

**«Утверждаю»**

**Рабочая программа дисциплины  
Б1.О.09 Элективные курсы по физической культуре и спорту**

**11.03.01 Радиотехника  
Радиоэлектронные системы и комплексы**

## 1. Место дисциплины в структуре ОП

## 2. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Компетенция	Индикаторы достижения
УК-7.	<p data-bbox="659 450 756 483"><b>Знать:</b></p> <p data-bbox="659 815 764 848"><b>Уметь:</b></p> <p data-bbox="659 1037 791 1070"><b>Владеть:</b></p>

## 3. Содержание дисциплины

**Легкая атлетика.**

**Спортивные игры**

.

Гимнастика.

#### 4. Тематический план

№ п/п	Разделы и темы	Всего часов	Формы занятий	
			практические занятия	самостоятельная работа
1.	Диагностика общефизического состояния студента	18	18	-
2.	Легкая атлетика	120	60	60
3.	Спортивные игры	124	60	64
4.	Гимнастика	44	22	22
5.	Подвижные игры	22		22
	<b>ИТОГО</b>	<b>328</b>	<b>160</b>	<b>168</b>

#### 5. Виды учебной деятельности

Занятия семинарского типа

1 курс, 1 семестр (32 часа)

1-7 занятия

8 занятие

9 занятие

**10-15 занятия –**

**16 занятие**

**1 курс, 2 семестр (32 часа)**

**1-15 занятия –**

**16 занятие**

**2 курс, 3 семестр (32 часа)**

**1-15 занятия –**

**16 занятие**

**2 курс, 4 семестр (32 часа)**

**1-15 занятия –**

**16 занятие**

**3 курс 5 семестр (32 часа)**

**1-15 занятия –**

**16 занятие**

**Самостоятельная работа**

**Студентам предлагаются на выбор вопросы для изучения. В конце каждого семестра они должны предоставить реферат на выбранную тему.**

**1 курс, 1 семестр**

**1 курс, 2 семестр**

**2 курс, 3 семестр**

**2 курс, 4 семестр**

**3 курс, 5 семестр**

**6. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной и текущей аттестации**

**6.1. Оценочные средства и критерии оценивания для текущей аттестации**

**1) Гимнастика. ОРУ.**

**Отлично \ зачтено**

**Хорошо \ зачтено**

**Удовлетворительно \ зачтено**



Не зачтено

**6.2. Оценочные средства и критерии оценивания для промежуточной аттестации  
1курс, 1 семестр**

**Тесты по спортивно-технической подготовке**

:

:

**Тесты по общефизической подготовке**

**Основная медицинская группа**

	Показатели и шкала оценок					Показатели и шкала оценок						
	Мужчины	1	2	3	4	5	Женщины	1	2	3	4	5
	<i>или</i>						<i>или</i>					

**Подготовительная медицинская группа**

№	Показатели и шкала оценок					Показатели и шкала оценок						
	Мужчины	1	2	3	4	5	Женщины	1	2	3	4	5
	<i>или</i>						<i>или</i>					


**Специальная медицинская группа**

№	Показатели и шкала оценок						Показатели и шкала оценок							
	Мужчины	курс	1	2	3	4	5	Женщины	курс	1	2	3	4	5
	<b>Гибкость:</b>	1-3						<b>Гибкость:</b>	1-3					
	<b>Бадминтон:</b>	1						<b>Бадминтон</b>	1					
		2							2					
		3							3					
	<b>Отжимания:</b>	1 2 3						<b>Вращение обруча</b>	1 2-3					

**1 курс, 2 семестр**

**Тесты по спортивно-технической подготовке**

:

:

Тесты по общефизической подготовке

Основная медицинская группа

№	Показатели и шкала оценок						Показатели и шкала оценок					
	Мужчины	1	2	3	4	5	Женщины	1	2	3	4	5

Подготовительная медицинская группа

№	Показатели и шкала оценок						Показатели и шкала оценок					
	Мужчины	1	2	3	4	5	Женщины	1	2	3	4	5

Специальная медицинская группа

№	Показатели и шкала оценок							Показатели и шкала оценок						
	Мужчины	курс	1	2	3	4	5	Женщины	курс	1	2	3	4	5
1.	Тест Купера	1-3		1,8 4,8 кр	6,0 кр	6,8 кр	7,3 кр	Тест Купера	1-3	3,5 кр	4,3 кр	5,1 кр	кр	6,2 кр



**Подготовительная медицинская группа**

<b>№</b>	<b>Показатели и шкала оценок</b>					<b>Показатели и шкала оценок</b>					
	<b>Мужчины</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>Женщины</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>






**Подготовительная медицинская группа**

№	Показатели и шкала оценок					Показатели и шкала оценок						
	Мужчины	1	2	3	4	5	Женщины	1	2	3	4	5
	<i>или</i>						<i>или</i>					

**Специальная медицинская группа**

№	Показатели и шкала оценок					Показатели и шкала оценок								
	Мужчины	курс	1	2	3	4	5	Женщины	курс	1	2	3	4	5
	<b>Гибкость:</b>	1-3						<b>Гибкость:</b>	1-3					
	<b>Бадминтон:</b>	1						<b>Бадминтон</b>	1					
		2							2					



		3							3					
	<b>Отжимания:</b>	1 2 3						<b>Вращение обруча</b>	1 2-3					

**Требования к написанию реферата**  
*«referre»*



## **Оценивание реферата**

### **Критерии выставления зачета «Зачтено»**

**«Не зачтено»**

## **7. Перечень основной и дополнительной литературы**

### **7.1. Основная литература**

---

---

---

---

---

---

### **7.2. Дополнительная литература**

---

7.3. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

---

---

---

---

---

**8. Материально-техническое обеспечение**

**Спортивный зал для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации**

**Помещение для самостоятельной работы**

**9. Программное обеспечение**

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 038643С600874004987424150041057098200

Владелец: Артеменков Михаил Николаевич

Действителен: с 04.10.2021 до 07.10.2022