

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

Факультет физической культуры и спорта

Кафедра «Физическое воспитание»



УТВЕРЖДАЮ:
Декан ФФКиС профессор

физическая
культура
и спорт

В.Ф. Гуцу

«15» *августа* 20 *16* г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

на 2016/2017 учебный год

УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ»

Направления подготовки

09.03.02 «Информационные системы и технологии»

Профиль подготовки

«Безопасность информационных систем»

Для набора

2016 года

Квалификация (степень) выпускника

бакалавр

Форма обучения:

Очно-заочная

Тирасполь, 2016

Рабочая программа дисциплины «Элективные курсы по физической культуре» /сост. Т.И. Черба, Т.Т.Чекате – Тирасполь: ГОУ ПГУ, 2016. – с. 15

Рабочая программа предназначена для преподавания дисциплины «Элективные курсы по физической культуре » студентам очно-заочной формы обучения по направлению подготовки 09.03.02 «Информационные системы и технологии», профиль подготовки «Безопасность информационных систем»

Рабочая программа составлена с учетом Федерального Государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования по направлению подготовки: 09.03.02 «Информационные системы и технологии», утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 12 марта 2015 г. № 219.

© Черба Т.И., Чекате Т.Т.

2016

© ГОУ ПГУ, 2016

1. Цели и задачи освоения дисциплины

Цель преподавания дисциплины: формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности, владеть универсальными и специализированными компетенциями.

Задачи изучения дисциплины:

- понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- знание научно-биологических, педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям 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 и спорте;
- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

2. Место дисциплины в структуре ООП ВО

Элективный курс по дисциплине «Физическая культура входит в вариативную часть федеральных Государственных образовательных стандартов высшего образования третьего поколения в подготовке дипломированного бакалавра и относится к циклу Б1.В.ДВ. Приступая к занятиям физической культурой, студент опирается на знания и навыки, приобретенные в рамках программ общего (основного и среднего общего) и среднего профессионального образования по физической культуре. Для этого студент должен владеть основными методами физического воспитания и укрепления здоровья, быть готовым к выполнению основных упражнений и комплексов упражнений по гимнастике, легкой атлетике и наиболее распространенным спортивным играм. Учебная работа проводится в форме лекционных и практических занятий.

3. Требования к результатам освоения содержания дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих общекультурных компетенций: 09.03.02 «Информационные системы и технологии»

Код компетенции	Формулировка компетенции
ОК-11	Владеет средствами самостоятельного методически правильного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья, готов к достижению должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

В результате освоения дисциплины студент должен:

знать:

- основы здорового образа жизни;
- физическую культуру в общекультурной и профессиональной подготовке, общефизическую и специальную подготовку в системе спорта;
- роль физической культуры в развитии человека и подготовке бакалавра;

уметь:

- использовать средства физической культуры для оптимизации физической работоспособности;
- использовать формы самоконтроля за состоянием своего организма;
- использовать приобретенный личный опыт физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных и профессиональных целей.

владеть:

- профессионально-прикладной физической подготовкой;
- индивидуальными видами спорта и системами физических упражнений;
- методикой самостоятельных занятий физическими упражнениями или системами физических упражнений;
- системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепления здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств.

4. Структура и содержание учебной дисциплины

4.1. Содержание дисциплины

Учебная дисциплина «Элективный курс по физической культуре» включает в качестве обязательного минимума следующие дидактические единицы, интегрирующие тематику теоретического и контрольного учебного материала:

- физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов;
- социально-биологические основы физической культуры. Основы здорового образа жизни студента;
- индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений. Общая физическая и спортивная подготовка;
- самостоятельные занятия физическими упражнениями и самоконтроль занимающихся самостоятельными занятиями ;
- профессионально-прикладная физическая подготовка студентов.

Учебный материал каждой дидактической единицы дифференцирован через следующие разделы программы:

- теоретический раздел, формирующий мировоззренческую систему научно-практических знаний и отношений к физической культуре;

- контрольный раздел , (рубежный контроль) определяющий объективный учёт процесса и результатов учебной деятельности студентов. Учебный материал и контрольные задания, представлены в теоретическом и контрольном разделах программы по дисциплине «Элективный курс по физической культуре» трудоемкостью в две зачетные единицы (з.е.), в объеме 328 часов.

4.2. Распределение трудоемкости в часах по видам аудиторной и самостоятельной работы студента по семестрам

Вид учебной работы	Всего часов	Курс I	
		1 семестр	2 семестр
Общая трудоемкость дисциплины			
Аудиторные занятия			
Лекции	12	6	6
Контроль	8	4	4
Практические занятия			
Самостоятельная работа			
Вид итогового контроля	зачет		зачет

4.3. Содержание разделов дисциплины: теоретический раздел программы

4.3.1. Лекционный курс (12 часов)

№ п/п	Название темы	Кол-во часов	Форма контроля
1.	<p><i>Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.</i></p> <p>1. Физическая культура – часть общечеловеческой культуры. Компоненты физической культуры. История развития физической культуры.</p> <p>2. Физическая культура в профессиональной подготовке студентов. Физическая культура и спорт в высшем учебном заведении.</p> <p><i>Контрольные вопросы:</i></p> <p>1. Основные термины в области физической культуры.</p> <p>2. Критерии деления студентов на группы для занятий по дисциплине «Физическая культура».</p> <p>3. Организационные формы физкультурно-спортивной деятельности в вузе.</p> <p>Рекомендуемая литература:</p> <p>1. Кун, Л. Всеобщая история физической культуры и спорта / Л. Кун. – М.: Радуга, 1986.</p> <p>2. Физическая культура студента: Учебник / Под ред. В.И Ильинича М. Гардарики, 2001</p> <p>3. Физическая культура /Ю.И.Евсеев. – Изд.3-е. – Ростов н/Д.:Феникс,2005.</p>	2	опрос-тест контрольные вопросы
2.	<p><i>Социально-биологические основы физической культуры.</i></p> <p>1.Анатомо - физиологические особенности систем организма человека.</p>	2	опрос-тест контрольные вопросы

	<p>2. Основные физиологические функции и их регуляции в организме.</p> <p>3. Адаптация организма к физическим нагрузкам и напряжениям: понятие об адаптации, адаптационных резервах человека, формах адаптации, норме реакции.</p> <p style="text-align: center;">Вопросы для самостоятельной работы</p> <p>1. Дайте характеристику основным физиологическим системам организма.</p> <p>2. Какое воздействие на организм оказывает окружающая природа, производственная и социально-экологическая среда?</p> <p>3. Раскройте сущность понятия «Адаптация» и др.</p> <p style="text-align: center;">Рекомендуемая литература:</p> <p>1. Дубровский В.И. Валеология. Здоровый образ жизни. М.: RETORIKA- А:Флинта, 1999</p> <p>2. Физическая культура студента: Учебник / Под ред. В.И. Ильинича М. Гардарики, 2001</p> <p>3. Физическая культура /Ю.И.Евсеев. – Изд.3-е. – Ростов н/Д.:Феникс,2005</p>		
3.	<p style="text-align: center;">Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура и обеспечение здоровья.</p> <p>1. Здоровье человека как ценность и факторы, его определяющие. Взаимосвязь общей культуры студента и его образа жизни. Структура жизнедеятельности студентов и ее отражение в их образе жизни.</p> <p>2. Здоровый образ жизни и его составляющие. Структура здорового образа жизни студента. Физическое самовоспитание и самосовершенствование в здоровом образе жизни. Критерии эффективности здорового образа жизни.</p> <p style="text-align: center;">Вопросы для самостоятельной работы</p> <p>1. Дайте характеристику основным понятиям: «здоровье», «здоровый образ жизни», «физическое самовоспитание» и др.</p> <p>2. Какие факторы «риска» для здоровья человека Вы знаете?</p> <p>3. Какие критерии эффективности использования здорового образа жизни вы знаете?</p> <p style="text-align: center;">Рекомендуемая литература:</p> <p>1. Виленский М.Я., Горшков А.Г. Основы здорового образа жизни студента // Среднее профессиональное образование, 1995. – № 4,5,6. – 1996. – № 1, 2, 3.</p> <p>2. Дубровский В.И. Валеология. Здоровый образ жизни. – М. RETORIKA. – А.Флинта, 1999г.</p> <p>3. Физическая культура студента: Учебник/под ред.В.И. Ильинича. – М. :Гардарики, 2001г, -448с.</p>	2	<p>выборочное тестирование.</p> <p>контрольные вопросы</p>
4.	<p style="text-align: center;">Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.</p> <p>1. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.</p>	2	<p>выборочное тестирование.</p> <p>Контрольные</p>

	<p>2. Утомление и восстановление при физической и умственной работе.</p> <p>3. Особенности психофизического состояния студентов в период экзаменационной сессии, критерии нервно-эмоционального и психофизического утомления.</p> <p>4. Двигательная деятельность – как средство повышения умственной работоспособности.</p> <p style="text-align: center;">Вопросы для самостоятельной работы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Поясните сущность основных понятий : «интеллект», «умственный труд» и «умственная работоспособность» «утомление». 2. Какие внешние признаки умственного утомления Вы знаете? 3. Какова основная функция двигательной деятельности для организма человека? 4. Средства «малых форм» физической культуры в режиме учебного труда студентов. <p style="text-align: center;">Рекомендуемая литература:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Виленский В.И. Физическая культура студентов. – М.: Гардарики, 2001. 3.Ильин Е.П. Психофизиология физического воспитания. – М.: Просвещение, 1980г. 4. Физическая культура студента: Учебник /Под.ред. В.И. Ильинича. М.: Гардарики, 2001 		вопросы
5.	<p style="text-align: center;">Общая физическая, специальная и спортивная подготовка в системе физического воспитания.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Формы, принципы, средства и методы физического воспитания. 2. Воспитание физических качеств. Общая и физическая подготовка. 3.Профессионально-прикладная физическая подготовка как разновидность специальной физической подготовки. 4. Формы занятий физическими упражнениями. <p style="text-align: center;">Вопросы для самостоятельного изучения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Из чего состоит общая физическая и специальная подготовка, ее цели и задачи? 2. Спортивная подготовка. Значение мышечной релаксации. 3. Перечислите средства и методы физического воспитания. 4. Возможность и условия коррекции физического развития и телосложения средствами физической культуры и спорта в студенческом возрасте <p style="text-align: center;">Рекомендуемая литература:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Виленский В.И. Физическая культура студентов. – М.: Гардарики, 2001. 2. Дубровский В.И. Спортивная медицина: Учебник для студентов вуза - М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 1998г. 3. Евсеев Ю.И. Физическая культура /Ю.И.Евсеев. – Изд.3-е – Ростов н/Д.:Феникс, 2005г. 4. Физическая культура студента. Учебник для студентов вузов / Под общ. ред. В.И. Ильинича. – М.: Гардарики, 1999. 	2	выборочное тестирование.

6.	<p align="center">Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений.</p> <p>1. Спорт, массовый спорт, спорт высших достижений, их цели и задачи.</p> <p>2. Студенческий спорт, особенности организации спортивной подготовки в вузе. Спортивная классификация.</p> <p>3. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений. Физическая, техническая, тактическая и психическая подготовленность в избранном виде спорта или системе физических упражнений.</p> <p>4. Краткая характеристика некоторых видов спорта и систем физических упражнений.</p> <p align="center">Вопросы для самостоятельного изучения:</p> <p>1. Спорт, массовый спорт, спорт высших достижений: их цели и задачи.</p> <p>2. Какие Вы знаете системы физических упражнений?</p> <p>3. Студенческий спорт, его организационные особенности.</p> <p>4. Назовите особенности занятий избранным видом спорта.</p> <p>5. Какие физические качества развиваются при игре в волейбол?</p> <p>6. Какие физических качества развиваются в легкой атлетике?</p> <p align="center">Рекомендуемая литература:</p> <p>1. Бальсевич В.А., Запорожанов В.А. Физическая активность человека. – Киев: Здоровья, 1987.</p> <p>2. Виленский В.И. Физическая культура студентов. – М.: Гардарики, 2001.</p> <p>3. Дубровский В.И. Спортивная медицина: Учебник для студентов вуза - М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 1998г.</p>	2	опрос-тест
		12	зачет

4.4. Матрица разделов учебной дисциплины и формируемых в них общекультурных и профессиональных компетенций

4.4.1. Разделы дисциплины

Разделы дисциплины	Название раздела	Вид занятия (час)	Итого (час) по разделу дисциплины
Раздел №1	Лекции	Тема № 1,2,3,4,5,6	12
Раздел №2	Контрольный		8

4.4.2. Разделы учебной дисциплины и формируемых в них общекультурных и профессиональных компетенций

Матрица разделов учебной дисциплины и формируемых в них общекультурных компетенций.

Разделы дисциплины.	Кол-во часов	Компетенции	Общее кол-во компетенций
Раздел №1,	12	ОК- 11	1
Раздел №2	8	ОК- 11	1

5. Примерная тематика курсовых проектов (работ) по дисциплине «Элективный курс по физической культуре»» – не предусмотрена.

6. Образовательные технологии

Работа в группе, проблемное обучение, здоровьесберегающие технологии.

7. Оценочные средства рубежного контроля и рубежной аттестации .

Варианты работ для оценки рубежного контроля по дисциплине «Элективный курс по физической культуре»

Вариант 1

1. Дайте определение понятию «физическая культура», «спорт».
2. Перечислите основные законодательные документы по физической культуре и спорту Приднестровской Молдавской Республики и раскройте их содержание.
3. Раскройте методику воспитания физического качества – гибкость.

Вариант 2

1. Перечислите компоненты физической культуры и дайте им краткую характеристику.
2. Перечислите и дайте краткую характеристику физических качеств.
3. Здоровый образ жизни студента и его составляющие (режим труда и отдыха, сон, питание, организация двигательной активности, профилактика вредных привычек и др.)

Вариант 3

1. Роль питания в энергообеспечении жизнедеятельности организма.
2. Перечислите основные средства физической культуры и раскройте их содержание.
3. Раскройте методику воспитания физического качества – ловкость.

Вариант 4

1. Раскройте понятие «мышечная работа» и перечислите ее виды.
2. Дайте определение понятиям «здоровье», «здоровый образ жизни» их содержание и критерии. Факторы, влияющие на здоровье.
3. Раскройте методику воспитания физического качества – сила.

Вариант 5

1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.
2. Основы методики закаливания.
3. Методика проведения производственной гимнастики с учетом заданных условий и характера труда.

Вариант 6

1. Основы здорового образа жизни.
2. Методика организации и проведения индивидуальных занятий физическими упражнениями и спортом.
3. Методика самоконтроля за уровнем развития профессионально значимых качеств и свойств личности.

Вариант 7

1. Социально-психологические и психофизиологические особенности студентов.
2. Простейшие методики самооценки работоспособности, усталости, утомления и применение средств физической культуры в регулировании работоспособности.
3. Методика самостоятельного освоения отдельных элементов ППФП.

Вариант 8

1. Содержание практического раздела учебной программы по физической культуре со студентами, отнесенными по состоянию здоровья к специальной медицинской группе.
2. Методы оценки и коррекции осанки и телосложения.
3. Методика самостоятельного освоения отдельных элементов ППФП.

Вариант 9

1. Краткая характеристика функциональных систем организма (костной, мышечной, сердечно-сосудистой, дыхательной, пищеварительной и др.).
2. Раскройте содержание классификации физических упражнений.
3. Образ жизни студентов и его влияние на здоровье.

Вариант 10

1. Какие меры техники безопасности необходимо соблюдать на самостоятельных занятиях физической культурой и спортом.
2. Дайте определение понятию «физическое воспитание». Перечислите его функции.
3. Коррекция массы тела.

Вариант 11

1. Раскройте понятие «спорт», «массовый спорт», «спорт высших достижений». Единая спортивная классификация.
2. В чем заключается роль гигиены при закаливании.
3. Утомление при физической и умственной работе. Пути восстановления работоспособности.

Вариант 12

1. Раскройте понятие «гиподинамия» и поясните о ее влиянии на организм человека.
2. Планирование и контроль физической нагрузки при самостоятельных занятиях.
3. Виды и методы контроля за эффективностью спортивных занятий.

Вариант 13

1. Укажите факторы, влияющие на здоровье человека.
2. Использование «малых форм» физической культуры в режиме учебного труда студентов.
3. Методика составления комплекса утренней гигиенической гимнастики.

Вариант 14

1. Производственная физическая культура. Укажите ее цели и задачи.
2. Физическая культура в структуре профессионального образования.
3. Утренняя гигиеническая гимнастика и ее физиологическое значение.

Вариант 15

1. Краткая характеристика функциональных систем организма (костной, мышечной, сердечно-сосудистой, дыхательной, пищеварительной и др.).
2. Раскройте содержание классификации физических упражнений.
3. Образ жизни студентов и его влияние на здоровье.

1 курс , вариант №1

1-й вопрос

Из скольких частей состоит занятие по физической культуре?

- А) из двух
- Б) из трех
- В) из четырех
- Г) из одной

2-й вопрос

В какой последовательности проводят ОРУ

- А) шея-туловище - ноги
- Б) туловище – плечевой пояс и руки – ноги - шея
- В) шея- плечевой пояс и руки – туловище - ноги
- Г) ноги – шея – туловище - плечевой пояс и руки

3-й вопрос

Какое количество игроков может одновременно находиться на площадке во время игры в волейбол в составе одной команды?

- А) четверо
- Б) пятеро
- В) шестеро
- Г) семеро

4-й вопрос

С какой периодичностью проводятся Олимпийские игры?

- А) 1 раз в 2 года
- Б) 1 раз в 6 лет
- В) 1 раз в 4 года
- Г) каждый год

5-й вопрос

Длина дистанции марафонского бега?

- А) 30км 192м
- Б) 35км 195м
- В) 40 км 192м
- Г) 42км 195м

6й- вопрос

С какого возраста можно приступать к закаливанию?

- А) с 1 года
- Б) с 10 лет
- В) с 12 лет
- Г) в любом возрасте

7-й вопрос

Что такое ЧСС?

- А) частота сердечных сокращений
- Б) честный смелый сильны
- В) артериальное давление
- Г) весо-ростовой показатель

8-й вопрос

В баскетболе запрещено:

- А) игра ногами
- Б) игра руками
- В) игра под кольцом
- Г) броски в кольцо

9-й вопрос

В чем состоят задачи врачебного контроля при занятиях физической культурой?

- А) определить функциональное состояние здоровья
- Б) назначить профилактические лекарства
- В) определить скорость выполнения упражнений
- Г) разработать методику проведения занятий

10-й вопрос

Какой тест оценивает физическое качество «быстрота» у юношей и девушек?

- А) прыжок в длину с места
- Б) бег 100 м
- В) бег 500 м
- Г) бег 1000

Уровни и критерии оценки результатов освоения дисциплины

Уровни		Критерий выполнения задания	Итоговый семестровый балл	Итоговая оценка
Недостаточный		Имеет представление о содержании дисциплины, но не знает основные положения, к которому относится задание, не способен выполнить задание, не владеет навыками	Менее 50	Не удовлетворительно (не зачет)
Базовый		Знает и понимает основные положения дисциплины, демонстрирует умение выполнять их, умеет составлять комплексы общеразвивающих упражнений (ОРУ)	50–69	Удовлетворительно (зачет)
Повышенный	ПУ-1	Знает и понимает основные положения дисциплины, демонстрирует умение выполнять их, умеет составлять комплексы упражнений и программу здоровьесбережения	70-84	Хорошо (зачет)
	ПУ-2	Знает и понимает основные положения дисциплины, умеет их выполнять с достижением максимальной результативности, имеет максимальный показатель при сдаче контрольных тестов	85-100	Отлично (зачет)

8.1. Основная литература

1. Алексеева М.В., Рачук О.И. Волейбол на уроке физической культуры. – Тирасполь, 2008.
2. Гришина Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь – Ростов на Дону, 2012.
3. Губа В., Никитушкин В., Галлеев В. Легкая атлетика. – М., 2006.
4. Евсеев Ю.И. Физическая культура: учеб. пособие. – Ростов н/Д, 2010.
5. Железняк Ю.Д., Портнов Ю.М. Спортивные игры. – М., 2004.
6. Ильинич В.И. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов вузов. – М.: Высшая школа, 1978. – 125 с.
7. Ильинич В.И. Физическая культура студента и жизнь: Учебник. – М.: Гардарики, 2008. – 366с.

Дополнительная литература:

1. Алексеева М.В., Рачук О.И. Волейбол на уроке физической культуры. – Тирасполь, 2008
2. Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения: учебник для студ. высш. пед. учеб. заведений/ Под. ред. Ю.Д. Железняка, Ю.М. Портнова. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 520 с.
3. Физическая культура: Курс лекций: учебное пособие для студентов филологических факультетов высших учебных заведений / Сост.: Твердохлебова Л.И., Черба Т.И., Гилко Л.Н. – Тирасполь, 2011. – 68 с.

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы: «Университетская библиотека nbible@spsu.ru

8.2. Методические указания и материалы по видам занятий:

На лекционных занятиях при формировании знаний, умений и навыков по физической культуре следует включать материал других учебных дисциплин позволяющих студентам интегрировать свои знания и умения в целостную систему представлений о здоровом образе и стиле жизни.

Преподавателю следует акцентировать внимание на освоении студентами основ знаний и умений выполнения техники двигательного действия, формировании у них навыка выполнения двигательных действий, используя при этом различные средства и методы обучения. Важно добиваться глубокого усвоения учебного материала, используя различные формы текущего и итогового контроля.

9. Требования к зачету по дисциплине «Элективный курс по физической культуре»

1. Необходимый минимум для получения итоговой оценки набрать 50 баллов
2. Выполнения оценочной работы рубежного контроля, рубежной аттестации.

10. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Для изучения дисциплины рекомендуется использовать библиотечный фонд ПГУ, учебно-методическую литературу кафедры физического воспитания.

11. ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ

Курс 1

Семестр 1,2

Группа ИТ16ДР62ИСИТ

Наименование дисциплины/курса	Уровень образования (бакалавриат, специалитет, магистратура)	Статус дисциплины в учебном плане (А, Б, В)	Количество зачетных единиц	
Элективные курсы по физической культуре	Бакалавриат	-	-	
БАЗОВЫЙ МОДУЛЬ (проверка знаний и умений по дисциплине)				
Тема, задание или мероприятие текущего контроля	Виды текущей аттестации	Аудиторная или внеаудиторная	Минимальное количество баллов	Максимальное количество баллов
Посещение занятий			20	20
Оценочная работа (реферат)			3	10
Тестовое задание 1			1	10
Тестовое задание 2			1	10
РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ	РК		25	50
Посещение занятий			21	30
Тест для оценки спортивно-технической подготовки: баскетбол			2	10
Тест для оценки спортивно-технической подготовки: футбол			2	10
РУБЕЖНАЯ АТТЕСТАЦИЯ	РА		25	50
Итого			50	100

Составитель, доцент

Т.И. Черба

Преподаватель

Т.Т.Чекате

Рабочая учебная программа рассмотрена методической комиссией инженерно-технического института протокол № 1 от «23» 09 2016 г. и признана соответствующей требованиям Федерального Государственного образовательного стандарта и учебного плана по направлению _____.

Председатель МК ИТИ

Е.И. Андрианова

Согласовано (в том случае, если дисциплина читается для сторонней кафедры):

Зав. кафедрой ИТиАУПП, доцент

Ю.А. Столяренко

Зав. кафедрой ФВ, доцент

Т.И. Черба