

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета физической
культуры и спорта, кандидат
педагогических наук, доцент
Смышнов К.М.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Система биоэкономичного психомоторного здоровоукрепления в непрерывном
физкультурном образовании

Направление подготовки	<u>49.04.01 Физическая культура</u>	
Направленность (профиль)	<u>«Профессиональное образование в сфере физической культуры и спорта»</u>	
Год начала обучения	<u>2026</u>	
Форма обучения	очная	заочная
Реализуется в семестре	<u>3</u>	<u>5</u>

Разработано

Кандидат педагогических наук, доцент,
доцент кафедры оздоровительной и
адаптивной физической культуры
Забельский С.Ю.

Ставрополь 2026

1. Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины является формирование профессиональной компетенции будущего магистра по направлению подготовки 49.04.01 Физическая культура. Дисциплина готовит магистров к внедрению в непрерывное физкультурное образование отечественной научно-обоснованной образовательно-оздоровительной системы биоэкономического психомоторного здравоукрепления с практическим усвоением новых биоэкономических здравоукрепительных технологий диагностики и управления психосоматическим состоянием организма людей различного возраста, занимающихся физической культурой и спортом.

Задачи дисциплины:

- сформировать у студентов основу знаний в области теории системного биоэкономического психомоторного здравоукрепления организма человека.
- обучить биоэкономической диагностике здравоукрепления и ее использованию в собственной профессиональной деятельности, учебной и повседневной жизни различных слоев населения.
- формировать практические умения самостоятельного использования студентами технологического комплекса управления индивидуальным развитием процесса здравоукрепления человека.
- определить эффективные пути внедрения инновационной системы в образовательную и медицинскую сферы деятельности бакалавров с целью оказания конкурентоспособных образовательно-оздоровительных услуг населению в соответствии с современными социальными заказами государства.
- направлять усилия на воспитание культуры здоровья студента, его созидательного и нравственного отношения к людям и профессии.
- прививать потребность в изучении инновационных разработок в вопросах менеджмента и организации здравоукрепления населения.
- оказывать целенаправленное оздоровительное, профилактическое и лечебное воздействие на организм обучаемых, путем комплексного использования технологий биоэкономического здравоукрепительного тренинга.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «Система биоэкономического психомоторного здравоукрепления в непрерывном физкультурном образовании» относится к дисциплинам по выбору Б1.В.ДВ.01.02. Ее освоение проходит в 3 семестре очной формы обучения.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесённых с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код, формулировка компетенции	Код, формулировка индикатора	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), характеризующие этапы формирования компетенций, индикаторов
ПК-3 Способен осуществлять педагогический контроль и оценку качества проведения учебных занятий по физической культуре при профессиональной поддержке специалистов	ИД-1ПК-3 ориентируется в особенностях внутренней оценки качества проведения учебных занятий по физической культуре при профессиональной поддержке специалистов	использует теоретические основы и диагностические технологии системы биоэкономического психомоторного здравоукрепления для осуществления внутренней оценки качества проведения учебных занятий по физической культуре при профессиональной поддержке специалистов
	ИД-2ПК-3 осуществляет педагогический контроль учебных занятий по физической культуре при профессиональной поддержке специалистов	ориентируется в особенностях внутренней оценки качества проведения учебных занятий по физической культуре при профессиональной поддержке специалистов используя технологии биоэкономической диагностики и управления процессами здравоукрепления

4. Объем учебной дисциплины (модуля) и формы контроля *

Объем занятий: всего: 3 з.е., 108 акд.ч.	ОФО, в акд. часах	ЗФО, в акд. часах
Контактная работа:	36	8
Лекции/из них практическая подготовка	12	4
Лабораторных работ/из них практическая подготовка		
Практических занятий/из них практическая подготовка	24/2	4
Самостоятельная работа	72	100
Формы контроля		
Зачет	+	+

5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием количества часов и видов занятий

№	Раздел (тема) дисциплины и краткое содержание	Формируемые компетенции, индикаторы	очная форма				заочная форма				Формы промежуточной аттестации
			Контактная работа обучающихся с преподавателем /из них в форме практической подготовки, часов			Самостоятельная работа, часов	Контактная работа обучающихся с преподавателем /из них в форме практической подготовки, часов			Самостоятельная работа, часов	
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы		Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы		
1	Инновационная образовательно-оздоровительная система биоэкономического психомоторного укрепления в непрерывном физкультурном образовании: сущность, основные понятия, ее значимость, блоки структуры системы.	ПК-3	2			2	2	2		7	Собеседование, Тестирование
2	Научное теоретическое и экспериментальное обоснование возможностей системы в укреплении населения. Содержание базовых элементов структуры системы БПМЗУ. Инновационные понятия «здоровье», «цикл психосоматического здоровья» и «биоэкономическая психомоторная адаптация», их формулы.	ПК-3				2				7	Собеседование, Тестирование
3	Оценка знаний студентов по блоку теории биоэкономики укрепления. Собеседование по изученному материалу	ПК-3	2	2/2		4				7	Собеседование, Тестирование
4	Цифровая диагностическая мера цикла психосоматического здоровья. Золотая пропорция здоровья и ее шкала. Негэнтропийные и энтропийные варианты БПМА. Технологический комплекс биоэкономической диагностики укрепления, его возможности.	ПК-3				2				7	Собеседование, Тестирование

5	Разработка биоэкономических расчетных таблиц. Дневник самоконтроля.	ПК-3	2		2			7	Собеседование, Тестирование
6	Разработка биоэкономических расчетных таблиц в избранном виде спорта	ПК-3		2	4			7	Собеседование, Тестирование
7	Оценка знаний студентов по блоку биоэкономической диагностики	ПК-3		2	6			7	Собеседование, Тестирование
8	Биоэкономический здоровоукрепительный тренинг, структурные элементы.	ПК-3	2		2	2		7	Собеседование, Тестирование
9	Комплекс биоэкономических здоровоукрепительных технологий.	ПК-3			6			7	Собеседование, Тестирование
10	Структура и содержание биоэкономической психомоторной гимнастики, как инновационной формы физической культуры, лечебной и адаптивной ФК и фундаментальной основы процесса здоровоукрепления организма.	ПК-3	2		4		2	7	Собеседование, Тестирование
11	Практическое здоровоукрепление организма. Биоэкономическая психомоторная гимнастика.	ПК-3		8	12			6	Собеседование, Тестирование
12	Формы биоэкономического здоровоукрепительного тренинга, их взаимодействия в процессе здорового образа жизни. Менеджмент здоровоукрепления населения.	ПК-3	2		2			6	Собеседование, Тестирование
13	Формирование практических умений комплексного внедрения и использования изученных технологий в здоровоукреплении организма занимающихся.	ПК-3		2	4			6	Собеседование, Тестирование
14	Оценка сформированности практических умений комплексного внедрения и использования изученных технологий в здоровоукреплении организма занимающихся.	ПК-3		6	14			6	Собеседование, Тестирование
15	Оценка знаний студентов по блоку управления здоровоукреплением. Самостоятельная оценка студентами целесообразности и практической значимости изученной дисциплины	ПК-3		2	6			6	Собеседование, Тестирование
ИТОГО за 3 (5) семестр			12	24/2	72	4	4	100	
ИТОГО			12	24/2	72	4	4	100	

6. Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю)

Фонд оценочных средств (ФОС) для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) «Система биоэкономического психомоторного здравоукрепления в непрерывном физкультурном образовании» базируется на перечне осваиваемых компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения дисциплины (модуля). ФОС обеспечивает объективный контроль достижения запланированных результатов обучения. ФОС включает в себя:

- описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания;
- методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций;
- типовые контрольные задания и иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и уровня овладения формируемыми компетенциями в процессе освоения дисциплины (модуля).

ФОС является приложением к данной программе дисциплины (модуля).

7. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Приступая к работе, каждый студент должен принимать во внимание следующие положения.

Дисциплина (модуль) построена по тематическому принципу, каждая тема представляет собой логически завершённый раздел.

Лекционный материал посвящён рассмотрению ключевых, базовых положений курсов и разъяснению учебных заданий, выносимых на самостоятельную работу студентов.

Практические занятия проводятся с целью закрепления усвоенной информации, приобретения навыков ее применения при решении практических задач в соответствующей предметной области.

Самостоятельная работа студентов направлена на самостоятельное изучение дополнительного материала, подготовку к практическим занятиям, а также выполнения всех видов самостоятельной работы.

Для успешного освоения дисциплины, необходимо выполнить все виды самостоятельной работы, используя рекомендуемые источники информации.

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

8.1. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

8.1.1. Перечень основной литературы:

1. Система биоэкономического психомоторного здравоукрепления в непрерывном физкультурном образовании : учебно-метод. пособие : Направление подготовки 49.04.01 - Физическая культура. Магистерская программа - Профессиональное образование в сфере физической культуры и спорта. Квалификация выпускника - магистр / сост. С. Ю. Забельский ; Сев.-Кав. федер. ун-т - Ставрополь : СКФУ, 2018. - 80 с.

2. Фундирование инновационных подходов к здоровьесбережению, обучению, социальной адаптации и реабилитации различных категорий населения Электронный ресурс. - Липецк : Липецкий ГПУ, 2019. - 143 с. - ISBN 978-5-907168-47-3.

8.1.2. Перечень дополнительной литературы:

1. Адаптация и здоровье : курс лекций / сост. Н. Г. Блинова ; сост. А. И. Федоров ; Министерство образования и науки Российской Федерации ; Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Кемеровский государственный университет». - Кемерово : КемГУ, 2018. - 295 с. : ил. - <http://biblioclub.ru/>. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-8353-2212-1

2. Методические указания по выполнению практических работ по дисциплине "Система биоэкономического психомоторного здравоукрепления в непрерывном физкультурном образовании" : Направление подготовки 49.04.01 Физическая культура; Направленность (профиль) «Профессиональное образование в сфере физической культуры и спорта»; Квалификация магистр; Учебный план 20126г. / сост. С. Ю. Забельский. - Ставрополь, 2026. - 28 с.

8.2. Перечень учебно-методического обеспечения самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю):

1. Забельский, С.Ю. Здоровье человека XXI века. Биоэкономическая диагностика здравоукрепления. Практикум : учебно-методическое пособие // Приложение к монографии «Здоровье человека XXI века.

Система биоэкономического психомоторного здравоукрепления» / С.Ю. Забельский. – Ставрополь : Изд-во ОАО «Издательско-полиграфическая фирма «Ставрополье»», 2009. – 96с.

2. Забельский, С.Ю. Здоровье человека XXI века. Система биоэкономического психомоторного здравоукрепления : монография / С.Ю. Забельский. – Ставрополь : Изд-во ОАО «Издательско-полиграфическая фирма «Ставрополье»», 2007. – 136с.

8.3. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля):

1. <http://elibrary.ru/defaultx.asp> Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU
2. <http://ru.wikipedia.org/wiki> (Википедия - свободная энциклопедия)
3. <http://www.biblioclub.ru> университетская библиотека online
4. <http://www.fismag.ru> Физкультура и спорт
5. <http://www.rsl.ru/ru/s97/s339> Российская Государственная библиотека
6. <http://www.teoriya.ru/ru/taxonomy/term/3> Теория и практика физической культуры
7. <http://www.rsl.ru/ru/s97/s339> Российская Государственная библиотека.

9. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

При чтении лекций используется компьютерная техника, демонстрации презентационных мультимедийных материалов. На семинарских и практических занятиях студенты представляют презентации, подготовленные ими в часы самостоятельной работы.

Информационные справочные системы:

Информационно-справочные и информационно-правовые системы, используемые при изучении дисциплины:

1	http://ru.wikipedia.org/wiki (Википедия - свободная энциклопедия)
2	http://www.rsl.ru/ru/s97/s339 Российская Государственная библиотека
3	http://elibrary.ru/defaultx.asp Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU
4	http://www.biblioclub.ru университетская библиотека online

Перечень программного обеспечения:

1	Альт Рабочая станция 10
2	Альт Рабочая станция К
3	Альт «Сервер»
4	Пакет офисных программ - Р7-Офис

10. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Лекции	Учебная аудитория для проведения учебных занятий, оснащенная мультимедийным оборудованием и техническими средствами обучения.
Практические занятия	Плавательный бассейн Северо-Кавказского федерального университета г. Ставрополь, кв-л 70, ул. Пушкина, 1, к. 3 Зал для фитнеса: приборы очистки и аэроионизации воздуха в помещении, гимнастические стулья, коврики для занятия фитнесом - 30 шт. Помещение для теоретических занятий: Северо-Кавказский федеральный университет г. Ставрополь, кв-л 70, ул. Пушкина, 1, к. 3 3-124, Краткофокусный мультимедиа-проектор Epson EB-436 Wi с настенным креплением и наб.кабелей Ноутбук Acer Aspire F5-573G-56DD i5-6200U/8Gb/1Tb/DVD-RW/GT950-4Gb/15.6FHD/Win10
Самостоятельная работа	Помещения для самостоятельной работы: 1-210, 6-405, 8-507, 7-320, 9-526, 11-404, 16-1205, 20-114, 20-514, 21-709, 21-812 Помещение для самостоятельной работы обучающихся оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и возможностью доступа к

	электронной информационно-образовательной среде университета
Практическая подготовка	Осуществляется в структурных подразделениях университета и (или) в организациях, осуществляющих деятельность по профилю соответствующей образовательной программы, в том числе ее структурном подразделении

11. Особенности освоения дисциплины (модуля) лицами с ограниченными возможностями здоровья

Обучающимся с ограниченными возможностями здоровья предоставляются специальные учебники, учебные пособия и дидактические материалы, специальные технические средства обучения коллективного и индивидуального пользования, услуги ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, а также услуги сурдопереводчиков и тифлосурдопереводчиков.

Освоение дисциплины (модуля) обучающимися с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано совместно с другими обучающимися, а также в отдельных группах.

Освоение дисциплины (модуля) обучающимися с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья.

В целях доступности получения высшего образования по образовательной программе лицами с ограниченными возможностями здоровья при освоении дисциплины (модуля) обеспечивается:

1) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:

- присутствие ассистента, оказывающий студенту необходимую техническую помощь с учетом индивидуальных особенностей (помогает занять рабочее место, передвигаться, прочитать и оформить задание, в том числе, записывая под диктовку),

- письменные задания, а также инструкции о порядке их выполнения оформляются увеличенным шрифтом,

- специальные учебники, учебные пособия и дидактические материалы (имеющие крупный шрифт или аудиофайлы),

- индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс,

- при необходимости студенту для выполнения задания предоставляется увеличивающее устройство;

2) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- присутствие ассистента, оказывающий студенту необходимую техническую помощь с учетом индивидуальных особенностей (помогает занять рабочее место, передвигаться, прочитать и оформить задание, в том числе, записывая под диктовку),

- обеспечивается наличие звукоусиливающей аппаратуры коллективного пользования, при необходимости обучающемуся предоставляется звукоусиливающая аппаратура индивидуального пользования;

- обеспечивается надлежащими звуковыми средствами воспроизведения информации;

3) для лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата (в том числе с тяжелыми нарушениями двигательных функций верхних конечностей или отсутствием верхних конечностей):

- письменные задания выполняются на компьютере со специализированным программным обеспечением или надиктовываются ассистенту;

- по желанию студента задания могут выполняться в устной форме.

12. Особенности реализации дисциплины с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения

Согласно части 1 статьи 16 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» под *электронным обучением* понимается организация образовательной деятельности с применением содержащейся в базах данных и используемой при реализации образовательных программ информации и обеспечивающих ее обработку информационных технологий, технических средств, а также информационно-телекоммуникационных сетей, обеспечивающих передачу по линиям связи указанной информации, взаимодействие обучающихся и педагогических работников. Под *дистанционными образовательными технологиями* понимаются образовательные технологии, реализуемые в основном с применением информационно-телекоммуникационных сетей при опосредованном (на расстоянии) взаимодействии обучающихся и педагогических работников.

Реализация дисциплины может быть осуществлена с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения полностью или частично. Компоненты УМК

дисциплины (рабочая программа дисциплины, оценочные и методические материалы, формы аттестации), реализуемой с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения, содержат указание на их использование.

При организации образовательной деятельности с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения могут предусматриваться асинхронный и синхронный способы осуществления взаимодействия участников образовательных отношений посредством информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

При применении дистанционных образовательных технологий и электронного обучения в расписании по дисциплине указываются: способы осуществления взаимодействия участников образовательных отношений посредством информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (ВКС-видеоконференцсвязь, ЭТ – электронное тестирование); ссылки на электронную информационно-образовательную среду СКФУ, на образовательные платформы и ресурсы иных организаций, к которым предоставляется открытый доступ через информационно-телекоммуникационную сеть «Интернет»; для синхронного обучения - время проведения онлайн-занятий и преподаватели; для асинхронного обучения - авторы онлайн-курсов.

При организации промежуточной аттестации с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения используются Методические рекомендации по применению технических средств, обеспечивающих объективность результатов при проведении промежуточной и государственной итоговой аттестации по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета и программам магистратуры с применением дистанционных образовательных технологий (Письмо Минобрнауки России от 07.12.2020 г. № МН-19/1573-АН "О направлении методических рекомендаций").

Реализация дисциплины с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий осуществляется с использованием электронной информационно-образовательной среды СКФУ, к которой обеспечен доступ обучающихся через информационно-телекоммуникационную сеть «Интернет», или с использованием ресурсов иных организаций, в том числе платформ, предоставляющих сервисы для проведения видеоконференций, онлайн-встреч и дистанционного обучения (**МТС-Линк**), а также с использованием возможностей социальных сетей для осуществления коммуникации обучающихся и преподавателей.

Учебно-методическое обеспечение дисциплины, реализуемой с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий, включает представленные в электронном виде рабочую программу, учебно-методические пособия или курс лекций, методические указания к выполнению различных видов учебной деятельности обучающихся, предусмотренных дисциплиной, и прочие учебно-методические материалы, размещенные в информационно-образовательной среде СКФУ.