

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Рахаев Анатолий Измаилович

Должность: И. о. Ректора

Дата подписания: 07.09.2026 15:54:36

Уникальный программный ключ:

b049feef759df6f58f67585b9b02302ddf293921

МИНИСТЕРСТВО КУЛЬТУРЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ ИСКУССТВ»
КАФЕДРА ОБЩИХ ГУМАНИТАРНЫХ
И СОЦИАЛЬНО-ЭКОНОМИЧЕСКИХ ДИСЦИПЛИН

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе,
профессор

Ахмедагаев М.М. _____
27 августа 2026г.

Рабочая программа дисциплины

Физическая культура и спорт

Направление подготовки

51.03.05 Режиссура театрализованных представлений и праздников

Направленность (профиль)

Театрализованные представления и праздники

Уровень высшего образования

Бакалавриат

Квалификация

Бакалавр

Форма обучения – **очная/заочная**

Нормативный срок обучения

очная форма – 4 года

заочная форма – 5 лет

**Нальчик
2026**

Рабочая программа дисциплины «Физическая культура и спорт» /сост. Мамбетов Ю.В. – Нальчик: *СКГИИ*, 2026. Рабочая программа дисциплины (модуля) предназначена для студентов *очной/заочной* формы обучения по направлению подготовки 51.03.05 «Режиссура театрализованных представлений и праздников», направленность (профиль) «Театрализованные представления и праздники»

Рабочая программа составлена с учетом федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – по направлению подготовки 51.03.05 «Режиссура театрализованных представлений и праздников», утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 12.03.2015 N 205 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 51.03.05 Режиссура театрализованных представлений и праздников (уровень бакалавриата)" (Зарегистрировано в Минюсте России 27.03.2015 N 36611)

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель изучения дисциплины: формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки к будущей профессиональной деятельности.

Задачи курса: понимание роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности; знание научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни; овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности; приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО

Блок 1, Дисциплины (модули) «Обязательная часть».

Физическая культура входит обязательным разделом в гуманитарный компонент образования, значимость которого осуществляется гармонизацией духовных и физических сил, формированием таких общечеловеческих ценностей, как здоровье, физическое и психологическое благополучие, физическое совершенство.

Содержание рабочей программы по дисциплине «Физическая культура и спорт» в институте определено требованиями к результатам освоения основных образовательных программ бакалавриата Федерального государственного стандарта высшего образования (ФГОС ВО).

Физическая культура является неотъемлемой частью формирования общей и профессиональной культуры личности современного бакалавра и специалиста. Как учебная дисциплина, обязательная для всех специальностей, она обеспечивает общую и профилированную физическую готовность, является одним из средств формирования всесторонне развитой личности, фактором укрепления здоровья, оптимизации физического и психофизиологического состояния студентов. Рабочая программа по физической культуре является организационно-программным документом, который определяет основное содержание физического образования и воспитания.

3. ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ОСВОЕНИЯ СОДЕРЖАНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина направлена на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и ОПОП ВО по направлению подготовки 51.03.05 «Режиссура театрализованных представлений и праздников».

Код и наименование компетенции выпускника

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Результаты обучения

В результате изучения дисциплины бакалавр должен:

Знать:

- методы сохранения и укрепления физического здоровья и уметь использовать их для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;
- социально-гуманитарную ценностную роль физической культуры и спорта в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- роль физической культуры и принципы здорового образа жизни в развитии человека и его готовности к профессиональной деятельности;

- влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;
- способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;
- правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности.

Уметь:

- организовывать режим времени, приводящий к здоровому образу жизни;
- использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни;
- выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнения атлетической гимнастики;
- выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации;
- преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения;
- выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки.

Владеть:

- опытом спортивной деятельности, физическим самосовершенствованием и самовоспитанием;
- способностью к организации своей жизни в соответствии с социально-значимыми представлениями о здоровом образе жизни;
- методикой самостоятельных занятий и самоконтроля за состоянием своего организма.
- методикой повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья и подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооруженных Силах Российской Федерации;
- методикой организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Объем дисциплины, виды учебной деятельности и отчетности

Общая трудоемкость дисциплины (включая контактную работу) включает в себя аудиторную (учебную), самостоятельную работу, а также виды текущей и промежуточной аттестации.

Вид учебной работы	Зачетные единицы	Количество академических часов	Формы контроля (по семестрам)	
			Экзамен	Зачет
Очная форма обучения				
Общая трудоемкость	2	72		2
Аудиторные занятия		70		
Самостоятельная работа		2		
Заочная форма обучения				
Общая трудоемкость	2	72		2
Аудиторные занятия		4		
Самостоятельная работа		68		

4.2. Содержание дисциплины, формы текущего, промежуточного, итогового контроля

№	Наименование тем и/или разделов/тем дисциплины	Аудиторные занятия очн/заочн	Самостоятельная работа очн/заочн	Формы текущего контроля успеваемости, форма промежуточной аттестации (по семестрам)
1	Легкая атлетика	6/1	6	
2	Подвижные игры	6	6	
3	Спортивные игры (баскетбол)	6	6	
4	Общеразвивающие и специальные упражнения	8	1/8	
5	Гимнастика	6/1	6	
6	Гимнастика	6	6	
7	Подвижные игры	6	6	
8	Спортивные игры (волейбол)	8/1	6	
9	Мини-футбол	6	1/6	
10	Аэробика	6	6	
11	Легкая атлетика	6/1	6	
	Итого	70/4	2/68	Зачет – 2

** В том числе контактная работа – очная форма – 72 ч., заочная форма – 16 ч. – практические занятия, консультирование при подготовке реферата, зачета

5.Оценочные средства для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

В СКГИИ практикуется пятибалльная система оценки успеваемости обучающихся, которая позволяет преподавателю, как единовременно, так и накопительно оценить уровень освоения материала обучающимися.

Краткие экспресс-вопросы, проводимые в конце каждой лекции, позволяют оценить не только знания обучающихся, а развернутые ответы на семинарских занятиях, защита рефератов, проектов, позволяют определить уровень сформированности компетенции посредством проверки умений и навыков работы с текстом, таблицами, в непосредственном контакте с коллективом и педагогом.

На лекциях студенту рекомендуется внимательно слушать учебный материал, записывать основные моменты, идеи, пытаться сразу понять главные положения темы, а если что не ясно – делать соответствующие пометки. После лекции во внеурочное время целесообразно прочитать записанный материал с целью его усвоения и выяснения непонятных вопросов.

5.1.Контроль освоения дисциплины

Изучение дисциплины «Педагогика» сопровождается методами контроля, позволяющими оценить знания, умения и уровень приобретенных компетенций.

В рамках изучения студентами данной дисциплины предусмотрены:

- *текущий контроль*, который осуществляется в форме устных и письменных ответов на семинарских занятиях, практических работ. За данную работу студентам проставляются оценки;

- *Задания для самостоятельной работы* оцениваются исходя из отмеченных выше требований. Ответы предоставляются в письменной форме (печатной, непосредственно преподавателю, или электронной).

- *итоговая форма контроля* - зачет

Зачет проводится в форме собеседования по билетам. В билете содержит два теоретических вопроса. На подготовку ответов отводится 30 минут. Оценка знаний производится по 4-х балльной шкале.

Критерии оценивания

«Отлично» (зачтено): Ответ полный, развернутый. Вопрос точно и исчерпывающе передан, терминология сохранена, студент превосходно владеет основной и дополнительной литературой, ошибок нет.

«Хорошо» (зачтено): Ответ полный, хотя краток, терминологически правильный, нет существенных недочетов. Студент хорошо владеет пройденным программным материалом; владеет основной литературой, суждения правильны.

«Удовлетворительно» (зачтено): Ответ неполный. В терминологии имеются недостатки. Студент владеет программным материалом, но имеются недочеты. Суждения фрагментарны.

«Неудовлетворительно» (не зачтено): не использована специальная терминология. Ответ неверен. Переданы лишь отдельные фрагменты соответствующего материала вопроса. Ответ не соответствует вопросу или вовсе не дан.

Зачет может быть выставлен автоматически, если студент выполнил необходимые задания в течение семестра на соответствующем уровне (исходя из представленных выше шкал оценивания).

На ответ студенту отводится от 10 до 20 минут.

5.2. Фонд оценочных средств

Тесты по дисциплине

1. Вид воспитания, специфическим содержанием которого являются обучение движениям, воспитание физических качеств, овладение специальными физкультурными знаниями и формирование осознанной потребности в физкультурных занятиях, называется:

- А. физической культурой
- В. физической подготовкой
- С. физическим воспитанием
- Д. физическим образованием

2. Физическая культура представляет собой:

- А. учебная дисциплина в вузе
- В. выполнение физических упражнений на уроках, тренировках, в самостоятельных занятиях
- С. часть человеческой культуры, которая ориентирована на процесс совершенствования возможностей человека

D. круг представлений, конкретных знаний и умений, связанных с культурой тела, культурой физического здоровья

3. Результатом физической подготовки является:

- A. физическое развитие индивидуума
- B. физическое воспитание
- C. физическое совершенство
- D. физическая подготовленность

4. К показателям, характеризующим физическое развитие человека, относятся:

- A. показатели уровня физической подготовленности
- B. показатели телосложения, здоровья и развития физических качеств
- C. уровень и качество сформированных жизненно важных двигательных умений и навыков
- D. уровень и качество сформированных спортивных двигательных умений и навыков

5. На современном этапе развития общества основными критериями физического совершенства, служат:

- A. показатели телосложения
- B. показатели здоровья
- C. уровень и качество сформированных двигательных умений и навыков
- D. нормативы и требования государственных программ по физической культуре

6. Основными специфическими средствами физического воспитания являются:

- A. физические упражнения
- B. оздоровительные силы природы
- C. гигиенические факторы
- D. тренажеры, гантели, гири

7. Физические упражнения - это:

- A. двигательные действия, которые направлены на формирование двигательных умений и навыков
- B. виды двигательных действий, направленных на морфологические и функциональные перестройки организма
- C. двигательные действия, которые направлены на реализацию задач физического воспитания
- D. виды двигательных действий, направленных на изменения форм телосложения и развитие физических качеств

8. Педагогический процесс, направленный на формирование двигательных навыков, психофизических качеств, достижение физического совершенства:

- A. физическая культура
- B. физическое развитие
- C. физическое воспитание
- D. физическая подготовленность

9. Уровень развития двигательных умений, навыков, физических качеств, который определяется контрольными нормативами:

- A. физическое развитие
- B. физическая культура
- C. физическое совершенство
- D. физическая подготовленность

10. Основными задачами физического воспитания студентов являются (выбрать три ответа):

- A. развивающие
- B. оздоровительные

- С. познавательные
- Д. воспитательные
- Е. образовательные

11. Осознанные двигательные действия, специально подобранные для решения задач физического воспитания:

- А. двигательные умения
- В. двигательные навыки
- С. физические упражнения
- Д. средства физического воспитания

12. Рациональный способ выполнения движения:

- А. техника физического упражнения
- В. форма физического упражнения
- С. содержание физического упражнения
- Д. физические упражнения

13. Гимнастика, подвижные игры, спорт, туризм:

- А. двигательные действия
- В. двигательные умения и навыки
- С. физические упражнения
- Д. средства физического воспитания

14. Естественный процесс постепенного становления и изменения форм и функций организма и развитие физических качеств:

- А. физическое воспитание
- В. физическое развитие
- С. физическая подготовленность
- Д. физическое совершенствование

15. В понятие «физическая культура» входят компоненты (выбрать три ответа):

- А. физическое воспитание
- В. физическая реабилитация
- С. спорт
- Д. социализация личности
- Е. физическая рекреация

16. В качестве средств физической культуры используются (выбрать два ответа):

- А. естественные силы природы (солнце, воздух, вода)
- В. спортивный инвентарь и оборудование
- С. учебно-спортивная база
- Д. гигиенические факторы

17. Физическое развитие представляет собой:

- А. процесс, который обеспечивает развитие физических качеств
- В. обучение технике двигательных действий
- С. биологический процесс становления, изменения морфологических и функциональных свойств организма в течение жизни человека

Д. изменение массы тела человека, его роста, жизненной емкости легких, ударного объема сердца, частоты сердечных сокращений

18. Физическая подготовленность характеризуется:

- А. уровнем работоспособности
- В. высокими результатами в учебной, трудовой и спортивной деятельности
- С. высокой устойчивостью к воздействию неблагоприятных условий внешней среды и различным заболеваниям
- Д. хорошим развитием систем организма человека

19. С какого года (дата официального упоминания) проводились Олимпийские игры Древней Греции?

- A. 776 год до н.э.
- B. 394 год н.э.
- C. 1712 год
- D. 1986 год

20. Кто возродил Олимпийские игры современности?

- A. Пьер де Кубертен
- B. Томас Бах
- C. Хуан Антонио Самаранч
- D. Жак Рогг

21. В каком году прошли I Олимпийские игры современности?

- A. в 1904
- B. в 1892
- C. в 1996
- D. в 1896

22. С какого года начали проводиться официально зимние Олимпийские игры?

- A. 1992
- B. 1994
- C. 1924
- D. 1926

23. Сколько колец на эмблеме Олимпийских игр?

- A. пять
- B. два
- C. четыре
- D. три

24. В каком году был подписан Указ Президента РФ «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)?

- A. 1994
- B. 2002
- C. 1985
- D. 2014

25. Сколько обязательных испытаний в шестой ступени Комплекса ГТО?

- A. два
- B. три
- C. четыре
- D. пять

26. Умственное утомление это:

- A. объективное состояние организма человека
- B. субъективное ощущение человека
- C. психофизиологическая особенность человека

27. Умственная усталость это:

- A. субъективное ощущение человека
- B. объективное состояние организма
- C. психологическая особенность человека

28. При умственной работе в деятельности сердечно-сосудистой системы происходит (выбрать два ответа):

- A. увеличение кровенаполнения сосудов головного мозга
- B. сужение сосудов внутренних органов
- C. расширение периферических сосудов конечностей
- D. расширение сосудов внутренних органов

29. В процессе продолжительной умственной работы происходит:

- A. увеличение времени реакции
- B. уменьшение времени реакции
- C. снижение устойчивости внимания
- D. повышение сосредоточения внимания

30. Факторами, влияющими на улучшение умственной работоспособности являются (выбрать три ответа):

- A. пониженная температура воздуха
- B. хорошее состояние здоровья
- C. тишина
- D. шум
- E. хорошая освещенность рабочего помещения

Вопросы к зачету:

1. Определение понятия «физическая культура».
2. Социальные функции физической культуры.
3. Основные составляющие физической культуры.
4. Определение понятия «физическое воспитание».
5. Определение понятия физической подготовленности.
6. Определение понятия «спорт».
7. Основные формы организации физического воспитания в вузе.
8. Что являлось единственным состязанием первых тридцати игр древности?
9. Чем награждались победители олимпийских игр древности?
10. С какой целью возродил Олимпийские игры барон де Кубертен?
11. Что означает каждое из пяти колец?
12. Назовите традиционные ритуалы олимпийских игр современности.
13. Какие виды спорта входят в обязательную программу летних и зимних видов спорта?
14. Каковы цели введения комплексов БГТО и ГТО?
15. Назовите главные задачи возрождения физкультурно-спортивного комплекса.
16. Назовите ступени ВФСК ГТО.
17. Назовите виды испытаний Комплекса.
18. Определение понятия «организм человека»
19. Определение понятия «физическое развитие».
20. Форма и функции костей скелета человека.
21. Представление об опорно-двигательном аппарате.
22. Представление о сердечно-сосудистой системе.
23. Представление о дыхательной системе.
24. Пищеварение.
25. Определение понятия «двигательная активность».
26. Что такое адаптация организма?
27. Что такое обмен веществ?
28. Определение понятия «работоспособность».
29. Определение понятия «усталость», «утомление».
30. Определение понятия «гипокинезия», «гиподинамия».
31. Общий эффект воздействия физических упражнений на организм.
32. Локальный эффект воздействия физических упражнений на организм.
33. Краткая характеристика деятельности систем кровообращения, дыхания, энергообеспечения при мышечной работе.
34. Определение понятия «релаксация», «рекреация».
35. Изменение работоспособности в течение рабочего дня.

36. Изменение работоспособности в течение учебной недели.
37. Изменение работоспособности по семестрам и в целом за учебный год.
38. Средства физической культуры в регулировании психо-эмоционального и функционального состояния студентов в экзаменационный период.
39. Использование малых форм физической культуры в режиме учебного труда студентов.
40. Влияние наследственности на физическое развитие и на жизнедеятельность человека.
41. Определение понятия «здоровье».
42. Определение понятия «здоровый образ жизни».
43. Назвать составляющие здорового образа жизни.
44. Режим труда и отдыха.
45. Организация режима питания.
46. Личная гигиена и закаливание.
47. Оптимальный недельный объем двигательной активности необходим для людей разного возраста.
48. Отрицательные последствия вредных привычек (курение, алкоголизм, наркомания и др.) для организма человека.
49. Почему занятия физической культурой являются активным средством профилактики вредных привычек?
50. Роль и значение физической культуры в формировании здорового образа жизни.

Самостоятельная работа. Вопросы для подготовки.

1. Гуманитарная значимость физической культуры.
2. Анализаторы.
3. Железы внутренней секреции.
4. Система кровообращения. Ее основные составляющие.
5. Представление об обмене белков и его роль в мышечной деятельности.
6. Представление об обмене углеводов при физических нагрузках.
7. Критерии эффективности здорового образа жизни.
8. Влияние на работоспособность студентов индивидуальной периодичности ритмических процессов в организме.
9. Средства физической культуры в регулировании психоэмоционального и функционального состояния студентов в экзаменационный период.
10. Структура подготовленности спортсмена.
11. Значение мышечной релаксации.
12. Энергозатраты при мышечных нагрузках разной интенсивности.
13. Гигиена самостоятельных занятий.
14. Международные студенческие соревнования.
15. Дневник самоконтроля.
16. Производственная физическая культура в рабочее время.

Темы рефератов

1. Физическая культура и спорт как социальный феномен современного общества.
2. Основные составляющие физической культуры.
3. Средства физической культуры.
4. Социальные функции физической культуры.
5. Современное Олимпийское движение.
6. Летние Олимпийские игры.
7. Зимние Олимпийские игры.

8. Паралимпийские игры.
9. История развития олимпийского движения (Древняя Греция).
10. Олимпийские Игры современности, герои отечественного спорта.
11. Студенческий спорт. История проведения Универсиад.
12. История комплекса ГТО и БГТО.
13. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО).
14. Дыхательная система. Рекомендации по дыханию на занятиях физической культуры.
15. Влияние физических упражнений на опорно-двигательный аппарат.
16. Сердечно-сосудистая система и ее связь с физической нагрузкой.
17. Двигательная активность и ее влияние на устойчивость, и адаптационные возможности человека к умственным и физическим нагрузкам при различных воздействиях внешней среды.
18. Физиологическое состояние организма при занятиях физическими упражнениями.
19. Здоровье человека как ценность и факторы его определяющие.
20. Здоровый образ жизни студента и его составляющие.
21. Основы правильного питания.
22. Витамины и их роль в обмене веществ. Регуляция обмена веществ.
23. Закаливание как средство физической культуры.
24. Профилактика вредных привычек.
25. Методы оценки уровня здоровья занимающихся.
26. Значение средств физической культуры в повышении работоспособности студентов и профилактике утомления.
27. Средства и методы мышечной релаксации в спорте.
28. Оценка двигательной активности и суточных энергетических затрат.
29. Основы методики самомассажа.
30. Интенсивность физических нагрузок в условиях самостоятельных занятий у лиц разного возраста.
31. Методы самоконтроля за функциональным состоянием организма (функциональные пробы).
32. Методические принципы физического воспитания.
33. Методы физического воспитания.
34. Быстрота и методика ее развития.
35. Сила и методика ее развития.
36. Выносливость и методика ее развития.
37. Ловкость и гибкость методика их развития.
38. Массовый спорт и спорт высших достижений, их цели и задачи.
39. Вид спорта (по выбору).
40. Врачебный и педагогический контроль.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

6.1. Основная литература

1. Теория и методика физического воспитания: Учебник для студ. высш. учеб. заведений физ. воспитания и спорта: В 2-х т.. Т.2: Методика физического воспитания различных групп населения/ Ред. Т.Ю. Крущеви́ч. - К.: Олимпийская литература, 2003. - 392 с.: ил. - ISBN 966-7133-59-1 (в пер.)

2. Спортивные игры правила, тактика, техника: Учеб. пособие. - Ростов н/Д: Феникс, 2004. - 444 с.: ил. - (Высшее профессиональное образование). - ISBN 5-222-04098-4.
3. Волейбол в университете: Теоретическое и методическое обеспечение системы подготовки студентов в спортивном клубе: Учебное пособие/ В.П. Губа, А.В. Родин. - М.: Советский спорт, 2009. - 162 с.: ил. - ISBN 978-5-9718-0378-2.
4. Лечебная физическая культура: Учебник/ Э.Н. Вайнер. - 2-е изд.. - М.: Флинта, Наука, 2011. - 424 с: ил. - ISBN 978-5-9765-0315-1 (в пер.). - ISBN 978-5-02-034687-1.
5. Плавание. Техника обучения детей с раннего возраста/ Н.Л. Петрова, В.А. Баранов. - М.: ФАИР, 2008. - 120 с.: фото.цв.. - ISBN 978-5-8183-1474-7.
6. Физиология физического воспитания и спорта: Учебник для вузов/ В.М. Смирнов, В.И. Дубровский. - М.: Владос, 2002. - 605 с.. - ISBN 5-305-00034-3.
7. Спортивные игры. Совершенствование спортивного мастерства: Учебник для студ. высш. педаг. заведений/ Ред. Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов. - М.: Academia, 2004. - 400 с.: ил. - ISBN 5-7695-1411-6.
8. Легкая атлетика: Учебное пособие/ А.И. Жилкин, В.С. Кузьмин, Е.В. Сидорчук. - 2-е изд., стер.. - М.: Academia, 2005. - 464 с. с.. - (Высш. проф. образование). - ISBN 5-7695-2249-6.
9. Теория и методика спорта: Учебник/ А.А. Васильков. - Ростов н/Д: Феникс, 2008. - 379 с.. - (Высш. образование). - ISBN 978-5-222-14232-5. 55
10. Теория и методика настольного тенниса: Учебник/ Г.В. Барчукова, В.М. Богушас, О.В. Матыцин. - М.: Academia, 2006. - 527 с.: ил. - (Высш. проф. образование). - ISBN 5-7695-2167-8.
11. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учебник/ И.С. Барчуков. - 2-е изд., стереот.. - К.: Кнорус, 2012. - 365 с.. - (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-406-02050-0.
12. Общая педагогика физической культуры и спорта/ Э.Б. Кайнова. - М.: ИД "Форум"; ИНФРА-М, 2011. - 206 с.. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-8199-0325-4.
13. Физическая культура: учебник / Кол. авт.; под ред. М.Я. Виленского. – 2-е изд. – М.: Кнорус, 2013.
14. Физическая культура студента: Учебник для студентов высших учебных заведений / Под общей редакцией В.И. Ильинича. – М.: Гардарики, 2009.
15. Физическая культура: Курс лекций (учебное пособие) / Под ред. Н.К. Ковалева, В.А. Уварова, Е.В. Будыка – М.: Изд-во МГУ, 1997.
16. Реабилитация здоровья студентов средствами физической культуры: Учебное пособие. Волков В.Ю., Волкова Л.М. – СПб. : СПбГТУ, 1998.
17. Физическая реабилитация: Учебник для студентов высших учебных заведений. Под общей ред. проф. С. Н. Попова – Ростов-на-Дону, Феникс, 2005. - 304 с.

6.2.Дополнительная литература

1. Педагогика физической культуры и спорта/ Ред. С.Д. Неверкович. - М.: Academia, 2010. - 330 с.. - (Высш. проф. образование). - ISBN 978-5-7695-6399-7 (в пер.).
2. Теория и методика спорта: Учебник/ А.А. Васильков. - Ростов н/Д: Феникс, 2008. - 379 с.. - (Высш. образование). - ISBN 978-5-222-14232-5.
3. Физическая культура и физическая подготовка [Электронный ресурс]: Электронный учебник/ Ред. В.Я. Кикоть, И.С. Барчуков. - Электрон. текстовые дан.. - М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2011. - 1 эл. опт. диск (CD-ROM) PDF. - ISBN 978-5-238-02003-7.
4. Волейбол: Пер. с англ.. - М.: Астрель, АСТ: Полиграфиздат, 2012. - 38 с.. - ISBN 978-5-17-06337-1. - ISBN 978-5-271-25946-3. - ISBN 978-5-4215-2920-3.

5. Лечебная физическая культура: Учебник/ Ред. С.Н. Попов. - 8-е изд., испр. и доп.. - М.: Academia, 2012. - 414 с.. - ISBN 978-5-7695-8766-5.
6. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура: Учебное пособие/ Л.Л. Артамонова, О.П. Панфилов, В.В. Борисова. - М.: Владос-Пресс, 2012. - 390 с.. - ISBN 978-5-305-00242-3.
7. Психология спорта: монография / под редакцией Ю.П. Зинченко, А.Г. Тоневицкого. — Москва : МГУ имени М.В.Ломоносова, 2011. — 424 с. — ISBN 978-5-9217-0048-2. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система «Лань» : [сайт]. — URL: <https://e.lanbook.com/book/96212> (дата обращения: 21.11.2019).
8. Ершов, Ю. А. Общая биохимия и спорт: учебное пособие / Ю. А. Ершов. — М.: Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, 2010. — 368 с. — ISBN 978-5-211-05595-7.
9. Баскетбол. Справочник болельщика. - Ростов н/Д: Феникс, 2000. - 349 с.: цв.ил. - (Мастер игры). - ISBN 5-222-01393-6.
10. История физической культуры и спорта: Учеб. пособие для вузов/ Б.Р. Голощапов. - М.: Академия, 2001. - 312 с.: ил. - (Высш. образование). - ISBN 5- 7695-0693-8.
11. Основы психологии спорта и физической культуры: Учебник. Пер. с англ./ Р.С. Уэйнберг, Д Гоулд. - К.: Олимпийская литература, 2001. - 335 с. - ISBN 087322- 812-X (в пер.).
12. Теория и методика детского и юношеского спорта: Учебник для вузов/ Л.В. Волков. - К.: Олимпийская литература, 2002. - 294 с.: ил, граф.. - ISBN 966-7133- 50-8 (в пер.).
13. Справочник работника физической культуры и спорта: Нормативные правовые и программно-методические документы, практический опыт, рекомендации/ Ред. А.В. Царик. - 3-е изд., испр. и доп.. - М.: Советский спорт, 2005. - 872 с.: ил. - ISBN 5-9718-0013-2.
14. Основы спортивной генетики: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений физического воспитания и спорта/ Л.П. Сергиенко. - К.: Вища школа, 2004. - 631 с.: ил. - ISBN 966-642-229-8. 57
15. Физическая культура студента и жизнь: Учебник/ В.И. Ильинич. - М.: Гардарики, 2007. - 366 с.. - ISBN 5-8297-0244-4.
16. Педагогика физической культуры и спорта/ Ред. С.Д. Неверкович. - М.: Academia, 2010. - 330 с.. - (Высш. проф. образование). - ISBN 978-5-7695-6399-7.
17. Матвеев Л.П., Теория и методика физической культуры: Учеб. для ин-тов физ. культуры. - М.: Физкультура и спорт, 2008. - 543с.
18. Матвеев Л.П., Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: Учебник для вузов Изд. 4-е, испр., доп. - М.: Лань, 2005. - 384с.
19. Иваницкий М.Ф. Анатомия человека: Учебник. - М.: Терра-Спорт, 2003-624с.
20. Солодков А.С., Сологуб Е.Б., Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная. Изд. 3-е, испр. и доп. - М.: Советский спорт, 2008.-620с.

6.5. Методические указания и материалы по видам занятий

Комплекс образовательных технологий по дисциплине «Физическая культура и спорт» включает как традиционные, так и различные активные и интерактивные формы проведения лекций и семинарских занятий. Главной целью данных образовательных технологий должно быть воспитание самостоятельной и ответственной работы студентов над учебным материалом. Реализация данной цели предполагает индивидуальную самостоятельную работу и работу в группе. Во время работы в группе необходимы взаимообмен информацией, совместная работа над учебным материалом. В ходе освоения дисциплины при проведении аудиторных занятий используются презентационные

материалы с использованием медиаоборудования.

На лекциях студенту рекомендуется внимательно слушать учебный материал, записывать основные моменты, идеи, пытаться сразу понять главные положения темы, а если что не ясно – делать соответствующие пометки. После лекции во внеурочное время целесообразно прочитать записанный материал с целью его усвоения и выяснения непонятных вопросов.

Подготовка к лекциям

Знакомство с дисциплиной происходит уже на первой лекции, где от студентов-бакалавров требуется не просто внимание, но и самостоятельное оформление конспекта. При работе с конспектом лекций необходимо учитывать тот фактор, что одни лекции дают ответы на конкретные вопросы темы, другие – лишь выявляют взаимосвязи между явлениями, помогая студенту понять глубинные процессы развития изучаемого предмета как в истории, так и в настоящее время.

Конспектирование лекций – сложный вид вузовской аудиторной работы, предполагающий интенсивную умственную деятельность студента. Конспект является полезным тогда, когда записано самое существенное и сделано это студентами. Не надо стремиться записать дословно всю лекцию. Такое «конспектирование» приносит больше вреда, чем пользы. Целесообразно вначале понять основную мысль, излагаемую лектором, а затем записать ее. Желательно запись осуществлять на одной странице листа или оставляя поля, на которых позднее, при самостоятельной работе с конспектом, можно сделать дополнительные записи, отметить непонятные места.

Работая над конспектом лекций, студенту всегда необходимо использовать не только учебник, но и ту литературу, которую дополнительно рекомендовал лектор. Именно такая серьезная, кропотливая работа с лекционным материалом позволит глубоко овладеть теоретическим материалом.

Подготовка к практическим занятиям

При подготовке к практическому занятию студенту следует составить краткий ответ (1-2 стр.) на контрольные вопросы. Студент должен тщательно готовиться к практическим занятиям путем проработки теоретических положений по теме занятия из конспекта лекции, рекомендуемых учебников, учебных пособий, дополнительной литературы, интернет - источников.

Методические рекомендации по организации самостоятельной работы

Самостоятельная работа студента является основным средством овладения учебным материалом во время, свободное от обязательных учебных занятий. Самостоятельная работа студента над усвоением учебного материала по учебной дисциплине может выполняться в библиотеке, учебных кабинетах, компьютерных классах, а также в домашних условиях. Содержание самостоятельной работы студента определяется учебной программой дисциплины, методическими материалами, заданиями и указаниями преподавателя. Вы можете дополнить список использованной литературы современными источниками, не представленными в списке рекомендованной литературы.

Самостоятельная работа может осуществляться в аудиторной и внеаудиторной формах. Самостоятельная работа в аудиторное время может включать:

- конспектирование (составление тезисов) лекций;
- выполнение контрольных работ;
- работу со справочной и методической литературой;
- выступления с докладами, сообщениями на семинарских занятиях;
- защиту выполненных работ;
- участие в оперативном (текущем) опросе по отдельным темам изучаемой дисциплины;
- участие в беседах, деловых (ролевых) играх, дискуссиях, круглых

- столах, конференциях;
- участие в тестировании и др.

Самостоятельная работа во внеаудиторное время может состоять из:

- повторение лекционного материала;
- подготовки к семинарам (практическим занятиям);
- изучения учебной и научной литературы;
- решения задач, выданных на практических занятиях;
- подготовки к контрольным работам, тестированию и т.д.;
- подготовки к семинарам устных докладов (сообщений);
- подготовки рефератов, эссе и иных индивидуальных письменных работ по заданию преподавателя;
- выделение наиболее сложных и проблемных вопросов по изучаемой теме, получение разъяснений и рекомендаций по данным вопросам с преподавателями кафедры на их еженедельных консультациях.
- проведение самоконтроля путем ответов на вопросы текущего контроля знаний, решения представленных в учебно-методических материалах кафедры задач, тестов, написания рефератов и эссе по отдельным вопросам изучаемой темы. Консультации по организации самостоятельного изучения отдельных разделов/тем, базовых понятий учебных дисциплин.

6.6. Программное обеспечение

Для проведения занятий лекционного типа предлагаются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающие тематические иллюстрации, соответствующие примерным программам дисциплин (модулей), рабочим учебным программам дисциплин (модулей)– слайды, презентации, учебные фильмы.

При проведении занятий лекционного типа, семинарских занятий используются:

лицензионное программное обеспечение:

- Продукты Microsoft (Desktop Education ALNG LicSaPk OLVS Academic EditionEnterprise) подписка (Open Value Subscription);
- Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security Стандартный Russian Edition;
- AltLinux (Альт Образование 8);

свободно распространяемые программы:

- WinZip для Windows - программ для сжатия и распаковки файлов;
- Adobe Reader для Windows – программа для чтения PDF файлов

7.Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Для реализации дисциплины (модуля) обучающимся предоставлены помещения, представляющие собой учебные аудитории для проведения учебных занятий, а также помещения для самостоятельной работы обучающихся, оснащенные оборудованием и техническими средствами обучения.

Перечень материально-технического обеспечения включает:

- **Учебная аудитория для проведения учебных занятий - 411** оснащена комплектом учебной мебели – 66 посадочных мест, рабочего места преподавателя, web-камерой, проектором, системным блоком, маршрутизатором, интерактивной доской, персональным компьютером и мониторами с возможностью подключения сети «интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду СКГИИ.

- **Помещение для самостоятельной работы - 415** оснащено комплектом учебной мебели – 28 посадочных мест, проектором, интерактивной доской, персональным компьютером и мониторами с возможностью подключения сети «интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду СКГИИ.
- **Помещение для самостоятельной работы - Читальный зал/Электронный читальный зал/Библиотека.** Оснащены комплектом учебной мебели на 16 посадочных мест, компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа к электронной информационно-образовательной среде СКГИИ. Компьютерная техника обеспечена необходимым комплектом лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства.

Электронно-библиотечная система и электронная информационно образовательная среда СКГИИ обеспечивают доступ (удаленный доступ) обучающимся к современным профессиональным базам данных и информационным справочным системам.

Большое внимание СКГИИ уделяет обеспечению информационной безопасности. Действующая в институте система информационной безопасности обеспечивает антивирусную защиту потока входящих и исходящих сообщений, защиту от спама, защиту от несанкционированного доступа из публичных сетей в корпоративную сеть, блокирование доступа к нежелательным ресурсам глобальных сетей, резервное копирование баз данных серверов, а также, антивирусную проверку компьютеров конечных пользователей.

8. Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Организация образовательного процесса осуществляется в соответствии с учебными планами, графиками учебного процесса, расписанием занятий с учетом психофизического развития, индивидуальных возможностей, состояния здоровья обучающихся и индивидуальным программам реабилитации инвалидов.

Образовательный процесс для лиц с ОВЗ и инвалидов в СКГИИ может быть реализован в следующих формах:

- в общих группах (совместно с другими обучающимися);
- частично в общих группах;
- частично в общих группах, частично по индивидуальному плану;
- по индивидуальному плану;
- с использованием дистанционных образовательных технологий.

Для студентов с ограниченными возможностями здоровья созданы специальные условия для получения образования. Под специальными условиями для получения высшего образования по образовательным программам, обучающимся с ОВЗ и инвалидов понимаются условия обучения, включающие:

- создание безбарьерной образовательной среды, учитывающей потребности обучающихся с ОВЗ и инвалидов с различными видами нозологий;
- создание в СКГИИ толерантной социокультурной среды, необходимой для формирования гражданской, правовой и профессиональной позиции соучастия, готовности всех участников образовательного процесса к общению;
- применение специальных учебных и учебно-методических материалов.

В целях доступности получения высшего образования по образовательным программам инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья Институтом созданы материально-технические условия, обеспечивающие возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, объекты питания,

туалетные и другие помещения СКГИИ, а также пребывания в указанных помещениях (наличие расширенных дверных проемов, поручней и других приспособлений).

Обучающиеся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья обеспечены электронными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.

Обучающимся с ограниченными возможностями здоровья предоставляются специальные учебники и учебные пособия, иная учебная литература, специальные технические средства обучения коллективного и индивидуального пользования, предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь. Для осуществления процедуры текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации: создаются специализированные фонды оценочных средств, адаптированные для обучающихся с ОВЗ и инвалидов, позволяющие оценить достижения запланированных в основной образовательной программе результатов обучения и уровень форсированности компетенций; обучающимся с ОВЗ и инвалидам предоставляется право выбора, с учетом индивидуальных психофизических особенностей, формы проведения текущей и итоговой аттестации (устно, письменно, с использованием технических средств, в форме тестирования и др.); для подготовки ответов на экзамене промежуточной и итоговой аттестации обучающимся с ОВЗ и инвалидам может быть предоставлено дополнительное время и специальные технические средства, возможно привлечение ассистентов.

9.Дополнения и изменения к рабочей программе учебной дисциплины (модуля)

«Физическая культура и спорт» специалитета по специальности 55.05.01 «Режиссура кино и телевидения», специализация Режиссер телевизионных фильмов, телепрограмм на 2026 – 2027 учебный год.

№п/п	Элемент (пункт) РПД	Перечень вносимых изменений (дополнений)	Примечание

Обсуждена и рекомендована на заседании кафедры общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин

протокол №_____от «____» _____20____г.

Заведующий кафедрой _____/ Л.Х. Шауцукова /

Рабочая программа составлена с учётом требований Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС ВО) специалитета по специальности 55.05.01 «Режиссура кино и телевидения», специализация Режиссер телевизионных фильмов, телепрограмм.

Программа одобрена на заседании кафедры общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин

Протокол № 10 от 30 июня 2026 года

Заведующий кафедрой, профессор, к.к.

Шауцукова Л.