего чтения, когда студенты заранее знакомятся с материалом и выделяют незнакомые и непонятные слова и фрагменты;

- особый речевой режим работы (отказ от длинных фраз и сложных предложений, хорошая артикуляция; четкость изложения, отсутствие лишних слов; повторение фраз без изменения слов и порядка их следования;

- обеспечение зрительного контакта во время говорения и чуть более медленного темпа речи, использование естественных жестов и мимики);

- чёткое соблюдение алгоритма занятия и заданий для самостоятельной работы (называние темы, постановка цели, сообщение и запись плана, выделение основных понятий и методов их изучения, указание видов деятельности студентов и способов проверки усвоения материала, словарная работа);

- соблюдение требований к предъявляемым учебным текстам (разбивка текста на части; выделение опорных смысловых пунктов; использование наглядных средств);

- минимизация внешних шумов;

- предоставление возможности соотносить вербальный и графический материал; комплексное использование письменных и устных средств коммуникации при работе в группе;

- сочетание на занятиях всех видов речевой деятельности (говорения, слушания, чтения, письма, зрительного восприятия с лица говорящего).

**Студенты с прочими видами нарушений (ДЦП с нарушениями речи, заболевания эндокринной, центральной нервной и сердечно-сосудистой систем, онкологические заболевания):**

- наличие возможности использовать индивидуальные устройства и средства, позволяющие осуществлять приём и передачу информации;

- наличие системы заданий, обеспечивающих систематизацию вербального материала, его схематизацию, перевод в таблицы, схемы, опорные тексты, глоссарий;

- наличие наглядного сопровождения изучаемого материала;
- наличие чёткой системы и алгоритма организации самостоятельных работ и проверки заданий с обязательной корректировкой и комментариями;
- обеспечение практики опережающего чтения, когда студенты заранее ознакомятся с материалом и выделяют незнакомые и непонятные слова и фрагменты;
- предоставление возможности соотносить вербальный и графический материал; комплексное использование письменных и устных средств коммуникации при работе в группе;
- сочетание на занятиях всех видов речевой деятельности (говорения, слушания, чтения, письма, зрительного восприятия с лица говорящего);
- предоставление образовательного контента в текстовом электронном формате;
- предоставление возможности предкурсового ознакомления с содержанием учебной дисциплины и материалом по курсу за счёт размещения информации на корпоративном образовательном портале;
- возможность вести запись учебной информации студентами в удобной для них форме (аудиально, аудиовизуально, в виде пометок в заранее подготовленном тексте);
- применение поэтапной системы контроля, более частый контроль выполнения заданий для самостоятельной работы,
- стимулирование выработки у студентов навыков самоорганизации и самоконтроля;
- наличие пауз для отдыха и смены видов деятельности по ходу занятия.