

«Утверждаю»

-

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

1

1

72

1

:

30

2020

1

2020

1. Место дисциплины в структуре ОП

.06

2. Планируемые результаты обучения по дисциплине

УК-7.	Знать: Уметь: Владеть:

3. Содержание дисциплины

Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. Социокультурное развитие личности. Социально-биологические основы адаптации организма человека к физической и умственной деятельности, факторам среды обитания.

-

-

-

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.

м

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.

e

ж



- - -

Требования к написанию реферата
Реферат

д

е фра

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://biblio-online.ru/bcode/438400)

2-

ISBN 978-5-
URL: [https://biblio-](https://biblio-online.ru/bcode/446107)

2.

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
4. ISBN 978-5-7996-1903- -
URL: <https://biblio-online.ru/bcode/429446>
5. 2-
6. ISBN 978-5-534-07276-1.
URL: <https://biblio-online.ru/bcode/437343>
7. 2- ISBN 978-5-534-11441-6.
URL: <https://biblio-online.ru/bcode/445290>
- 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

Microsoft Open License (Windows XP, 7, 8, 10, Server, Office 2003-2016),
66975477 03.06.2016 ().

-

