

Документ подписан простой электронной подписью  
 Информация о владельце:  
 ФИО: Косенок Сергей Михайлович  
 Должность: ректор  
 Дата подписания: 01.07.2025 09:17:39  
 Уникальный программный ключ:  
 e3a68f3eaa1e62674b54f4998099d3d6bfdcf836

**Бюджетное учреждение высшего образования**  
 Ханты-Мансийского автономного округа-Югры  
 "Сургутский государственный университет"

УТВЕРЖДАЮ  
 Проректор по УМР

\_\_\_\_\_ Е.В. Коновалова

11 июня 2025г., протокол УМС №5

# МОДУЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

## Профессионально-прикладная физическая культура

### рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Медико-биологических основ физической культуры**

Учебный план b490302-АдФВ-24-1.plx  
 49.03.02 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДЛЯ ЛИЦ С ОТКЛОНЕНИЯМИ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ (АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА)  
 Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание

Квалификация **Бакалавр**

Форма обучения **очная**

Общая трудоемкость **0 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 328  
 в том числе: Виды контроля в семестрах:  
 аудиторные занятия 328 зачеты 4, 6, 8  
 самостоятельная работа 0

**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)		6 (3.2)		7 (4.1)		8 (4.2)		Итого	
	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП		
Неделя	17 1/6		17 2/6		17 2/6		17 2/6		17 2/6		11 2/6		11 2/6		9 1/6			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП
Практические	48	48	64	64	48	48	16	16	32	32	20	20	60	60	40	40	328	328
Итого ауд.	48	48	64	64	48	48	16	16	32	32	20	20	60	60	40	40	328	328
Контактная работа	48	48	64	64	48	48	16	16	32	32	20	20	60	60	40	40	328	328
Итого	48	48	64	64	48	48	16	16	32	32	20	20	60	60	40	40	328	328

Программу составил(и):  
*доцент Шнейдер В.Ю.*

Рабочая программа дисциплины

**Профессионально-прикладная физическая культура**

разработана в соответствии с ФГОС:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) (приказ Минобрнауки России от 19.09.2017 г. № 942)

составлена на основании учебного плана:

49.03.02 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДЛЯ ЛИЦ С ОТКЛОНЕНИЯМИ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ (АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА)

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание

утвержденного учебно-методическим советом вуза от 11.06.2025 протокол № 5.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

**Медико-биологических основ физической культуры**

Зав. кафедрой к.б.н., доцент Мальков М.Н.

**1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

1.1	Целью дисциплины "Профессионально-прикладная физическая культура" является формирование у бакалавров направления подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) компетенций, заключающихся в поддержании должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, регулярно занимаясь физическими упражнениями; умения
1.2	проводить комплексы физических упражнений с целью предупреждения возможного возникновения и (или) прогрессирования заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (вторичных отклонений и сопутствующих заболеваний).

**2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП**

Цикл (раздел) ООП:	Б1.О.03.ДВ.01
<b>2.1</b>	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>
2.1.1	Курс по физической культуре общеобразовательной программы
<b>2.2</b>	<b>Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>
2.2.1	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы
2.2.2	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена

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

**УК-7.3: Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, регулярно занимаясь физическими упражнениями**

**ОПК-10.1: Способен проводить комплексы физических упражнений с целью предупреждения возможного возникновения и (или) прогрессирования заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (вторичных отклонений и сопутствующих заболеваний)**

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен**

<b>3.1</b>	<b>Знать:</b>
3.1.1	Средства и методы с целью предупреждения возможного возникновения и (или) прогрессирования заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (вторичных отклонений и сопутствующих заболеваний)
3.1.2	Средства и методы поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, при регулярных занятиях физическими упражнениями
<b>3.2</b>	<b>Уметь:</b>
3.2.1	Применять средства и методы с целью предупреждения возможного возникновения и (или) прогрессирования заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (вторичных отклонений и сопутствующих заболеваний)
3.2.2	Применять средства и методы поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, при регулярных занятиях физическими упражнениями

**4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Примечание
	<b>Раздел 1. 1 ступень ГТО, контрольные испытания</b>					
1.1	1 ступень ГТО, контрольные испытания /Пр/	1	4	ОПК-10.1 УК-7.3	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4Л3.1 Э1 Э2 Э3	
	<b>Раздел 2. 2 ступень ГТО, контрольные испытания</b>					
2.1	2 ступень ГТО, контрольные испытания /Пр/	1	4	ОПК-10.1 УК-7.3	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4Л3.1 Э1 Э2 Э3	
	<b>Раздел 3. 3 ступень ГТО, контрольные испытания</b>					

3.1	3 ступень ГТО, контрольные испытания /Пр/	1	8	ОПК-10.1 УК-7.3	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4Л3.1 Э1 Э2 Э3	
	<b>Раздел 4. 4 ступень ГТО, контрольные испытания</b>					
4.1	4 ступень ГТО, контрольные испытания /Пр/	1	8	ОПК-10.1 УК-7.3	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4Л3.1 Э1 Э2 Э3	
	<b>Раздел 5. 5 ступень ГТО, контрольные испытания</b>					
5.1	5 ступень ГТО, контрольные испытания /Пр/	1	8	ОПК-10.1 УК-7.3	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4Л3.1 Э1 Э2 Э3	
	<b>Раздел 6. 6 ступень ГТО, контрольные испытания</b>					
6.1	6 ступень ГТО, контрольные испытания /Пр/	1	8	ОПК-10.1 УК-7.3	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4Л3.1 Э1 Э2 Э3	
	<b>Раздел 7. 7 ступень ГТО, контрольные испытания</b>					
7.1	7 ступень ГТО, контрольные испытания /Пр/	1	8	ОПК-10.1 УК-7.3	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4Л3.1 Э1 Э2 Э3	
	<b>Раздел 8. 8 ступень ГТО, контрольные испытания</b>					
8.1	8 ступень ГТО, контрольные испытания /Пр/	2	8	ОПК-10.1 УК-7.3	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4Л3.1 Э1 Э2 Э3	
	<b>Раздел 9. 9 ступень ГТО, контрольные испытания</b>					
9.1	9 ступень ГТО, контрольные испытания /Пр/	2	8	ОПК-10.1 УК-7.3	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4Л3.1 Э1 Э2 Э3	
	<b>Раздел 10. 10 ступень ГТО, контрольные испытания</b>					
10.1	10 ступень ГТО, контрольные испытания /Пр/	2	8	ОПК-10.1 УК-7.3	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4Л3.1 Э1 Э2 Э3	
	<b>Раздел 11. 11 ступень ГТО, контрольные испытания</b>					
11.1	11 ступень ГТО, контрольные испытания /Пр/	2	8	ОПК-10.1 УК-7.3	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4Л3.1 Э1 Э2 Э3	
	<b>Раздел 12. Документы, сопровождающие организацию и проведение мероприятий по ГТО</b>					
12.1	Документы, сопровождающие организацию и проведение мероприятий по ГТО /Пр/	2	8	ОПК-10.1 УК-7.3	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3	
	<b>Раздел 13. Организация и проведение мероприятий по ГТО</b>					
13.1	Организация и проведение мероприятий по ГТО /Пр/	2	16	ОПК-10.1 УК-7.3	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3	

	<b>Раздел 14. Документы, сопровождающие организацию и проведение мероприятия «Президентские состязания»</b>					
14.1	Документы, сопровождающие организацию и проведение мероприятия «Президентские состязания» /Пр/	2	8	ОПК-10.1 УК-7.3	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3	
	<b>Раздел 15. Организация и проведение мероприятия «Президентские состязания»</b>					
15.1	Организация и проведение мероприятия «Президентские состязания» /Пр/	3	16	ОПК-10.1 УК-7.3	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3	
	<b>Раздел 16. Основы составления комплексов упражнений, направленных на развитие физических качеств, с учётом возрастных особенностей контингента</b>					
16.1	Основы составления комплексов упражнений, направленных на развитие физических качеств, с учётом возрастных особенностей контингента /Пр/	3	16	ОПК-10.1 УК-7.3	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3	
	<b>Раздел 17. Основные понятия теории физической культуры</b>					
17.1	Основные понятия теории физической культуры /Пр/	3	4	ОПК-10.1 УК-7.3	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3	
	<b>Раздел 18. Коррекционно-оздоровительное и психологическое направление физической культуры</b>					
18.1	Коррекционно-оздоровительное и психологическое направление физической культуры /Пр/	3	12	ОПК-10.1 УК-7.3	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3	
	<b>Раздел 19. Физическая культура, общая физическая и спортивно-техническая подготовка</b>					
19.1	Физическая культура, общая физическая подготовка /Пр/	4	8	ОПК-10.1 УК-7.3	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3	
19.2	Физическая культура, спортивно-техническая подготовка /Пр/	4	8	ОПК-10.1 УК-7.3	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3	
19.3	/Зачёт/	4	0	ОПК-10.1 УК-7.3	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3	
	<b>Раздел 20. Физическая культура, общая физическая, спортивно-техническая и профессионально-прикладная физическая подготовка</b>					
20.1	Физическая культура, общая физическая, спортивно-техническая и профессионально-прикладная физическая подготовка /Пр/	5	32	ОПК-10.1 УК-7.3	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3	
	<b>Раздел 21. Физическая культура и создание собственной системы здоровья</b>					
21.1	Физическая культура, общая физическая, спортивно-техническая и профессионально-прикладная физическая подготовка /Пр/	6	20	ОПК-10.1 УК-7.3	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3	

21.2	/Зачёт/	6	0	ОПК-10.1 УК-7.3	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3	
	<b>Раздел 22. Потребностно-мотивационная сфера. Структура деятельности. Познавательная, физическая и другие виды деятельности как необходимое условие развитие гармоничной личности</b>					
22.1	Потребностно-мотивационная сфера. Структура деятельности. Познавательная, физическая и другие виды деятельности как необходимое условие развитие гармоничной личности /Пр/	7	20	ОПК-10.1 УК-7.3	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3	
	<b>Раздел 23. Развитие двигательных качеств и навыков на занятиях физкультурой и спортом</b>					
23.1	Развитие двигательных качеств и навыков на занятиях физкультурой и спортом /Пр/	7	20	ОПК-10.1 УК-7.3	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3	
	<b>Раздел 24. Развитие двигательных качеств и навыков на занятиях физкультурой и спортом</b>					
24.1	Развитие двигательных качеств и навыков на занятиях физкультурой и спортом /Пр/	7	20	ОПК-10.1 УК-7.3	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3	
	<b>Раздел 25. Основы ЛФК, самоконтроля при занятиях физической культурой и спортом</b>					
25.1	Основы ЛФК, самоконтроля при занятиях физической культурой и спортом /Пр/	8	40	ОПК-10.1 УК-7.3	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3	
25.2	/Зачёт/	8	0	ОПК-10.1 УК-7.3	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3	

## 5. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

### 5.1. Оценочные материалы для текущего контроля и промежуточной аттестации

Представлены отдельным документом

### 5.2. Оценочные материалы для диагностического тестирования

Представлены отдельным документом

## 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### 6.1. Рекомендуемая литература

#### 6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л1.1	Кикоть, В. Я., Барчуков, И. С., Назаров, Ю. Н., Калиниченко, И. А., Платонов, Д. А., Славко, А. Л., Старцев, А. М., Егоров, С. С., Кикотя, В. Я.	Физическая культура и физическая подготовка: учебник для студентов вузов, курсантов и слушателей образовательных учреждений высшего профессионального образования мвд россии	Москва: ЮНИТИ-ДАНА, 2020, электронный ресурс	1

<b>6.1.2. Дополнительная литература</b>				
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л2.1	Барчуков И. С., Нестеров А. А.	Физическая культура и спорт: методология, теория, практика	М.: Академия, 2008	10
Л2.2	Каткова А. М., Храмцова А. И.	Физическая культура и спорт: Учебное наглядное пособие	Москва: Московский педагогический государственный университет, 2018, электронный ресурс	1
Л2.3	Пешкова Н. В., Бушева Ж. И., Шутова М. В., Ахтемзянова Н. М., Кан Н. Б., Пешков А. А., Салахов И. М.	Физическая культура и спорт в вузе: учебное пособие	Сургут: Издательский центр СурГУ, 2018, электронный ресурс	2
Л2.4	Стеблецов Е. А., Монастырев С. Н., Аксенов В. П., Болдырев И. И.	ГТО в системе физического воспитания учащейся молодежи: учебное пособие, предназначенное для студентов очной и заочной форм обучения по направлениям подготовки 44.03.05 педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), профили «физическая культура», «безопасность жизнедеятельности»; «физическая культура», «дополнительное образование»; 44.03.01 педагогическое образование, профиль «физическая культура»	Воронеж: ВГПУ, 2022, электронный ресурс	1

#### **6.1.3. Методические разработки**

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л3.1	Лифанов, А. Д., Гейко, Г. Д., Хайруллин, А. Г.	Физическая культура и спорт как основа здорового образа жизни студента: учебно-методическое пособие	Казань: Казанский национальный исследовательский технологический университет, 2019, электронный ресурс	1

#### **6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"**

Э1	Теория и практика физической культуры <a href="http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/">http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/</a>
Э2	Научная электронная библиотека <a href="https://elibrary.ru/defaultx.asp?">https://elibrary.ru/defaultx.asp?</a>
Э3	КиберЛенинка <a href="https://cyberleninka.ru/">https://cyberleninka.ru/</a>

#### **6.3.1 Перечень программного обеспечения**

6.3.1.1	Операционные системы Microsoft, пакет прикладных программ Microsoft Office
---------	--

#### **6.3.2 Перечень информационных справочных систем**

6.3.2.1	СПС «КонсультантПлюс» - <a href="http://www.consultant.ru/">www.consultant.ru/</a>
6.3.2.2	СПС «Гарант» - <a href="http://www.garant.ru/">www.garant.ru/</a>

### **7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

7.1	Помещения для проведения практических занятий укомплектованных необходимой специализированной учебной мебелью, техническими средствами для предоставления учебной информации студентам, спортивным инвентарем и спортивными оборудованием.
-----	--