

Государственное образовательное учреждение
«Приднестровский государственный университет им. Т.Г. Шевченко»

Бендерский политехнический филиал

Кафедра «Физическое воспитание и начальная военная подготовка»

УТВЕРЖДАЮ
Директор БПФ
ГОУ «ПГУ им. Т.Г. Шевченко»,
 / С.С. ИВАНОВА /
(подпись) (Ф.И.О.)
“ 09 ” 2023 г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по дисциплине

Б1.О.10 «Элективный курс по физической культуре и спорту»

(шифр, наименование дисциплины)

на 2023/2024 учебный год

на 2024/2025 учебный год

на 2025/2026 учебный год

Специальность

23.05.01 Наземные транспортно-технологические средства

(код и наименование специальности)

Специализация

Автомобильная техника в транспортных технологиях

(наименование специализации)

Квалификация:

инженер

Форма обучения:

очная

ГОД НАБОРА 2023

Бендеры, 2023

Рабочая программа дисциплины «Элективный курс по физической культуре и спорту» разработана в соответствии с требованиями Государственного образовательного стандарта высшего образования по специальности 23.05.01 «Наземные транспортно-технологические средства» и основной профессиональной образовательной программы по специализации «Автомобильная техника в транспортных технологиях».

Составители рабочей программы:
преподаватель кафедры ФВиНВП


(подпись) /А.Л. Ткаченко/
(Ф.И.О.)

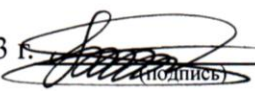
Рабочая программа утверждена на заседании кафедры
«Физическое воспитание и начальная военная подготовка»

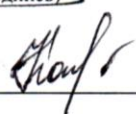
«01» сентября 2023г. протокол № 1

И.о. зав. кафедры – разработчика

«01» сентября 2023 г. 
(подпись) Е.Я. Евсеева

И.о. зав. кафедрой «Транспортно-технологических машин
и комплексов»

«06» сентября 2023 г. 
(подпись) А.С. Янута

Зам. директора по УМР ВПО 
(подпись) / Н.А. Колесниченко /

1. Цели и задачи освоения дисциплины.

Целью освоения дисциплины «Элективный курс по физической культуре и спорту» является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

Задачами освоения дисциплины являются:

- понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- знание научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно - ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП.

Дисциплина Б1.О.10 «Элективный курс по физической культуре и спорту» относится к обязательной части дисциплин основной профессиональной образовательной программы подготовки специалиста по специальности 23.05.01 «Наземные транспортно-технологические средства» специализация «Автомобильная техника в транспортных технологиях».

3. Требования к результатам освоения содержания дисциплины.

Изучение дисциплины направлено на формирование компетенций приведенных в таблице ниже:

Категория (группа) компетенций	Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции
Универсальные компетенции и индикаторы их достижения		
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ИД УК-7.1 Понимает влияние физической подготовки на укрепление здоровья, профилактику заболеваний ИД УК-7.2 Выполняет индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной физической культуры ИД УК-7.3 Поддерживает и оценивает уровень физической подготовленности для полноценной социальной и профессиональной деятельности

4. Структура и содержание дисциплины.

4.1. Распределение трудоемкости в з.е./часах по видам аудиторной и самостоятельной работы студентов по семестрам:

Распределение трудоемкости работы студентов в часах по семестрам

Семестр	Трудоем- кость, часы	Количество часов					Форма контроля
		в том числе					
		аудиторных				Самост. ра- бота (СР)	
		Всего	Лекций(Л)	Практич. зан.(ПЗ)	Лаб.зан.(ЛЗ)		
II	66	40	-	40	-	26	Зачет
Итого:	66	40	-	40	-	26	Зачет
III	65	40	-	40	-	25	
IV	66	40	-	40	-	26	Зачет
Итого:	131	80	-	80	-	51	Зачет
V	65	40	-	40	-	25	
VI	66	40	-	40	-	26	Зачет
Итого:	131	80	-	80	-	51	Зачет
Всего	328	200		200		128	Зачет

4.2. Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины.

№ разд.	Наименование разделов	Количество часов				
		Всего	аудиторная работа			СР
			Л	ПЗ	ЛЗ	
1	Базовые физкультурно-спортивные виды	230	-	160	-	70
2	Общая физическая подготовка	98	-	40	-	58
Итого:		328	-	200	-	128

4.3. Тематический план по видам учебной деятельности:

Лекции – не предусмотрены учебным планом.

Практические (семинарские) занятия (по курсам)

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов	Тема практических (семинарских) занятий	Учебно-наглядные пособия
1 курс				
Раздел 2. Общая физическая подготовка				
1	2	18	Тема. 1 Комплексы упражнений ППФП	Стенд по ППФП
		2	Общеподготовительные упражнения без предметов	
2		2	Разработка комплекса упражнений в зависимости от направленности двигательных задач.	
3		2	Разработка комплекса общеразвивающих упражнений без предметов	
4		2	Упражнения для мышц шеи, для мышц рук и плечевого пояса	
5		2	Упражнения для мышц туловища, для мышц брюшного пресса.	
6		2	Упражнения для мышц ног.	
7		2	Комбинированные упражнения. Упражнения в парах.	
8		2	Общеразвивающие упражнения с предметами	
9		2	Составление комплекса упражнений в зависимости от направленности двигательных задач.	
10		10	Тема 2. Корригирующая гимнастика	Стенд по ППФП
		2	Комплекс специальных упражнений, направленных на формирование правильной осанки и устранение деформаций опорно-двигательного аппарата	
11		2	Упражнения развитие координации, равновесия	
12		2	Упражнения на развитие подвижности суставов. Упражнения на развитие гибкости. Упражнения для профилактики плоскостопия.	
13		2	Упражнения для профилактики нарушений зрения.	
14		2	Корригирующая гимнастика для лиц с избыточным весом	
15		12	Тема 3. Развитие физических качеств	Инвентарь: свисток, секундомер мячи
		2	Развитие гибкости и координационных способностей	
16		2	Развитие силовых качеств	
17		2	Развитие скоростных способностей.	
18	2	Развитие скоростно-силовых качеств		
19	2	Подвижные игры, направленные на развитие быстроты и ловкости.		
20	2	Развитие выносливости		
Итого по разделу – 40 часов				
Итого за 1курс - 40 часов				
№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов	Тема практических (семинарских) занятий	Учебно-наглядные пособия
2 курс				
Раздел1. Базовые физкультурно-спортивные виды				
21.		20	Тема 1. Легкая атлетика	Инвентарь: секундомер, учеб. граната, ядро, грабли
		2	Техника специально-беговых легкоатлетических упражнений	
22.		2	Упражнения для обучения технике бега на короткие дистанции (низкий старт и стартовый разбег, переход от стартового разбега к бегу).	
23.		2	Упражнения для обучения технике бега на короткие дистанции (бег по прямой дистанции, техника бега на повороте).	
24.		2	Упражнения для обучения технике бега на средние и длинные дистанции.	
25.		2	Упражнения для обучения технике кроссового бега, спортивной ходьбе.	
26.		2	Упражнения для обучения технике эстафетного бега	

27.	1.	2	Упражнения для обучения технике прыжка	Инвен- тарь: мячи волей- больные
28.		2	Упражнения для обучения технике метания гранаты	
29.		2	Упражнения для обучения технике толкания ядра	
30.		2	Контрольные упражнения для оценки физической подготовленно- сти по легкой атлетике	
31.		20	Тема 2. Волейбол	
		2	Упражнения для обучения технике перемещений	
32.		2	Упражнения для обучения технике приема мяча двумя руками снизу	
33.		2	Упражнения для обучения технике приема мяча одной рукой снизу	
34.		2	Упражнения для обучения технике передачи мяча сверху	
35.		2	Упражнения для обучения технике передачи мяча снизу	
36.		2	Упражнения для обучения технике нижней подачи.	
37.		2	Упражнения для обучения технике верхней боковой подачи.	
38.		2	Упражнения для обучения технике верхней прямой подачи.	
39.		2	Упражнения для обучения технике атакующих ударов	
40.		2	Контрольные упражнения для оценки спортивно-технической под- готовки по волейболу	
		16	Тема 3. Баскетбол	
41.		2	Упражнения для обучения технике перемещений Упражнения для обучения технике передачи мяча двумя руками	
42.		2	Упражнения для обучения технике передачи мяча одной (двумя) ру- ками	
43.		2	Упражнения для обучения технике ведения мяча с низким (высоким) отскоком	
44.		2	Упражнения для обучения технике броска мяча в корзину одной (двумя) руками	
45.		2	Упражнения выполнения штрафного броска	
46.		2	Упражнения для обучения взаимодействия двух (трех) игроков при защите, при нападении.	
47.		2	Обучение групповым и командным действиям при защите, при нападении	
48.		2	Контрольные упражнения для оценки спортивно-технической под- готовки по баскетболу.	
		8	Тема 4. Настольный теннис	
49.	2	Упражнения для обучения технике передвижений. Способы держа- ния ракетки.		
50.	2	Упражнения для обучения технике удара по мячу (замах; ускорение и удар; завершение игрового движения и возврат в исходное поло- жение)		
51.	2	Упражнения для обучения технике исполнения основных типов уда- ров (подставка/ блок, толчок, накат, топ-спин, подрезка)		
52.	2	Обучение тактике одиночной игры. Обучение тактике парной игры		
53.	16	Тема 5. Футбол		
	2	Упражнения для обучения технике передвижений		
54.	2	Упражнения для совершенствования техники остановки мяча		
55.	2	Упражнения для совершенствования техники ведения мяча.		
56.	2	Упражнения для совершенствования техники отбора мяча		
57.	2	Упражнения для совершенствования техники ударов по мячу		
58.	2	Упражнения для совершенствования техники передач		
59.	2	Обучение групповым и командным действиям при защите, при нападении		
60.	2	Контрольные упражнения для оценки спортивно-технической под- готовки по футболу		
Итого по разделу – 80 часов				
Итого за 2курс - 80 часов				
№ п/п	Номер раздела дисци- плины	Объ- ем часов	Тема практических (семинарских) занятий	Учебно- нагляд- ные пособия
3 курс				
Раздел 1. Базовые физкультурно-спортивные виды				
61.		20	Тема 1. Легкая атлетика	Инвен- тарь: секундо- мер, учеб.
		2	Техника специально-беговых легкоатлетических упражнений	
62.		2	Упражнения для совершенствования техники бега на короткие ди- станции (низкий старт и стартовый разбег, переход от стартового разбега к бегу).	

63.	1.	2	Упражнения для совершенствования техники на короткие дистанции (бег по прямой дистанции, техника бега на повороте).	граната, ядро, грабли	
64.		2	Упражнения для совершенствования техники бега на средние и длинные дистанции.		
65.		2	Упражнения для совершенствования техники кроссового бега, спортивной ходьбы.		
66.		2	Упражнения для совершенствования техники эстафетного бега		
67.		2	Упражнения для совершенствования техники прыжка		
68.		2	Упражнения для совершенствования техники метания		
69.		2	Упражнения для совершенствования техники толкания ядра		
70.		2	Контрольные упражнения для оценки физической подготовленности студента по легкой атлетике		
71.		20	Тема 2. Волейбол		Инвентарь: мячи волейбольные
72.		2	4.1 Упражнения для совершенствования техники приема и передачи мяча двумя руками снизу на месте, в движении		
73.	2	4.2 Упражнения для совершенствования техники приема и передачи мяча сверху на месте, в движении, у сетки			
74.	2	4.3 Упражнения для совершенствования техники подачи.			
75.	2	4.4 Упражнения для совершенствования обманных атакующих ударов			
76.	2	4.5 Упражнения для обучения блокированию.			
77.	2	4.6 Обучение индивидуальным тактическим действиям в нападении, в защите.			
78.	2	4.7 Обучение групповым тактическим действиям в нападении, в защите.			
79.	2	4.8 Обучение взаимодействию игроков передней и задней линий между собой.			
80.	2	4.9 Обучение командным тактическим действиям			
81.	1.	2	Контрольные упражнения для оценки спортивно-технической подготовки студента по волейболу	Инвентарь: мячи волейбольные;	
82.		14	Тема 3. Баскетбол		
83.		2	Упражнения для совершенствования техники владения мячом, стоек и перемещений		
84.		2	Упражнения для обучения индивидуальных технико - тактических действий без мяча		
85.		2	Упражнения для обучения индивидуальных действий в защите, действие против нападающего без мяча и с мячом		
86.		2	Упражнения для обучения групповых действий игроков в защите, обучение взаимодействию двух и трех игроков		
87.		2	Обучение командным действиям в защите – концентрированная защита и рассредоточенная.		
88.		2	Обучение взаимодействию игроков в зонной защите.		
89.		2	Обучение командным действиям в нападении.		
90.		2	Контрольные упражнения для оценки спортивно-технической подготовки студентов по баскетболу.		
91.	1.	12	Тема 5. Футбол		Инвентарь: мячи футбольные; фишки.
92.		2	3.1 Упражнения для совершенствования техники остановки мяча		
93.		2	3.2 Упражнения для совершенствования техники передач мяча		
94.		2	3.3 Упражнения для совершенствования техники ведения мяча		
95.		2	3.4 Обучение групповым действиям в нападении – в парах и тройках		
96.		2	3.5 Обучение командным тактическим действиям «быстрое нападение», «постепенное нападение».		
97.		2	3.6 Обучение тактике игры в защите персональным и зонным методом		
98.		2	Контрольные упражнения для оценки спортивно-технической подготовки студентов по футболу		
99.		10	Тема 5. Туризм		
100.		2	Организация туристического похода. Снаряжение и организация питания в походе.		
		2	Организация туристического лагеря. Способы разжигания костра.	Инвентарь: туристическое снаряжение, топографич. карты, компас	
		2	Способы вязки узлов		
		2	Безопасность путешествия и оказание первой медицинской помощи.		
		2	Способы ориентирования. Ориентирование при помощи компаса и карты.		
Итого по разделу – 80 часов					
Итого за 3 курс - 80 часов					
Всего по дисциплине: 200 часов					

Лабораторные занятия – учебным планом не предусмотрены.

Самостоятельная работа обучающегося

Раздел дисциплины	№ п/п	Тема и вид самостоятельной работы обучающегося	Трудоемкость (в часах)
1 курс			
Базовые физкультурно-спортивные виды			
Раздел 1.	1	История баскетбола. Баскетбол на олимпийских играх (СИТ)	2
	2	Состав судейской коллегии в баскетболе, их функции (СИТ)	2
	3	Официальные правила баскетбола. Официальные правила баскетбола 3х3. (СИТ)	4
	4	История футбола. Футбол на олимпийских играх (СИТ)	2
	5	Состав судейской коллегии в футболе, их функции (СИТ)	2
	6	Официальные правила футбола. Официальные правила мини-футбола. (СИТ)	4
Итого по разделу 1			16
Общая физическая подготовка			
Раздел 2.	1	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. (СИТ)	2
	2	Социально-биологические основы физической культуры (СИТ)	2
	3	Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья. (СИТ)	2
	4	Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. (СИТ)	2
	5	Средства физической культуры в регулировании работоспособности. (СИТ)	2
Итого по разделу 2			10
Итого за 1 курс			26
2 курс			
Базовые физкультурно-спортивные виды			
Раздел 1.	1	История легкой атлетики. Виды легкой атлетики в Олимпийских играх (СИТ)	4
	5	История волейбола. Волейбол на олимпийских играх (СИТ)	4
	6	Состав судейской коллегии в волейболе, их функции (СИТ)	3
	7	Официальные правила волейбола. (СИТ)	2
	8	История настольного тенниса. Настольный теннис на олимпийских играх (СИТ)	4
	9	Состав судейской коллегии в настольном теннисе, их функции (СИТ)	2
	10	Правила игры в настольный теннис (СИТ)	4
	11	Игровая баскетбольная площадка, ее размеры, линии, зоны. (СИТ)	2
	12	Футбольное поле, размеры, разметка. Размеры ворот. (СИТ)	2
Итого по разделу 1			27
Общая физическая подготовка			
Раздел 2.	1	Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания (СИТ)	4
	2	Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями (СИТ)	4
	3	Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений. (СИТ)	4
	4	Студенческий спорт. Его организационные особенности (СИТ)	4
	5	Международные студенческие спортивные соревнования. Всемирные студенческие спортивные игры (универсиады) (СИТ)	4
	6	Участие студентов в Олимпийском движении (СИТ)	4
Итого по разделу 2			24
Итого за 2 курс			51
3 курс			
Базовые физкультурно-спортивные виды			
Раздел 1.	1	Место и значение легкой атлетики в системе оздоровительных мероприятий. (СИТ)	2
	2	Контроль и самоконтроль занимающихся оздоровительным бегом и ходьбой (СИТ)	2
	3	Как влияет волейбол на здоровье человека? (СИТ)	2
	4	Какие физические качества развивает волейбол? (СИТ)	3

	5	Как влияет баскетбол на здоровье человека? (СИТ)	2
	6	Какие физические качества развивает баскетбол? (СИТ)	3
	7	Как влияет футбол на здоровье человека? (СИТ)	2
	8	Какие физические качества развивает футбол? (СИТ)	3
	9	Основные виды туризма (СИТ)	2
	10	Туризм в Приднестровье. (СИТ)	2
	11	Чем отличается активный спортивный туризм от пассивного? (СИТ)	2
	12	В чём заключается сущность культурно-познавательного туризма? (СИТ)	2
Итого по разделу 1			27
Общая физическая подготовка			
Раздел 2.	1	Самоконтроль, занимающихся физическими упражнениями и спортом (СИТ)	4
	2	Профессионально прикладная физическая подготовка (ППФП) студентов (СИТ)	4
	3	Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста (СИТ)	4
	4	Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры. (СИТ)	4
	5	Понятие «производственная физическая культура (ПФК)», ее цели и задачи. (СИТ)	4
	6	Физическая культура и спорт в свободное время специалиста (СИТ)	4
Итого по разделу 2			24
Итого за 3 курс			51
Всего по дисциплине			128

Примечание: СИТ – самостоятельное изучение темы

5. Примерная тематика курсовых проектов (работ) по предмету «Элективный курс по физической культуре и спорту» учебным планом не предусмотрена.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины:

6.1 Обеспеченность обучающихся учебниками, учебными пособиями

№ п/п	Наименование учебника, учебного пособия	Автор	Год издания	Кол-во экземпляров	Электронная версия	Место размещения электронной версии
Основная литература						
1	Физическая культура студента. Учебник для высших учебных заведений	проф. Ильинича В.И	2005	1	в наличии	ЭИР
2	Легкая атлетика: Учебное пособие для студ. ВУЗ	Жилкин А.И., Кузьмин В.С., Сидорчук Е.В.	2008	1	в наличии	ЭИР
3	Спортивные игры. Техника, тактика, методика обучения. Учебник для ВУЗ	Железняк Ю.Д. Портнов Ю.М.	2006	1	в наличии	ЭИР
4	Теория и методика физической культуры. Учебник	Курамшин Ю.Ф.	2007	2	в наличии	ЭИР
5	Физическая культура. Серия «Учебники, учебные пособия».	Евсеев Ю.И.	2003	1	в наличии	ЭИР
6	Здоровье и физическая культура студента	Бароненко В.А., Рапопорт Л.А.	2003	1	в наличии	ЭИР
Дополнительная литература						
1	Подводящие упражнения для занятий по волейболу. Учебно-методическое пособие	Евсеева Е.Я., Кутищев С.А	2013	1	в наличии	ЭИР
2	Подводящие упражнения для занятий по баскетболу. Учебно-методическое пособие	Кутищев С.А., Евсеева Е.Я.	2014	1	в наличии	ЭИР
3	Туризм. Учебно-методическое пособие	Брезгун И.Я., Евсеева Е.Я., Кутищев С.А.,	2016	1	в наличии	ЭИР

		Маруха М.В.				
4	Азбука основ настольного тенниса. Знание. Умение. Совершенство. Учебно-практическое пособие	Кузин О.П.	2019	-	в наличии	ЭИР
5	Функциональный тренинг как форма самостоятельных занятий по физической культуре для студентов ВУЗ. Учебное пособие	Антонова Э.Р.	2021	-	в наличии	ЭИР
6	Общеразвивающие упражнения. Комплексы. Методические рекомендации.	Антонова Э.Р.	2021	-	в наличии	ЭИР
Итого по дисциплине: % печатных изданий 100; % электронных 100 ;						

6.2. Программное обеспечение и Интернет-ресурсы:

<http://www.fizkult-ura.ru>

<http://www.fizkulturaravshkole.ru>

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины «Элективный курс по физической культуре и спорту»:

п/п	Наименование специализированных аудиторий, кабинетов, лабораторий и пр. с перечнем основного оборудования	Форма владения, пользования (собственность, оперативное управление, аренда и т.п.)
1	Стадион: сектор для прыжков в длину с разбега; гимнастический городок.	Собственность
2	Стадион: открытые площадки для спортивных игр (баскетбол, волейбол).	Собственность
3	Спортивный зал: площадка для спортивных игр (баскетбол, волейбол);	Собственность
4	Инвентарь: футбольные мячи; баскетбольные мячи; волейбольные мячи; волейбольная сетка; секундомер, свисток.	Собственность
5	Теннисный зал: теннисные столы; теннисные ракетки, теннисные мячи.	Собственность

8. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины:

Преподавателю следует акцентировать внимание на закрепление студентами знаний и умений основ техники двигательного действия, формировании у них навыка выполнения двигательных действий, направленных на развитие физических качеств, необходимых в будущей профессиональной деятельности, и на формирование личности, используя различные средства и методы обучения.

Студенты, осваивающие дисциплину «Элективный курс по физической культуре и спорту», должны оцениваться по трем видам учебной деятельности: теоретическому, методико-практическому и учебно-тренировочному. Условием допуска к контрольным заданиям (упражнениям- тестам) является регулярность посещения учебных занятий, обеспечивающая физиологическое и методическое повышение функциональной и двигательной подготовленности студента.

Критерием освоения студентом учебного материала является оценка регулярности посещения обязательных учебных занятий и результатов выполнения контрольных заданий в виде тестов и упражнений. Общая оценка определяется как среднеарифметическое положительных оценок по всем разделам учебной деятельности (не ниже "удовлетворительно").

9. Технологическая карта дисциплины.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ВО
по дисциплине «Элективный курс по физической культуре и спорту»
Курс – I
группа: БП23ДР65АТ1

семестр 2
на 2023- 2024 учебный год
Преподаватели, ведущие практические занятия – Ткаченко А.Л.
Кафедра «Физическое воспитание и начальная военная подготовка»

Семестр	Трудоемкость, часы	Количество часов					Форма контроля
		в том числе					
		аудиторных				Самост. работы	
		Всего	Лекций	Практич. зан	Лаб.зан		
II	66	40	-	40	-	26	Зачет
Итого:	66	40	-	40	-	26	Зачет

Технологическая карта

Форма текущей аттестации	Расшифровка	Минимальное кол-во баллов	Максимальное кол-во баллов
Контроль посещаемости занятий	Посещение практических занятий	4	10
Текущий контроль работы студента на практических занятиях	Тема.1 Комплексы упражнений ППФП	10	26
	Тема 2. Корригирующая гимнастика	9	24
	Тема 3. Развитие физических качеств	9	24
Рубежный контроль	Зачетное тестирование	8	16
Итого кол-во баллов по текущей аттестации		40	100
Промежуточная аттестация	Зачет	10	30
Итого кол-во баллов по текущей аттестации за 1 курс	весовой коэффициент 0,2	40	100

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ВО
по дисциплине «Элективный курс по физической культуре и спорту»

Курс – II
Группа БП23ДР65АТ1

семестр 3- 4
на 2024- 2025 учебный год

Преподаватели, ведущие практические занятия – Ткаченко А.Л.
Кафедра «Физическое воспитание и начальная военная подготовка»

Семестр	Количество часов						Форма контроля
	Трудоемкость, часы	в том числе				Самост. работы	
		аудиторных					
		Всего	Лекций	Практич. зан	Лаб.зан		
III	65	40	-	40	-	25	
IV	66	40	-	40	-	26	Зачет
Итого:	131	80	-	80	-	51	Зачет

Технологическая карта

Форма текущей аттестации	Расшифровка	Минимальное кол-во баллов	Максимальное кол-во баллов
Контроль посещаемости занятий	Посещение практических занятий	4	10
Текущий контроль работы студента на практических занятиях	Тема 1. Легкая атлетика	5	14
	Тема 2. Волейбол	5	14
	Тема 3. Баскетбол	4	11
	Тема 4. Настольный теннис	2	8
	Тема 5. Футбол	4	11
Рубежный контроль	Зачетное тестирование	16	32
Итого кол-во баллов по текущей аттестации		40	100
Промежуточная аттестация	Зачет	10	30
Итого кол-во баллов по текущей аттестации за 2 курс	весовой коэффициент 0,4	40	100

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ВО
по дисциплине «Элективный курс по физической культуре и спорту»

Курс – III
Группа БП23ДР65АТ1

семестр 5- 6
на 2025- 2026 учебный год

Преподаватели, ведущие практические занятия- Ткаченко А.Л.
Кафедра «Физическое воспитание и начальная военная подготовка»

Семестр	Количество часов						Форма контроля
	Трудоемкость, часы	в том числе				Самост. работы	
		аудиторных					
		Всего	Лекций	Практич. зан	Лаб.зан		
V	65	40	-	40	-	25	Зачет
VI	66	40	-	40	-	26	
Итого:	131	80	-	80	-	51	Зачет

Технологическая карта

Форма текущей аттестации	Расшифровка	Минимальное кол-во баллов	Максимальное кол-во баллов
5 - 6 семестр			
Контроль посещаемости занятий	Посещение практических занятий	4	10
Текущий контроль работы студента на практических занятиях	Тема 1. Легкая атлетика	5	14
	Тема 2. Волейбол	5	14
	Тема 3. Баскетбол	4	11
	Тема 5. Футбол	4	11
	Тема 6. Туризм	2	8
Рубежный контроль	Зачетное тестирование	16	32
Итого кол-во баллов по текущей аттестации		40	100
Промежуточная аттестация	Зачет	10	30
Итого кол-во баллов по дисциплине	весовой коэффициент 0,4	40	100

Примечание:

- Студент получает отметку «зачтено», если он набрал по учебному курсу не менее 40 баллов.

- При количестве рейтинговых баллов до 40 студенту предоставляется возможность в течение экзаменационной сессии и первых двух недель следующего семестра отработать в установленном порядке материал по пропущенным контрольным точкам учебного курса, однако если итоговое количество баллов по учебному курсу после отработки не превышает 40, студент подлежит отчислению.

- **Дополнительные требования для студентов, отсутствующих на занятиях по уважительной причине:** предоставление документа подтверждающего уважительную причину (справка, заявление и т.д.) и сдача пропущенных технических элементов.

- Для студентов **специального медицинского учебного отделения**, освобожденных от практических занятий по состоянию здоровья, предусматривается своевременное написание и защита реферативной работы, письменное тестирование и ответы на зачетные вопросы, в сумме которые составляют от 40 до 100 баллов.

Преподаватель ФВиНВП

И.о. зав. кафедрой ФВиНВП

Зам. директора по УМР ВПО



А.Л. Ткаченко

Е.Я. Евсеева

Н.А. Колесниченко