

Министерство культуры Российской Федерации
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ХАБАРОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ КУЛЬТУРЫ»
(ХГИК)

Кафедра культурологии и музеологии

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной, научной и
международной деятельности

Е.В. Савелова

24.05.2024 г.

СПОРТИВНАЯ ПОДГОТОВКА

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Уровень бакалавриата
(2024 год набора,
очная форма обучения)

Направление подготовки
53.03.02 Музыкально-инструментальное искусство

Профиль подготовки
Оркестровые струнные инструменты

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	1 (1.1)		2 (1.2)		3 (2.1)		4 (2.2)		5 (3.1)		Итого	
Неделя	14		21		14		21		14			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП
Практические	28	28	42	42	28	28	42	42	28	28	168	168
Итого ауд.	28	28	42	42	28	28	42	42	28	28	168	168
Контактная работа	28	28	42	42	28	28	42	42	28	28	168	168
Сам. работа	24	24	42	42	24	24	42	42	24	24	156	156
Часы на контроль	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	20	20
Итого	56	56	88	88	56	56	88	88	56	56	344	344

Программу составил(и):
преп. Бойко И.В.

Рабочая программа дисциплины
Спортивная подготовка

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 53.03.02 Музыкально-инструментальное искусство (приказ Минобрнауки России от 01.08.2017 г. № 730)

составлена на основании учебного плана

«Музыкально-инструментальное искусство», утвержденного Учёным советом вуза, протокол № 11 от 24.04.2024 г.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры культурологии и музеологии

протокол № 9 от 22.05.2024 г.

Зав. кафедрой Крыжановская Яна Станиславовна

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для
исполнения в 2025-2026 учебном году на заседании кафедры
культурологии и музеологии

Протокол от _____ 2025 г. № ____
Зав. кафедрой Крыжановская Яна Станиславовна

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для
исполнения в 2026-2027 учебном году на заседании кафедры
культурологии и музеологии

Протокол от _____ 2026 г. № ____
Зав. кафедрой Крыжановская Яна Станиславовна

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для
исполнения в 2027-2028 учебном году на заседании кафедры
культурологии и музеологии

Протокол от _____ 2027 г. № ____
Зав. кафедрой Крыжановская Яна Станиславовна

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для
исполнения в 2028-2029 учебном году на заседании кафедры
культурологии и музеологии

Протокол от _____ 2028 г. № ____
Зав. кафедрой Крыжановская Яна Станиславовна

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

достижение максимально возможного уровня технико-тактической, физической и психологической подготовленности формирование и развитие функциональных возможностей организма в избранном виде спорта.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:	
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Физическая культура и спорт
2.1.2	Профессиональная физическая подготовка
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
2.2.1	Общая физическая подготовка
2.2.2	Физическая культура и спорт
2.2.3	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена
2.2.4	Безопасность жизнедеятельности

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

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

Знать:

- сущность, значение и функции физической культуры и спорта в современном обществе, роль физической культуры и спорта в развитии личности, приобщения к общечеловеческим ценностям;
- влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, основы здорового образа жизни, формирование профессиональных качеств;
- основные этапы развития физической культуры и спорта.

Уметь:

- вести здоровый образ жизни, поддерживать уровень физической подготовки;
- самостоятельно заниматься физическими упражнениями и в спортивных секциях с общей развивающей, профессионально-прикладной и оздоровительно-корректирующей направленностью;
- составлять индивидуальные комплексы физических упражнений с различной направленностью.

Владеть:

- навыками организации здорового образа жизни и спортивных занятий;
- способами определения дозировки физической нагрузки и направленности физических упражнений и спорта.

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен

3.1 Знать:

- базовую литературу, содержащую информацию по формированию компетенции, связанной с развитием способностей по поддержанию должного уровня физической подготовленности;
- историю легкой атлетики и Олимпийский игр, а также особенности проведения соревнований разного уровня и по отдельным видам программы.

3.2 Уметь:

- дозировать физическую нагрузку по показателям функционального состояния организма;
- совершенствовать спортивную технику путем изменения ее динамических и кинематических параметров, а также освоения новых приемов и элементов.

3.3 Иметь навыки и (или) опыт деятельности:

- поддержания здоровья с помощью различных форм двигательной активности, контроля и оценки физического состояния и физической нагрузки с учётом знаний о специфике и возможностях физической культуры и спорта.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература
Методико-практический раздел /Раздел/				
Тема 1. Самоконтроль за состоянием здоровья в процессе занятий физической подготовкой	1			
Самоконтроль за состоянием здоровья в процессе занятий физической подготовкой (практическое занятие) /Пр/		2	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4

Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература
Самоконтроль за состоянием здоровья в процессе занятий физической подготовкой (самостоятельная работа) /Ср/		4	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Тема 2. Гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности	1			
Гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности (практическое занятие) /Пр/		2	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности (самостоятельная работа) /Ср/		2	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература
Бег на короткие дистанции (спринтерский бег) /Раздел/				
Тема 3. Обучение технике выполнения низкого старта	1			
Обучение технике выполнения низкого старта (практическое занятие) /Пр/		1	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Обучение технике выполнения низкого старта (самостоятельная работа) /Ср/		1	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Тема 4. Обучение технике выполнения бега на 30 м, 60 м, 100 м, 200 м	1			
Обучение технике выполнения бега на 30 м, 60 м, 100 м, 200 м (практическое занятие) /Пр/		1	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Обучение технике выполнения бега на 30 м, 60 м, 100 м, 200 м (самостоятельная работа) /Ср/		1	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Тема 5. Обучение технике выполнения челночного бега	1			
Обучение технике выполнения челночного бега (практическое занятие) /Пр/		2	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Обучение технике выполнения челночного бега (самостоятельная работа) /Ср/		2	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература
Методико-практический раздел /Раздел/				
Тема 6. Оценка показателей общего состояния и самочувствия	1			
Оценка показателей общего состояния и самочувствия (практическое занятие) /Пр/		2	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Оценка показателей общего состояния и самочувствия (самостоятельная работа) /Ср/		2	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Тема 7. Основы методики самомассажа	1			
Основы методики самомассажа (практическое занятие) /Пр/		2	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Основы методики самомассажа (самостоятельная работа) /Ср/		2	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Тема 8. Формы организации физической активности в период экзаменационной сессии	1			
Формы организации физической активности в период экзаменационной сессии (практическое занятие) /Пр/		1	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Формы организации физической активности в период экзаменационной сессии (самостоятельная работа) /Ср/		1	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература
Метания /Раздел/				
Тема 9. Обучение технике выполнения метания молота	1			

Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература
Обучение технике выполнения метания молота (практическое занятие) /Пр/		2	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Обучение технике выполнения метания молота (самостоятельная работа) /Ср/		2	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Тема 10. Обучение технике выполнения метания копья	1			
Обучение технике выполнения метания копья (практическое занятие) /Пр/		5	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Обучение технике выполнения метания копья (самостоятельная работа) /Ср/		3	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Тема 11. Обучение технике выполнения метания диска	1			
Обучение технике выполнения метания диска (практическое занятие) /Пр/		8	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Обучение технике выполнения метания диска (самостоятельная работа) /Ср/		4	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература
Зачёт /Раздел/				
Тема 12. Промежуточный контроль	1			
Промежуточный контроль /ЗачётСОц/		4	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература
Методико-практический раздел /Раздел/				
Тема 13. Основы самостоятельного составления индивидуальных оздоровительных программ в избранном виде физической активности	2			
Основы самостоятельного составления индивидуальных оздоровительных программ в избранном виде физической активности (практическое занятие) /Пр/		10	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Основы самостоятельного составления индивидуальных оздоровительных программ в избранном виде физической активности (самостоятельная работа) /Ср/		10	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Тема 14. Контроль за весом тела	2			
Контроль за весом тела (практическое занятие) /Пр/		10	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Контроль за весом тела (самостоятельная работа) /Ср/		7	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Тема 15. Методика корректирующей гимнастики для глаз	2			
Методика корректирующей гимнастики для глаз (практическое занятие) /Пр/		8	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Методика корректирующей гимнастики для глаз (практическое занятие) /Ср/		5	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература
Бег на средние дистанции /Раздел/				
Тема 16. Обучение технике выполнения бега на 400 м, 800 м, 1500 м	2			
Обучение технике выполнения бега на 400 м, 800 м, 1500 м (практическое занятие) /Пр/		14	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Обучение технике выполнения бега на 400 м, 800 м, 1500 м (самостоятельная работа) /Ср/		20	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература
Зачёт /Раздел/				
Тема 17. Промежуточный контроль	2			

Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература
Промежуточный контроль /ЗачётСОц/		4	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература
Методико-практический раздел /Раздел/				
Тема 18. Технические средства и тренажёры на занятиях физической подготовкой	3			
Технические средства и тренажёры на занятиях физической подготовкой (практическое занятие) /Пр/		4	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Технические средства и тренажёры на занятиях физической подготовкой (самостоятельная работа) /Ср/		8	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Тема 19. Вспомогательные гигиенические средства повышения и восстановления работоспособности	3			
Вспомогательные гигиенические средства повышения и восстановления работоспособности (практическое занятие) /Пр/		8	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Вспомогательные гигиенические средства повышения и восстановления работоспособности (самостоятельная работа) /Ср/		12	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература
Бег на длинные дистанции (стайерский бег) /Раздел/				
Тема 20. Обучение технике выполнения бега на 3000 м и 5000 м	3			
Обучение технике выполнения бега на 3000 м и 5000 м (практическое занятие) /Пр/		16	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Обучение технике выполнения бега на 3000 м и 5000 м (самостоятельная работа) /Ср/		4	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература
Зачёт /Раздел/				
Тема 21. Промежуточный контроль	3			
Промежуточный контроль /ЗачётСОц/		4	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература
Методико-практический раздел /Раздел/				
Тема 22. Средства физической культуры в регулировании работоспособности	4			
Средства физической культуры в регулировании работоспособности (практическое занятие) /Пр/		14	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Средства физической культуры в регулировании работоспособности (самостоятельная работа) /Ср/		22	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература
Барьерный бег /Раздел/				
Тема 23. Обучение технике выполнения барьерного бега на 100 м, 110 м и 400 м	4			
Обучение технике выполнения барьерного бега на 100 м, 110 м и 400 м (практическое занятие) /Пр/		28	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Обучение технике выполнения барьерного бега на 100 м, 110 м и 400 м (самостоятельная работа) /Ср/		20	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература

Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература
Зачёт /Раздел/				
Тема 24. Промежуточный контроль	4			
Промежуточный контроль /ЗачётСОц/		4	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература
Методико-практический раздел /Раздел/				
Тема 25. Медико-биологические и методические основы современной физической подготовки	5			
Медико-биологические и методические основы современной физической подготовки (практическое занятие) /Пр/		4	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Медико-биологические и методические основы современной физической подготовки (самостоятельная работа) /Ср/		2	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература
Прыжки /Раздел/				
Тема 26. Обучение технике выполнения прыжка в длину	5			
Обучение технике выполнения прыжка в длину (практическое занятие) /Пр/		2	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Обучение технике выполнения прыжка в длину (самостоятельная работа) /Ср/		6	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Тема 27. Обучение технике выполнения прыжка в высоту	5			
Обучение технике выполнения прыжка в высоту (практическое занятие) /Пр/		10	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Обучение технике выполнения прыжка в высоту (самостоятельная работа) /Ср/		12	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Тема 28. Обучение технике выполнения тройного прыжка	5			
Обучение технике выполнения тройного прыжка (практическое занятие) /Пр/		12	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Обучение технике выполнения тройного прыжка (самостоятельная работа) /Ср/		4	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4
Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература
Зачёт /Раздел/				
Тема 29. Промежуточный контроль	5			
Промежуточный контроль /ЗачётСОц/		4	УК-7	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

Задания для промежуточного контроля.

См. в разделе "Приложения".

Перечень тем рефератов.

1. Современные виды двигательной активности.
2. Двигательная активность и здоровье человека.
3. Гиподинамия – болезнь конца 20 – начала 21 века.
4. Планирование и контроль индивидуальных физических нагрузок в процессе самостоятельных занятий физическими упражнениями и спортом.
5. Опорно-двигательный аппарат и мышечная система, их роль в осуществлении двигательных актов.
6. Личности в современном олимпийском движении.
7. Развитие летних видов спорта на Дальнем Востоке и успехи дальневосточных спортсменов на Олимпийских играх и международных первенствах.
8. Развитие зимних видов спорта на Дальнем Востоке и успехи дальневосточных спортсменов на Олимпийских играх и

международных первенствах.

9. Приёмы самоконтроля в процессе занятий физическими упражнениями.

10. Самостоятельные занятия по общей физической подготовке.

11. Организация и проведение туристических походов.

12. Влияние занятий физическими упражнениями на развитие телосложения.

13. Влияние физических упражнений на основные системы организма.

14. Проблемы здоровья человека, средства его укрепления и сохранения.

15. Роль и значение занятий физической культурой и спортом в профилактике заболеваний, укреплении здоровья, поддержании репродуктивных функций человека, сохранения долголетия.

16. Спортивно-оздоровительные системы в отечественной и зарубежной культуре.

17. Влияние занятий физическими упражнениями из традиционных и нетрадиционных систем физического воспитания в профилактике и борьбе с вредными привычками.

18. Основные двигательные (физические) качества человека, их характеристика и особенности методики развития.

19. Влияние современного олимпийского и физкультурно-массового движения на развитие культуры общества и человека.

20. Психолого-педагогические и физиологические основы обучения двигательным действиям.

21. Индивидуальные способы контроля за развитием адаптивных свойств организма, укреплением здоровья и повышением физической подготовленности.

22. Основы техники безопасности и профилактики травматизма при организации и проведении спортивно-массовых и индивидуальных форм занятий физической культурой и спортом.

23. Формирование личностно-значимых свойств и качеств через совершенствование физических способностей человека.

24. Всемирные юношеские игры 1998 года и участие в них уральских спортсменов.

25. Цели и принципы олимпийского движения, его роль и значение в современном мире.

26. Индивидуальные особенности физического и психического развития и их связь с регулярными занятиями физическими упражнениями.

27. Особенности функционирования основных органов и структур организма во время занятий физическими упражнениями.

28. Особенности планирования индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности и контроль их эффективности.

29. Особенности организации и проведения индивидуальных занятий физическими упражнениями оздоровительно-корректирующей направленности.

30. Развитие физических способностей в процессе самостоятельных занятий физической культурой.

31. Культура поведения и взаимодействия во время коллективных занятий и соревнований.

32. Признаки утомления и переутомления, меры по их предупреждению.

33. Физиологическая характеристика предстартового состояния и «второго дыхания».

34. Объективные и субъективные приёмы самоконтроля при выполнении физических упражнений.

35. Влияние осанки на функционирование внутренних органов в покое и во время выполнения двигательных действий.

36. Причины избыточного веса и роль физической культуры и спорта в его профилактике.

5.2. Фонд оценочных средств

Фонд оценочных средств см. по ссылке http://eos.hgiik.ru/files/fos/ФОС_ОФО_ВИ_21_без_ключей.pdf

Фонд контрольно-измерительных материалов см. по ссылке http://eos.hgiik.ru/files/fkim/ФКИМ_ОФО_ВИ_21_без_ключей.pdf

5.3. Показатели и критерии оценивания компетенций

Для проведения итогового контроля сформированности компетенций проводится зачет в виде выполнения контрольных тестовых заданий. По результатам выполненных норм студенты получают качественную («отлично»/ «хорошо»/ «удовлетворительно» / «неудовлетворительно») оценку.

Оценка «отлично» ставится при условии выполнения 9 зачетных задания из перечня предложенных на общую сумму не менее 45 баллов в соответствии со своими показателями здоровья, а также при правильном и достоверном ведении дневника самоконтроля в течении семестра. При этом у студента-бакалавра должны отсутствовать пропуски по практическим занятиям без уважительной причины.

Оценка «хорошо» ставится при условии выполнения 8 зачетных задания из перечня предложенных на общую сумму не менее 40 баллов в соответствии со своими показателями здоровья, а также при правильном и достоверном ведении дневника самоконтроля в течении семестра. При этом у студента-бакалавра должны отсутствовать пропуски по практическим занятиям без уважительной причины.

Оценка «удовлетворительно» ставится при условии выполнения 7 зачетных задания из перечня предложенных на общую сумму не менее 35 баллов в соответствии со своими показателями здоровья, а также при правильном и достоверном ведении дневника самоконтроля в течении семестра. При этом у студента-бакалавра должны отсутствовать пропуски по практическим занятиям без уважительной причины.

Оценка «неудовлетворительно» ставится при условии выполнения 7 зачетных задания из перечня предложенных на общую сумму менее 35 баллов в соответствии со своими показателями здоровья, а также при правильном и достоверном ведении дневника самоконтроля в течении семестра. При этом у студента-бакалавра должны отсутствовать пропуски по практическим занятиям без уважительной причины.

6. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

При освоении дисциплины предусмотрены практические занятия.

При посещении практических занятий учитывается принцип регулярности (исключение составляет отсутствие по болезни или иным уважительным причинам, с предоставлением подтверждающего документа). Также необходимо проявлять активность и дисциплинированность, соблюдать технику безопасности, бережно относиться к используемому инвентарю, иметь при себе спортивную одежду и обувь, соответствующую изучаемому разделу. Стараться технически правильно и качественно выполнять двигательные действия. Самостоятельно, целенаправленно и творчески использовать средства и методы физической культуры.

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1. Рекомендуемая литература

7.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год, кол-во
Л1.1	Чертов Н. В.	Физическая культура: учебное пособие https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=241131	Ростов-на-Дону: Южный федеральный университет, 2012. - 118 с.
Л1.2	Евсеев Ю. И.	Физическая культура: учебное пособие https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=271591	Ростов-на-Дону: Феникс, 2014. - 448 с.
Л1.3	Евсеев С. П.	Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454238	Москва: Спорт, 2016. - 616 с.
Л1.4	Кравчук В. И.	Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов музыкальных специальностей вуза культуры и искусств: учебное пособие https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=492143	Челябинск: ЧГАКИ, 2014. - 300 с.

7.3.1 Перечень программного обеспечения

6.3.1.1	Microsoft Windows
6.3.1.2	Microsoft Office 2010
6.3.1.3	Adobe Creative Suite 6 Master Collection
6.3.1.4	Libre Office
6.3.1.5	AIMP
6.3.1.6	Windows Media Classic
6.3.1.7	Chrome
6.3.1.8	Kaspersky Endpoint Security

7.3.2 Перечень информационных справочных систем

6.3.2.1	БД Электронная Система «Культура»
6.3.2.2	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»
6.3.2.3	ЭБС «Издательство Планета музыки»
6.3.2.4	Web ИРБИС Хабаровский государственный институт искусств и культуры (электронный каталог)
6.3.2.5	Электронно-библиотечная система ФГБОУ ВО «ХГИК». ФГБОУ ВО «ХГИК»
6.3.2.6	Единое окно доступа к образовательным ресурсам. Электронная библиотека. ФГАУ ГНИИ ИТТ «Информика», Министерство образования и науки РФ
6.3.2.7	Федеральный центр информационно- образовательных ресурсов, ФГАУ ГНИИ ИТТ «Информика»
6.3.2.8	eLIBRARY.ru – Научная электронная библиотека
6.3.2.9	Единое окно доступа к образовательным ресурсам. Электронная библиотека

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Аудитория	Назначение	Оборудование	Программное обеспечение
-----------	------------	--------------	-------------------------

Аудитория	Назначение	Оборудование	Программное обеспечение
152	Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, для групповых практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации (спортивный зал)	<p>Специализированная мебель (скамейки гимнастические (7 шт.), специализированное спортивное покрытие пола с разметкой для игры в волейбол и баскетбол.</p> <p>Дополнительные помещения: раздевалки мужская и женская, душевые, туалеты.</p> <p>Специализированное оборудование: баскетбольные щиты с корзинами, волейбольная сетка, стол для настольного тенниса, сетка для настольного тенниса, стенка гимнастическая с крепежом, турник навесной.</p> <p>Спортивный инвентарь: ракетки для настольного тенниса, мячи для настольного тенниса, маты гимнастические, скакалки гимнастические, обручи гимнастические, ракетки для бадминтона, воланы для бадминтона, конусы, мячи волейбольные, мячи баскетбольные, мячи футбольные, мячи набивные, тренажеры-степперы (2 шт.), коврики гимнастические.</p> <p>Специализированное оборудование: станки хореографические переносные (4 шт.)</p>	
152a	Помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования.	<p>Спортивный инвентарь: ракетки для настольного тенниса, мячи для настольного тенниса, маты гимнастические, скакалки гимнастические, обручи гимнастические, ракетки для бадминтона, воланы для бадминтона, конусы, мячи волейбольные, мячи баскетбольные, мячи футбольные, мячи набивные, тренажеры-степперы (2 шт.), коврики гимнастические.</p>	
209	Помещение для самостоятельной работы (читальный зал библиотеки)	<p>Специализированная мебель на 25 посадочных мест (столы, стулья, книжные шкафы), телевизор, книжный и документальный фонд.</p> <p>Персональные компьютеры (9 шт.) с подключением к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду вуза.</p>	<p>Microsoft Windows AIMP Kaspersky Endpoint Security OpenOffice Acrobat Reader NVDA</p>

9. ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА

Воспитание обучающихся при освоении ими основных профессиональных образовательных программ (далее – ОПОП) осуществляется на основе рабочей программы воспитания и календарного плана воспитательной работы, включаемых в ОПОП.

Цель воспитательной работы – создание условий для активной жизнедеятельности обучающихся, их гражданского самоопределения, профессионального становления и индивидуально-личностной самореализации в созидательной деятельности для удовлетворения потребностей в нравственном, культурном, интеллектуальном, социальном и профессиональном развитии.

Задачи воспитательной работы: развитие мировоззрения и актуализация системы базовых ценностей личности, приобщение к общечеловеческим нормам морали, национальным устоям и академическим традициям; воспитание уважения к закону, нормам коллективной жизни, развитие гражданской и социальной ответственности; воспитание положительного отношения к труду, формирование культуры и этики профессионального общения; формирование личностных качеств, необходимых для эффективной профессиональной деятельности; воспитание внутренней потребности личности в здоровом образе жизни, ответственного отношения к природной и социокультурной среде; повышение уровня культуры безопасного поведения.

Особенности и традиции Института обуславливают следующие основные направления воспитательной работы: патриотическое, гражданское, духовно-нравственное, культурно-творческое, научно-образовательное, профессионально-трудовое, волонтерское (добровольческое), экологическое, физическое. Виды деятельности обучающихся в воспитательной системе образовательной организации: проектная деятельность (как коллективное творческое дело), волонтерская деятельность, учебно-исследовательская и научно-исследовательская деятельность, досуговая, творческая и социально-культурная деятельность и др.

Воспитательный потенциал учебно-исследовательской и научно-исследовательской деятельности реализуется в процессе развития исследовательской компетентности обучающихся на протяжении всего срока их обучения в Институте. Результаты студенческой научно-исследовательской деятельности проходят апробацию в рамках научных и научно-практических конференций различного уровня, в т.ч. конференций, организованных Институте.

Социально-культурная и творческая деятельность обучающихся реализуется при организации и проведении значимых событий и мероприятий гражданско-патриотической, научно-исследовательской, социокультурной и физкультурно-спортивной направленности. Виды творческой деятельности обучающихся в Институте: музыкальное творчество, хореографическое творчество, театральное творчество, научное творчество, медиапроекты и др.

Волонтерская деятельность обучающихся – широкий круг направлений созидательной деятельности, включающий различные формы гражданского участия. По инициативе обучающихся и при их активном участии в Институте осуществляется свою деятельность добровольческий отряд «Мы».

Реализацию Рабочей программы воспитания помогает обеспечивать взаимодействие с различными социальными институтами, субъектами воспитания. Особое значение для воспитательного процесса имеет организация практической деятельности обучающихся с целью развития профессиональных компетенций в условиях Института и профильных учреждений и организаций.

10. ОСОБЕННОСТИ ОБУЧЕНИЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ (ОВЗ)

В процессе изучения дисциплины и осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья применяются адаптированные формы обучения с учетом индивидуальных психофизиологических особенностей.

Обучение лиц с ограниченными возможностями и инвалидов организуется как совместно с другими обучающимися на лекционных и практических занятиях, так и по индивидуальному учебному плану. Во время приемной кампании, а также во время сдачи различных форм промежуточной и государственной итоговой аттестации в Институте созданы необходимые условия для оказания технической помощи инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья (при необходимости может быть допущено присутствие в аудитории ассистентов, сопровождающих лиц, собаки-поводыря и т.п.).

Обучающиеся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, при необходимости, могут быть обеспечены электронными и печатными образовательными ресурсами с учетом их индивидуальных потребностей. Для реализации доступной среды при необходимости в учебном процессе могут быть задействованы документ-камера для увеличения текстовых фрагментов и изображений (для лиц с нарушениями зрения) и переносная индукционная система для слабослышащих «Исток» А2 со встроенным плеером – звуковым информатором.

ЭБС «Университетская библиотека онлайн» предоставляет обучающимся с ОВЗ (по зрению) ряд возможностей для обеспечения эффективности процесса обучения. При чтении масштаб страницы сайта можно увеличить с помощью специального значка на главной странице. Можно использовать полноэкранный режим отображения книги или включить озвучивание непосредственно с сайта при помощи программ экранного доступа (например, Jaws , «Balabolka»). Скачиваемые фрагменты в формате pdf, имеющие высокое качество, могут использоваться тифлопрограммами для голосового озвучивания текстов, могут быть загружены в тифлоплееры, а также скопированы на любое устройство для комфортного чтения.

Сервис ЭБС «Цитатник» помогает пользователю извлечь цитату и автоматически формирует корректную библиографическую ссылку, что особенно актуально для лиц с ограниченными возможностями и облегчает процесс написания курсовой или выпускной квалификационной работы.

Для подготовки к занятиям обучающиеся с ОВЗ (по зрению) могут использовать мобильное приложение ЭБС «Лань», предназначенное для озвучивания текста книги. Режим доступа: электронный, приложение скачивается обучающимся самостоятельно с сайта e.lanbook.ru, необходимое условие: быть зарегистрированным в ЭБС «Лань». Используется свободно распространяемая программа экранного доступа Nvda.

Подробнее об организации доступной среды см. соответствующий раздел основной профессиональной образовательной программы.