Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Баскакова Наталья Ивановна
Должность: Ректор
Дата подписания: 26.10.2026 11:49:54
Уникальный программный ключ:
9dc4f904b97d8bf18fd5ed4040135cc3d02568ad

Бюджетное образовательное учреждение высшего образования Чувашской Республики
«Чувашский государственный институт культуры и искусств» Министерства культуры, по делам национальностей и архивного дела Чувашской Республики

УТВЕРЖДАЮ
Декан факультета культуры БОУ ВО «ЧГИКИ» Минкультуры Чувашии
_____ Илларионова Л. В.

27.03.2026

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Б1.О.03.01

Физическая культура и спорт
Б1.О.03 Модуль здоровья и безопасности жизнедеятельности

Специальность
53.05.02 Художественное руководство оперно-симфоническим оркестром и академическим хором

Специализация
Художественное руководство академическим хором

Уровень образования
Высшее образование – специалитет

Квалификация
Дирижер академического хора. Преподаватель

Форма обучения
Очная

Чебоксары
2026

Рабочая программа дисциплины (модуля) составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по специальности 53.05.02 Художественное руководство оперно-симфоническим оркестром и академическим хором, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 16 ноября 2017 г. № 1119 и ОПОП ВО по специальности 53.05.02 Художественное руководство оперно-симфоническим оркестром и академическим хором.

Рабочая программа дисциплины (модуля) предназначена для студентов 1 курса очной формы обучения специальности 53.05.02 Художественное руководство оперно-симфоническим оркестром и академическим хором специализации Художественное руководство академическим хором.

Программа одобрена на заседании кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин от 26 марта 2026 года, протокол № 8.

Подписи:

Автор	Алексеев Н. Г.
Зав. кафедрой гуманитарных и социально-экономических дисциплин	Фомин Э. В.

Содержание

1. Цель и задачи дисциплины 4
2. Место дисциплины в структуре образовательной программы 4
3. Требования к результатам освоения дисциплины 4
4. Объем дисциплины и виды учебной работы 6
5. Содержание дисциплины 6
5.1. Разделы дисциплин и виды занятий 6
5.2. Содержание разделов дисциплины 6
5.3. Тематика практических занятий 8
5.4. Самостоятельная работа студентов 9
6. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенции 11
6.1. Краткая характеристика процедуры реализации текущего и промежуточного контроля для оценки компетенций обучающихся 11
6.2. Критерии оценивания знаний обучающихся по дисциплине 12
6.3. Формирование балльно-рейтинговой оценки работы обучающихся 12
6.4. Критерии оценивания работы обучающегося по итогам семестра 13
7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины 13
8. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля) 14
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины 15

1. Цель и задачи дисциплины

Целью освоения дисциплины «Физическая культура и спорт» является формирование у студентов физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

Задачи:

– понимание социальной значимости физической культуры и ее роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;

– знание научно-биологических, педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;

– формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый образ жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;

– овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте;

– приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;

– создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Физическая культура и спорт» является дисциплиной модуля здоровья и безопасности жизнедеятельности обязательной части Блока 1. Дисциплины (модули) основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы специалитета по специальности 53.05.02 Художественное руководство оперно-симфоническим оркестром и академическим хором, специализация Художественное руководство академическим хором очной формы обучения (Б1.О.03.01 Физическая культуры и спорт). Изучается во 2 семестре.

Дисциплина опирается на результаты обучения, сформированные в ходе довузовской подготовки, а также в рамках дисциплины учебного плана, изученного в предыдущем семестре: Безопасность жизнедеятельности.

Освоение дисциплины является необходимой основой для последующего изучения дисциплины Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту (УК-7; ПКО-4).

3. Требования к результатам освоения дисциплины

Освоение данной дисциплины нацелено на освоение следующих образовательных результатов (ОР):

Компетенция и индикаторы ее достижения в дисциплине	Образовательные результаты (этапы формирования компетенции)		
	теоретический *знает*	модельный *умеет*	практический *владеет*
Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности	социально-гуманитарную роль физической культуры и спорта в развитии личности, роль	организовывать режим времени, приводящий к здоровому образу жизни; использовать средства и методы для формирования	навыками организации своей жизни в соответствии с социально-значимыми

для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7) ИУК-7.1. Понимает влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний. ИУК-7.2. Использует средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа жизни	физической культуры и принципы здорового образа жизни, влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек,	здорового образа жизни; выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, ритмической и аэробной гимнастики, упражнения атлетической гимнастики; выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации; выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки	представлениями о здоровом образе жизни; методикой самостоятельных занятий и самоконтроля за состоянием своего организма
Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций (УК-8) ИУК-8.1. Выявляет возможные угрозы для жизни и здоровья человека, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций (природного и техногенного происхождения). ИУК-8.2. Понимает, как создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций (природного и техногенного характера)	методы сохранения и укрепления физического здоровья в условиях полноценной социальной и профессиональной деятельности; способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности, правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности	использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования	опытом спортивной деятельности и физического самосовершенство-вания и самовоспитания; методикой организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Номер семестра	Учебные занятия				Консультация	Самостоятельная работа, ч.	Форма промежуточной аттестации, ч.
	Всего		Лекции, ч.	Практические занятия, ч.			
	Трудоемкость						
	Зачетные единицы	Часы					
2	2	72	–	32	–	40	зачет
Итого	2	72	–	32	–	40	зачет

5. Содержание дисциплины

5.1. Разделы дисциплин и виды занятий

№ раздела	Наименование раздела	Всего, ч.	Количество часов по формам организации обучения			
			Лекционные занятия	Практические занятия	Консультация	Самостоятельная работа
1	Лыжная подготовка	16	–	8	–	8
2	Спортивные игры	20	–	8	–	12
3	Гимнастика	18	–	8	–	10
4	Легкая атлетика	18	–	8	–	10
Итого		72	–	32		40

5.2. Содержание разделов дисциплины

Раздел 1. Лыжный спорт

Тема 1. Общие сведения о лыжном спорте

Теоретические сведения об оздоровительном и прикладном значении лыжного спорта, предупреждение травм на занятиях лыжным спортом. Практический материал: техника имитации одновременного бесшажного, одновременного одно- и двухшажного, попеременного двухшажного ходов на месте и в движении. Работа с амортизаторами.

Интерактивные формы: беседа, показ, контактная работа.

Тема 2. Подготовительные упражнения в обучении лыжному спорту

Специальные подготовительные упражнения для изучения техники классических и коньковых ходов. Шаговые и прыжковые имитации с палками и без палок. Строевые упражнения с лыжами на месте. Способы переноски лыж. Повороты на месте: вокруг пяток и носков лыж, махом, прыжком.

Интерактивные формы: беседа, показ, контактная работа.

Тема 3. Виды шага

Ступающий шаг. Изучение техники скользящего шага. Способы передвижения на лыжах (классические и коньковые ходы, переходы с хода на ход, подъемы в гору и спуски с них, повороты в движении, торможения).

Интерактивные формы: беседа, показ, контактная работа.

Тема 4. Обслуживание лыжного инвентаря

Выбор лыжного инвентаря. Установка креплений и ремонт. Оборудование для обработки лыж. Мази и парафины и их характеристика. Смазка и обработка лыж.

Интерактивные формы: беседа, показ, контактная работа.

Раздел 2. Спортивные игры

Тема 5. Прикладное значение спортивных игр

Об оздоровительном и прикладном значении спортивных игр, личная гигиена и профилактика травматизма при занятиях спортивными играми. Техника и тактика спортивных игр в нападении и в защите.

Интерактивные формы: беседа, показ, контактная работа.

Тема 6. Волейбол

Техника и тактика в игре в волейбол.

Интерактивные формы: беседа, показ, контактная работа.

Тема 7. Баскетбол

Техника и тактика в игре в баскетбол.

Интерактивные формы: беседа, показ, контактная работа.

Тема 8. Футбол

Техника и тактика в игре в футбол.

Интерактивные формы: беседа, показ, контактная работа.

Раздел 3. Гимнастика

Тема 9. Об оздоровительном и прикладном значении гимнастики

Оздоровительное и прикладное значение гимнастики. Строевые упражнения.

Интерактивные формы: беседа, показ, контактная работа.

Тема 10. Акробатические упражнения

Акробатические (вольные) упражнения.

Интерактивные формы: беседа, показ, контактная работа.

Тема 11. Упражнения на перекладине и на брусьях

Упражнения на перекладине и на брусьях параллельных и разной высоты.

Интерактивные формы: беседа, показ, контактная работа.

Тема 12. Общеразвивающие упражнения

Лазание по канату, упражнения на бревне, опорные прыжки**.**

Интерактивные формы: беседа, показ, контактная работа.

Раздел 4. Легкая атлетика

Тема 13. Об оздоровительном и прикладном значении легкой атлетики

Об оздоровительном и прикладном значении легкой атлетики, личная гигиена и предупреждение травм на занятиях легкой атлетикой.

Интерактивные формы: беседа, показ, контактная работа.

Тема 14. Бег на короткие и средние дистанции

Бег на короткие и средние дистанции.

Интерактивные формы: беседа, показ, контактная работа.

Тема 15. Бег на длинные дистанции
Бег на длинные дистанции.
Интерактивные формы: беседа, показ, контактная работа.

Тема 16. Прыжки в длину, метание гранаты
Прыжки в длину, метание гранаты с разбега.
Интерактивные формы: беседа, показ, контактная работа.

5.3. Тематика практических занятий

Название раздела	Тематика практических занятий	Трудоемкость, часы
Лыжный спорт	Тема 1. Общие сведения о лыжном спорте Рассматриваемые вопросы: 1. Теоретические сведения об оздоровительном и прикладном значении лыжного спорта. 2. Предупреждение травм на занятиях лыжным спортом. 3. Техника имитации одновременного бесшажного, одновременного одно- и двухшажного, попеременного двухшажного ходов на месте и в движении. 4. Работа с амортизаторами.	2
	Тема 2. Подготовительные упражнения в обучении лыжному спорту Рассматриваемые вопросы: 1. Специальные подготовительные упражнения для изучения техники классических и коньковых ходов. 2. Шаговые и прыжковые имитации с палками и без палок. 3. Строевые упражнения с лыжами на месте. 4. Способы переноски лыж. 5. Повороты на месте: вокруг пяток и носков лыж, махом, прыжком.	2
	Тема 3. Виды шага Рассматриваемые вопросы: 1. Ступающий шаг. 2. Изучение техники скользящего шага. 3. Способы передвижения на лыжах (классические и коньковые ходы, переходы с хода на ход, подъемы в гору и спуски с них, повороты в движении, торможения).	2
	Тема 4. Обслуживание лыжного инвентаря Рассматриваемые вопросы: 1. Выбор лыжного инвентаря. 2. Установка креплений и ремонт. 3. Оборудование для обработки лыж. 4. Мази и парафины и их характеристика. 5. Смазка и обработка лыж.	2
Спортивные игры	Тема 5. Прикладное значение спортивных игр Рассматриваемые вопросы: 1. Об оздоровительном и прикладном значении спортивных игр. 2. Личная гигиена и профилактика травматизма при занятиях спортивными играми. 3. Техника и тактика спортивных игр в нападении и в защите.	2
	Тема 6. Волейбол 1. Техника игры в волейбол. 2. Тактика игры в волейбол.	2
	Тема 7. Баскетбол 1. Техника игры в баскетбол. 2. Тактика игры в баскетбол.	2
	Тема 8. Футбол Рассматриваемые вопросы: 1. Техника игры в футбол. 2. Тактика игры в футбол.	2

Название раздела	Тематика практических занятий	Трудоемкость, часы
Гимнастика	Тема 9. Об оздоровительном и прикладном значении гимнастики Рассматриваемые вопросы: 1. Оздоровительное и прикладное значение гимнастики. 2. Строевые упражнения.	2
	Тема 10. Акробатические упражнения Рассматриваемые вопросы: 1. Акробатические (вольные) упражнения.	2
	Тема 11. Упражнения на перекладине и на брусьях Рассматриваемые вопросы: 1. Упражнения на перекладине. 2. Упражнения на параллельных брусьях 3. Упражнения на брусьях разной высоты.	2
	Тема 12. Общеразвивающие упражнения Рассматриваемые вопросы: 1. Лазание по канату. 2. Упражнения на бревне 3. Опорные прыжки.	2
Легкая атлетика	Тема 13. Об оздоровительном и прикладном значении легкой атлетики Рассматриваемые вопросы: 1. Об оздоровительном и прикладном значении легкой атлетики. 2. Личная гигиена и предупреждение травм на занятиях легкой атлетикой.	2
	Тема 14. Бег на короткие и средние дистанции Рассматриваемые вопросы: 1. Бег на короткие дистанции. 2. Бег на средние дистанции.	2
	Тема 15. Бег на длинные дистанции Рассматриваемые вопросы: 1. Бег на длинные дистанции.	2
	Тема 16. Прыжки в длину, метание гранаты Рассматриваемые вопросы: 1. Прыжки в длину. 2. Метание гранаты с разбега.	2
Итого		32

5.4. Самостоятельная работа студентов

№	Содержание раздела	Виды СРС		Объем, ч.	Формы контроля
		обязательные	дополнительные		
1.	Общие сведения о лыжном спорте	Изучение учебной документации по предмету	Изучение инфраструктуры физкультуры и спорта	2	Подготовка аналитической справки
2.	Подготовительные упражнения в обучении лыжному спорту	Освоение упражнений в домашних условиях	Подготовка выступления с презентацией о системе спортивных изданий	2	Показ упражнений, выступление с презентацией
3.	Виды шага	Освоение упражнений в домашних условиях	Подготовка выступления с презентацией о системе спортивного телевещания	2	Показ упражнений, выступление с презентацией
4.	Обслуживание лыжного инвентаря	Подготовка реферата	Подготовка выступления с презентацией о системе спортивного книгоиздания	2	Защита реферата, выступление с презентацией
5.	Прикладное значение спортивных игр	Подготовка реферата	Подготовка выступления с презентацией об истории олимпийского движения	2	Защита реферата, выступление с презентацией

№	Содержание раздела	Виды СРС		Объем, ч.	Формы контроля
		обязательные	дополнительные		
6.	Волейбол	Освоение упражнений в домашних условиях	Подготовка выступления с презентацией об истории паралимпийских игр	4	Показ упражнений, выступление с презентацией
7.	Баскетбол	Освоение упражнений в домашних условиях	Подготовка выступления с презентацией об этнических спортивных играх	4	Показ упражнений, выступление с презентацией
8.	Футбол	Контрольная работа № 1	Подготовка выступления с презентацией об известных спортсменах мира	2	Тестирование, выступление с презентацией
9.	Об оздоровительном и прикладном значении гимнастики	Подготовка реферата	Подготовка выступления с презентацией о спортивной прессе	1	Защита реферата, выступление с презентацией
10.	Акробатические упражнения	Освоение упражнений в домашних условиях	Подготовка выступления с презентацией об известных спортсменах России	5	Показ упражнений, выступление с презентацией
11.	Упражнения на перекладине и на брусьях	Освоение упражнений в домашних условиях	Подготовка выступления с презентацией об известных спортсменах Чувашии	2	Показ упражнений, выступление с презентацией
12.	Общеразвивающие упражнения	Освоение упражнений в домашних условиях	Подготовка выступления с презентацией о спортивной прессе мира	2	Показ упражнений, выступление с презентацией
13.	Об оздоровительном и прикладном значении легкой атлетики	Подготовка реферата	Подготовка выступления с презентацией о спортивной прессе России	1	Защита реферата, выступление с презентацией
14.	Бег на короткие и средние дистанции	Освоение упражнений в домашних условиях	Подготовка выступления с презентацией о спортивной прессе Чувашии	4	Показ упражнений, выступление с презентацией
15.	Бег на длинные дистанции	Освоение упражнений в домашних условиях	Участие в спортивных мероприятиях	3	Показ упражнений, обсуждение мероприятия
16.	Прыжки в длину, метание гранаты	Контрольная работа № 2	Участие в спортивных мероприятиях	2	Тестирование, обсуждение мероприятия
Итого				40	

Общий объем самостоятельной работы студентов по дисциплине включает аудиторную и внеаудиторную самостоятельную работу студентов в течение семестра.

Аудиторная самостоятельная работа осуществляется в форме выполнения физический упражнений по дисциплине.

Внеаудиторная самостоятельная работа осуществляется в формах:

– подготовки выступлений с презентациями;

– подготовки к контрольной работе в форме тестирования;

– освоения физических упражнений;

– написания рефератов.

Содержание и порядок выступлений, обучающихся на практических занятиях

Каждый студент самостоятельно готовит реферат с мультимедийной презентацией к практическому занятию, выбрав тот или иной из предложенных вопросов и ориентируясь на особенности составления мультимедийных презентаций о системе информационно-коммуникационных видов деятельности.

а) структура мультимедийной презентации:

– титульный лист;

– содержание (изложение учебного материала) в виде текстовой, графической информации, аудио и видеоматериалов;

– система самоконтроля и самопроверки;

– словарь терминов;

– использованные источники с краткой аннотацией.

б) требования к мультимедийной презентации:

– объем – не менее 10 слайдов;

– шрифт текста – не менее 16 пт.;

– текст должен занимать не более 1/4 всего объема презентации.

в) требования к выступлению:

– время выступления – не более 10 минут;

– не следует помещать весь текст выступления на слайдах презентации (они должны иллюстрировать презентуемую информацию);

– выступающий должен демонстрировать свободу и глубину владения представляемым материалом; умение уверенно излагать его языком, доступным для понимания.

6. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенции

6.1. Краткая характеристика процедуры реализации текущего и промежуточного контроля для оценки компетенций обучающихся

№	Наименование оценочного средства	Краткая характеристика процедуры оценивания компетенций	Представление оценочного средства в фонде
1.	Контрольная работа № 1, 2	Контрольная работа выполняется в форме тестирования по теоретическим вопросам курса.	Задания для выполнения итоговой работы
2.	Выступление с презентацией	В процессе самостоятельной подготовки к выступлению студент готовит доклад и презентацию. Доклад – продукт самостоятельной работы обучающегося, представляющий собой публичное выступление по представлению полученных результатов решения определенной учебно-исследовательской или научной темы. Тематика докладов выдается на первых семинарских занятиях, студент готовится к каждому практическому занятию, осуществляя выбор того или иного вопроса внутри темы. Студент может осуществлять подготовку к практическому занятию самостоятельно или в микрогруппе. Подготовка осуществляется во внеаудиторное время. При подготовке студентом изучаются разнообразные источники (литература, видеофильмы, научно-популярные программы и пр.), на основе которых составляется текст доклада и презентация к выступлению. На подготовку дается одна-две недели. Регламент – 10 мин. на выступление. В оценивании результатов преподавателем принимают участие студенты группы.	Вопросы для самостоятельного изучения обучающимися (темы выступлений с презентациями на практических занятиях)
3.	Реферат	Реферат – письменная работа объемом 10–18 печатных	Защита рефератов

		страниц, выполняемая студентом в течение длительного срока (от одной недели до месяца). Реферат – краткое точное изложение сущности какого-либо вопроса, темы на основе одной или нескольких книг, монографий или других первоисточников. Реферат должен содержать основные фактические сведения и выводы по рассматриваемому вопросу. Реферат отвечает на вопрос – что содержится в данной публикации (публикациях). Однако реферат – не механический пересказ работы, а изложение ее существа. В настоящее время, помимо реферирования прочитанной литературы, от студента требуется аргументированное изложение собственных мыслей по рассматриваемому вопросу. Тему реферата может предложить преподаватель или сам студент, в последнем случае она должна быть согласованна с преподавателем. В реферате нужны развернутые аргументы, рассуждения, сравнения. Материал подается не столько в развитии, сколько в форме констатации или описания. Содержание реферируемого произведения излагается объективно от имени автора. Если в первичном документе главная мысль сформулирована недостаточно четко, в реферате она должна быть конкретизирована и выделена.	
4.	Аналитическая справка	Аналитическая справка – документ, устанавливающий сущностные параметры изучаемого объекта или явления. Подготовка справки осуществляется во внеаудиторное время. При подготовке изучаются разнообразные источники, на основе которых составляется текст справки на заданную тему. На подготовку дается одна-две недели. Объем справки – до 1,5 страниц. В оценивании результатов преподавателем принимают участие студенты группы.	Анализ справки
5.	Зачет в форме устного собеседования	Проводится в заданный срок, согласно графику учебного процесса. При выставлении оценки учитывается уровень приобретенных компетенций студента. Компонент «знать» оценивается теоретическими вопросами по содержанию дисциплины, компоненты «уметь» и «владеть» – практико-ориентированными заданиями.	Комплект примерных вопросов к зачету

В конце изучения дисциплины подводятся итоги работы студентов на практических занятиях путем суммирования заработанных в течение семестра баллов.

6.2. Критерии оценивания знаний обучающихся по дисциплине

2 семестр

№	Вид деятельности	Максимальное количество баллов за занятие	Максимальное количество баллов по дисциплине
1	Посещение практических занятий	1	16
2	Работа на практических занятиях	148	152
3	Зачет	32	32
Итого	2 зачетные единицы		200

6.3. Формирование балльно-рейтинговой оценки работы обучающихся

Семестр		Посещение лекций	Посещение практических занятий	Работа на практических занятиях	Зачет

2 семестр	Разбалловка по видам работ	–	16×1=16 баллов	152 балла	32 балла
	Суммарный макс. балл	–	16 баллов max	152 балла max	32 балла max
Итого					200 баллов

6.4. Критерии оценивания работы обучающегося по итогам семестра

По итогам изучения дисциплины «Физическая культура и спорт», трудоёмкость которой составляет 2 ЗЕ (2 семестр), для получения оценки «зачтено» студенту необходимо набрать более 50 % от максимального количества баллов по данной дисциплине. Оценка за зачет выставляется согласно следующей схеме:

Оценка	2 ЗЕ
Зачтено	Более 100
Не зачтено	100 и менее

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Основная литература

1. Стриханов, М. Н. Физическая культура и спорт в вузах : учебное пособие / М. Н. Стриханов, В. И. Савинков. – 2-е изд. – Москва : Юрайт, 2022. – 160 с. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт. – URL: https://urait.ru/bcode/493629.

2. Физическая культура и спорт : учебник / В. А. Никишкин, Н. Н. Бумарскова, С. И. Крамской и др. – Москва : МИСИ – МГСУ, 2021. – 380 с. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: https://e.lanbook.com/book/179192.

Дополнительная литература

1. Антипов, О. В. Физическая культура и спорт : курс лекций / О. В. Антипов, А. М. Сурков, Е. Ю. Суханова. – Москва : МГАВМиБ им. К.И. Скрябина, 2021. – 118 с. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: https://e.lanbook.com/book/196249.

2. Каткова, А. М. Физическая культура и спорт : учебное наглядное пособие / А. М. Каткова, А. И. Храмцова. – Москва : МПГУ, 2018. – 64 с. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: https://e.lanbook.com/book/112555.

3. Парыгина, О. В. Теория физической культуры и спорта : учебное пособие / О. В. Парыгина. – Москва : РУТ (МИИТ), 2019. – 128 с. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: https://e.lanbook.com/book/188508.

4. Стеблецов, Е. А. Гигиена физической культуры и спорта : учебник для вузов / Е. А. Стеблецов, А. И. Григорьев, О. А. Григорьев ; под редакцией Е. А. Стеблецова. – Москва : Юрайт, 2022. – 308 с. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт. – URL: https://urait.ru/bcode/496688.

5. Фёдорова, Т. Ю. Общие основы теории физической культуры и спорта : учебное пособие для студентов всех специальностей. Ч. 3 / Т. Ю. Фёдорова, Ф. Р. Сибгатулина. – Москва : РУТ (МИИТ), 2020. – 140 с. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: https://e.lanbook.com/book/175899.

6. Фёдорова, Т. Ю. Общие основы теории физической культуры и спорта : учебное пособие для студентов всех специальностей. Ч. 2 / Т. Ю. Фёдорова, Ф. Р. Сибгатулина. – Москва : РУТ (МИИТ), 2019. – 235 с. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: https://e.lanbook.com/book/175596.

Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети интернет, необходимых для освоения дисциплины (модуля)

Интернет-ресурсы

№	Наименование дисциплины	Ссылка на информационный ресурс	Наименование разработки в электронной форме	Доступность
1.	Физическая культура	https://elibrary.ru – научная электронная библиотека; https://e.lanbook.com – электронно-библиотечная система «Лань»; https://rucont.ru – электронно-библиотечная система «Руконт» https://biblio-online.ru – электронная библиотека «Юрайт»		Свободный доступ

Электронные библиотечные системы (ЭБС), с которыми сотрудничает БОУ ВО «ЧГИКИ» Минкультуры Чувашии

№	Название ЭБС	№, дата договора	Срок использования	Количество пользователей
1.	ЭБС «Лань» (https://e.lanbook.com/)	лицензионный договор № 178034 от 12.01.2026 г. договор № ВКР 28/01-2026 на оказание услуг от 28.01.2026 г.	с 15.02.2026 по 14.02.2027	100%
2.	ЭБС Юрайт (https://urait.ru)	лицензионный договор №7645 от 23.01.2026 г.	с 29.02.2026 по 28.02.2027	100%
3.	ЭБС «Профи-Либ» (http://biblio.profy-lib.ru/)	договор № В02510 оказания услуг *от 12.01.2026 г.*	С 05.02.2026 по 04.02.2028	50%

8. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Успешное изучение курса требует от обучающихся активной работы на практических занятиях, выполнения всех учебных заданий преподавателя, ознакомления с основной и дополнительной литературой.

При подготовке к практическим занятиям студент должен изучить теоретический материал по теме занятия (изучить основную литературу, ознакомиться с дополнительной литературой, составить конспект, делая в нем соответствующие записи из литературных источников, научно-популярных программ). В случае затруднений, возникающих при освоении теоретического материала, студенту следует обращаться за консультацией к преподавателю. Готовясь к консультации, необходимо хорошо продумать вопросы, которые требуют разъяснения.

Подготовка к практическому занятию должна включать в себя:

1) подбор литературы по выбранной теме;

2) классификацию материала;

3) разработку выбранной самим студентом интерактивной формы работы;
4) подготовку к самостоятельному изложению материала на занятии;
5) освоение физических упражнений.

При работе над темами, определенными для самостоятельного изучения, необходимо:

1) подобрать и изучить литературу по теме, а также дополнительный материал;
2) законспектировать основные положения;
3) подготовить презентацию;
4) подготовиться к устному раскрытию темы;
5) подготовить физическое упражнение.

Результаты работы на практических занятиях оценивается в баллах в соответствии с балльно-рейтинговой системой.

9. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Наименование дисциплины (модуля), практик в соответствии с учебным планом	Наименование специальных помещений и помещение для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Приспособленность помещения для использования инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья
Физическая культура	Спортивный зал	Спортивный конь – 1 шт., брусья – 1 шт., спортивный комплекс (беговая дорожка) – 1 шт., шведская стенка – 2 шт., спортивный инвентарь: лыжи – 7 пар, скакалки – 12 шт., мячи футбольные – 2 шт., мячи баскетбольные – 4 шт., мячи волейбольные – 8 шт., ракетки для бадминтона – 8 шт., волейбольная сетка – 1 шт., баскетбольные кольца – 2 шт., бревно гимнастическое – 1 шт., маты гимнастические – 5 шт.	* Для лиц с нарушением зрения - приспособлено частично; * для лиц с нарушением слуха – приспособлено частично; * для лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата – приспособлено частично
	Помещение для самостоятельной работы	Спортивный конь – 1 шт., брусья – 1 шт., спортивный комплекс (беговая дорожка) – 1 шт., шведская стенка – 2 шт., спортивный инвентарь: лыжи – 7 пар, скакалки – 12 шт., мячи футбольные – 2 шт., мячи баскетбольные – 4 шт., мячи волейбольные – 8 шт., ракетки для бадминтона – 8 шт., волейбольная сетка – 1 шт., баскетбольные кольца – 2 шт., бревно гимнастическое – 1 шт., маты гимнастические – 5 шт.	* Для лиц с нарушением зрения - приспособлено частично; * для лиц с нарушением слуха – приспособлено частично; * для лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата – приспособлено частично

ЛИСТ
согласования рабочей программы

Специальность: 53.05.02 Художественное руководство оперно-симфоническим оркестром и академическим хором

Специализация: Художественное руководство академическим хором

Дисциплина: Физическая культура и спорт

Учебный год: 2026–2027

Форма обучения: очная

РЕКОМЕНДОВАНА заседанием кафедры хорового дирижирования и народного пения, протокол № 8 от 26 марта 2026 г.

Ответственный исполнитель заведующий кафедрой ГСЭД		Фомин Э. В.	26.03.2026
Исполнитель: старший преподаватель кафедры ГСЭД		Алексеев Н. Г.	26.03.2026

СОГЛАСОВАНО

Заведующий кафедрой хорового дирижирования и народного пения		Савадерова А. В.	27.03.2026
Декан факультета культуры		Илларионова Л. В.	27.03.2026
Заведующая научной библиотекой		Илларионова О. В.	27.03.2026
Представитель УМО		Федорова Н. К.	27.03.2026

Лист регистрации изменений

Номера страниц				Номер и дата документа об изменении	Должностное лицо, вводившее изменения		Дата ввода изменений	Срок введения изменения
измененных	замененных	новых	аннулированных		Ф.И.О., должность	подпись		