

*«Утверждаю»*

-

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

1  
2  
2, 72  
2

:

30

2019

1

## 1. Место дисциплины в структуре ОП

.31

39.03.02

(  
),

## 2. Планируемые результаты обучения по дисциплине

	л в йз й д л н л м мйн н м м К
УК-7.	<p><b>Знать:</b></p> <p><b>Уметь:</b></p> <p><b>Владеть:</b></p>

## 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
<b>ИТОГО</b>		<b>72</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>40</b>

### 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* *та тт*

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://biblioteka.ru/bcode/438400)

2.

2-

ISBN 978-5-  
URL: <https://biblioteka.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. *йл п Ж) )* 2- ISBN 978-5-534-07657-8.  
URL: <https://biblio-online.ru/bcode/438414>
3. *п п ) )* 2-
- ISBN 978-5-534-10153-9
- ISBN 978-5-7996-1903- ISBN 978-5-534-10153-9  
URL: <https://biblio-online.ru/bcode/429446>
4. -
5. *з л ) )* 2-
- ISBN 978-5-534-07276-1.  
URL: <https://biblio-online.ru/bcode/437343>
6. *п й О) )* 2- ISBN 978-5-534-11441-6.  
URL: <https://biblio-online.ru/bcode/445290>



7. лй Ж) )

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](http://www.tssr.ru)
2. [www.fizkult-ura.ru](http://www.fizkult-ura.ru)
3. [www.sportmedicine.ru](http://www.sportmedicine.ru)
4. [www.zanfiz.ru/istoriya-sozdaniya-trenazhorov](http://www.zanfiz.ru/istoriya-sozdaniya-trenazhorov)
5. [www.bmsi.ru](http://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: 03B6A3C600B7ADA9B742A1E041DE7D81B0

Владелец: Артеменков Михаил Николаевич

Действителен: с 04.10.2021 до 07.10.2022