

«Утверждаю»

-

6

2019

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

:

1

1

2,

1

72

:

30

2019

1

2019

-

-

-

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.
- 2.
- 3.

м

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

pdf ррх

3)

4)

5)

- 2003

20

K0% hēbb MbR\h ufb pufml
K0% hēbb MbR\h ufb pufml

	-
-	-
	-
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. *мл л* , , 2- ISBN 978-5-534-07657-8.
URL: <https://biblio-online.ru/bcode/438414>
3. *Д в л л* , , 2- ISBN 978-5-534-10153-9
ISBN 978-5-7996-1903- URL: <https://biblio-online.ru/bcode/429446>
4. - - -
5. *С к т* , , 2- ISBN 978-5-534-07276-1.
URL: <https://biblio-online.ru/bcode/437343>
6. *Ж л м* , , 2- ISBN 978-5-534-11441-6.
URL: <https://biblio-online.ru/bcode/445290>

7. *mm*, И,

2-

ISBN 978-5-534-06393-6.

URL: [https://biblio-](https://biblio-online.ru/bcode/438412)

[online.ru/bcode/438412](https://biblio-online.ru/bcode/438412)

8.

2-

ISBN 978-5-534-07484-0.

URL: <https://biblio-online.ru/bcode/437252>

9.

10.

11.

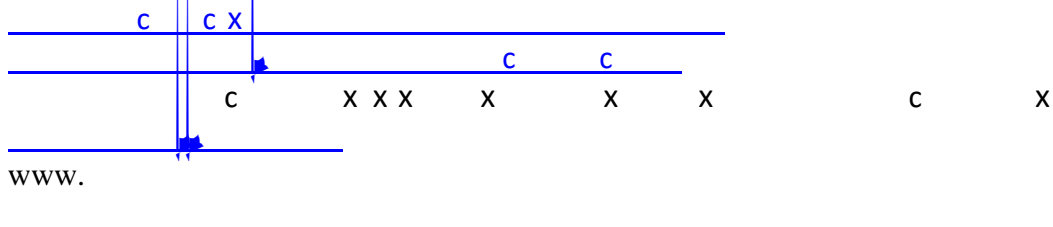
2-

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



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

