

«Утверждаю»

-

**Рабочая программа дисциплины
Б1.О.06 «Физическая культура и спорт»**

1
1
2,
1

: ,
72

:

30

2022

1

2022

-
-
-
Тема 2. Основы здорового образа жизни студента.

Тема 3. Психологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.

-
Тема 4. Общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе.

-

Тема 5. Методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. Самоконтроль в процессе физического воспитания.

Тема 6. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта.

-

Тема 7. Профессионально-прикладная физическая подготовка будущих специалистов.

-

Тема 8. Гимнастическая терминология, основы подготовки и выполнения комплексов общеразвивающих упражнений

**Тема 9. Спортивные игры и легкая атлетика в вузе.
Спортивная игра волейбол. Особенности игры в разных медицинских группах.**

Баскетбол в высшем учебном заведении.

Настольный теннис на занятиях в вузе.

Легкая атлетика в вузе.

4. Тематический план

| 1 | - | 4 | 2 | 2 | |
|---|---|---|---|---|--|

| | | | | | |
|--------------|---|-----------|-----------|-----------|-----------|
| | | | | | |
| 2 | | 4 | 2 | 2 | |
| 3 | | 4 | 2 | 2 | |
| 4 | | 4 | 2 | 2 | |
| 5 | | 4 | 2 | 2 | |
| 6 | | 4 | 2 | 2 | |
| 7 | - | 4 | 2 | 2 | |
| 8 | | 4 | 2 | 2 | |
| 9 | | 40 | - | - | 40 |
| ИТОГО | | 72 | 16 | 16 | 40 |

5. Виды учебной деятельности

Занятия лекционного типа

Лекция №1

.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.

-

-

-

Лекция №2

- 1.

- 2.
- 3.

Лекция №3

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

Лекция №4

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Лекция №5

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.

Лекция №6

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

Лекция №7

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

Лекция №8

- 1.
- 2.
- 3.

Занятия семинарского типа

Практическое занятие №1

-

1. -
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Практическое занятие №2

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.

-

Практическое занятие №3

1. м
- 2.
- 3.

Практическое занятие №4

- 1.
- 2.
- 3.

-

Практическое занятие №5

- 1.
- 2.
- 3.

Практическое занятие №6

- 1.

2.

Практические занятия №7

1.

2.

Практические занятия №8

1.

2.

**Самостоятельная работа
Спортивные игры и легкая атлетика в вузе**

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

8.

9.

1.

2.

3.

4.

5.

1.

2.

3.

- - -

4.

6. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной и текущей аттестации

6.1. Оценочные средства и критерии оценивания для текущей аттестации

1) Тест

.

Правильные ответы:

Критерии выставления оценки за тест

| | |
|------------|--|
| | |
| 86% - 100% | |
| 69% - 84% | |
| 50% - 68% | |
| | |

Критерии оценивания устного ответа на практическом занятии

\

;

\

\

6.2. Оценочные средства и критерии оценивания для промежуточной аттестации
1) Реферат на соответствующую тему самостоятельной работы.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

- 5.
- 6.
- 7.

- 8.
- 9.
- 10.
- 11.
- 12.
- 13.
- 14.
- 15.
- 16.

- 17.

- 18.
- 19.
- 20.
- 21.

- 22.

- 23.
- 24.
- 25.

)

- - -

Требования к написанию реферата
Реферат

-

3)

4)

5)

- 2003

20

- 2003.

Критерии и показатели, используемые при оценивании реферата

| | |
|---|------------------|
| | |
| - | - - - |
| - | - - - - |

| | |
|---|---|
| | - |
| - | - |
| | - |
| 5 | - |
| - | - |
| | - |

Оценивание реферата

19
15

;

Для получения отметки «зачтено» по предмету «Физическая культура», студент должен посетить не менее 90% занятий лекционного типа, принимать активное участие на семинарских занятиях, а также получить отметку не ниже «удовлетворительно» за предоставленный реферат по теме самостоятельной работы.

7. Перечень основной и дополнительной литературы

7.1. Основная литература

1.

534-07339-3.
[online.ru/bcode/438400](https://bibli-online.ru/bcode/438400)

2.

2-

ISBN 978-5-
URL: [https://bibli-](https://bibli-online.ru/bcode/438400)

- 2- ISBN 978-5-534-11767-7
URL: <https://biblio-online.ru/bcode/446107>
3. , ISBN 978-5-534-09116-8.
URL: <https://biblio-online.ru/bcode/431427>
4. 2- ISBN 978-5-534-10524-7.
URL: <https://biblio-online.ru/bcode/430716>
5. 2- ISBN 978-5-534-07551-9.
URL: <https://biblio-online.ru/bcode/438824>
6. ISBN 978-5-534-05600-6.
URL: <https://biblio-online.ru/bcode/441686>

7.2. Дополнительная литература

1. ISBN 978-5-534-11092-0.
URL: <https://biblio-online.ru/bcode/444497>
2. 2- ISBN 978-5-534-07657-8.
URL: <https://biblio-online.ru/bcode/438414>
3. ISBN 978-5-534-10153-9
ISBN 978-5-7996-1903- ISBN 978-5-534-11441-6.
URL: <https://biblio-online.ru/bcode/429446>
4. - - -
5. 2- ISBN 978-5-534-07276-1.
URL: <https://biblio-online.ru/bcode/437343>
6. 2- ISBN 978-5-534-11441-6.
URL: <https://biblio-online.ru/bcode/445290>

7. 2- ISBN 978-5-534-06393-6.
URL: <https://biblio-online.ru/bcode/438412>
8. 2- ISBN 978-5-534-07484-0.
URL: <https://biblio-online.ru/bcode/437252>
9. -
10. -
11. 2- ISBN 978-5-534-11118-7.
URL: <https://biblio-online.ru/bcode/444505>

7.3. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. www.tssr.ru
2. www.fizkult-ura.ru
3. www.sportmedicine.ru
4. www.zanfiz.ru/istoriya-sozdaniya-trenazhorov
5. www.bmsi.ru

www.

8. Материально-техническое обеспечение Приборы, материалы и оборудование:

9. Программное обеспечение

Kaspersky Endpoint Security
FB6-161215-133553-1-6231

Microsoft Open License, 49463448 :

1. Microsoft Windows Professional 7 Russian
2. Microsoft Office 2010 Russian

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 6314D932A1EC8352F48BFFDFD0AA3F30

Владелец: Артеменков Михаил Николаевич

Действителен: с 21.09.2022 до 15.12.2023