

ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ПРИДНЕСТРОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
им. Т. Г. ШЕВЧЕНКО»

Факультет физической культуры и спорта
Кафедра «Спортивные игры»

УТВЕРЖДАЮ:
Декан факультета ФК и С
профессор Гуцу В.Ф.
«28» сентября 2017г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Учебной дисциплины

**«Физическая культура»
«Элективные курсы физической культуры»
I-III курс**

на 2017-2020 г.

год набора 2017

Направление: 44.03.01 «Педагогическое образование»

Профиль подготовки: «Биология»

Квалификация (степень) выпускника:

Бакалавр

Форма обучения: заочная

Тирасполь, 2017 г.

Рабочая программа по дисциплине **«Физическая культура»** и **«Элективные курсы по физической культуре»** для студентов заочной формы обучения естественно-географического факультета / Сост. Чебан Т.Н. – Тирасполь: ГОУ ПГУ, 2016. – 16с

Рабочая программа предназначена для преподавания дисциплины «Физическая культура» (Б1.Б.16) и элективных курсов по физической культуры (Б1.В.ДВ) студентам заочной формы обучения по направлению: «Педагогическое образование» в I - VI семестрах.

Рабочая программа составлена с учетом ФГОС 3+ высшего образования по направлению подготовки: **44.03.01** «Педагогическое образование», *Профиль «Биология»* утвержденного приказом № 1426 от 04.12.2015 года Министерства образования и науки РФ.

Составители:

 Чебан Т.Н.

«28» сентября 2017 г.

© Чебан Т.Н.
© ГОУ ПГУ, 2017

Цель и задачи освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Элективные курсы по физической культуре» является: формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

Для достижения поставленной цели предусматривается решение следующих воспитательных, образовательных, развивающих и оздоровительных задач:

1. сохранение и укрепление здоровья студентов, содействие правильному формированию и всестороннему развитию организма, поддержание высокой работоспособности на протяжении всего периода обучения;
2. понимание социальной значимости прикладной физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
3. знание научно – биологических, педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
4. формирование мотивационно - ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
5. 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;
6. приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
7. приобретение студентами необходимых знаний по основам теории, методики и организации физического воспитания и спортивной тренировки, подготовка к работе в качестве общественных инструкторов, тренеров и судей;
8. создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений;
9. совершенствования спортивного мастерства студентов – спортсменов.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП бакалавриата:

Элективные курсы по физической культуре относится к базовой части учебного плана, составляет самостоятельный раздел ООП и формирует у бакалавров набор специальных знаний и компетенций, необходимых для решения образовательных, оздоровительных и воспитательных задач.

Для успешного освоения дисциплины элективного курса по физической культуре бакалавр должен изучить основы предшествующих дисциплин: физиология, психология, теория и методика физического воспитания.

Элективные курсы по физической культуре является предшествующей и необходима для усвоения последующих дисциплин: история, концепция современного естествознания, основы безопасности жизнедеятельности.

Для изучения дисциплины необходимы знания, умения и навыки, полученные обучающимися в средней общеобразовательной школе.

Дисциплина включает в себя элементы техники и тактики: баскетбола, волейбола, футбола, бадминтона, легкой атлетики и гимнастики.

Учебная работа проводится в форме практических занятий.

Практические занятия направлены на повышение уровня функциональных и двигательных способностей, формирование необходимых качеств и свойств личности, на овладение методами и средствами физкультурно-спортивной деятельности, на

приобретение личного опыта направленного использования средств физической культуры и спорта в повседневной жизни студента.

3. Требования к результатам освоения дисциплины

В результате освоения «Элективных курсов по физической культуре» должны быть сформированы следующие компетенции: ОК-8.

В результате освоения компетенции студент должен:

ОК-8 – Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

В результате освоения дисциплины студент должен иметь базовые знания:

3.1. Знать:

- значение физической культуры в формировании общей культуры личности приобщении к общечеловеческим ценностям и здоровому образу жизни, укреплении здоровья человека, профилактике вредных привычек, ведении здорового образа жизни средствами физической культуры в процессе физкультурно-спортивных занятий;
- научные основы биологии, физиологии, теории и методики педагогики и практики физической культуры и здорового образа жизни;
- содержание и направленность различных систем физических упражнений, их оздоровительную и развивающую эффективность;
- место физической культуры в общекультурной и профессиональной подготовке специалиста;
- законодательство ПМР в области физической культуры и спорта;
- методику профессионально-прикладной физической подготовки и самостоятельных занятий различной целевой направленности;
- способы физического совершенствования организма;
- способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;
- правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности.

3.2. Уметь:

- учитывать индивидуальные особенности физического, гендерного возрастного и психического развития занимающихся и применять их во время регулярных занятий физическими упражнениями;
- проводить самостоятельные занятия физическими упражнениями с общей развивающей, профессионально-прикладной и оздоровительно-корректирующей направленностью;
- составлять индивидуальные комплексы физических упражнений с различной направленностью;
- творчески использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования и формирования здорового образа и стиля жизни;
- осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой.

3.3. Владеть:

- комплексом упражнений, направленных на укрепление здоровья, обучение двигательным действиям и развитие физических качеств;
- способами определения дозировки физической нагрузки и направленности физических упражнений;
- приемами страховки и способами оказания первой помощи во время занятий физическими упражнениями;
- средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического совершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально
- культурной и профессиональной деятельности.

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Учебная дисциплина «Элективные курсы по физической культуре» изучается студентами очной формы обучения и включает следующие дидактические единицы, объединяющие тематику практического (тренировочного) учебного материала по выбору:

Учебный материал каждой дидактической единицы дифференцирован на разделы и подразделы Программы:

– **теоретический раздел**, программный материал по данному разделу можно осваивать как в процессе учебных занятий, так и ходе освоения конкретных технических навыков и умений, развития двигательных качеств.

– **практический**, состоящий из:

– учебно-тренировочного, содействующего приобретению опыта творческой практической деятельности, развитию самостоятельности в физической культуре и спорте в целях достижения физического совершенства, повышению уровня функциональных и двигательных способностей, направленному формированию качеств и свойств личности;

– **контрольный**, определяющий дифференцированный и объективный учет процесса и результатов учебной деятельности студентов.

Общая трудоемкость дисциплины включает все виды текущей и промежуточной аттестации и составляет две зачетные единицы, (з.е.) 72 часов за три года обучения .

4.1. Общая трудоемкость дисциплины «Физическая культура» составляет 2 зачетные единицы (72 часа)

Таблица 2

44.03.01 «Педагогическое образование»

Физическая культура

семестр	трудоемкость	лекции	Практические	Самост.р	Форма контроля
V	1 з.е.= 36 ч.	6	-	30	Тех.зачет
VI	1 з.е.= 36 ч.	4	-	28	зачет
итого	2 з.е.= 72 ч.	10	-	58	4

Таблица 3

Элективный курс по Физической культуры (328 ч.)

семестр	трудоемкость	лекции	Практические	Самост.р	Форма контроля
I	68	2		66	Тех.зачет
II	66		2	60	Зачет 4 ч.
III	68			68	Тех.зачет
IV	66		4	58	Зачет 4 ч.
V	30			30	Тех.зачет
VI	30		4	22	Зачет 4 ч.
итого	328	2	10	304	12 ч.

4.2. Содержание дисциплины «Физическая культура»

4.2.1. Лекционный курс (12 часов)

Объем часов	Наименование раздела курсов (темы)	Содержание	Формируемые компетенции	Результаты освоения (знать, уметь, владеть)	Образовательные технологии
2	Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.	Физическая культура и спорт как социальные феномены общества. Современное состояние физической культуры и спорта. «О физической культуре и спорте в Приднестровье». Физическая культура личности. Сущность физической культуры как социального института. Ценности физической культуры. Физическая культура как учебная дисциплина высшего профессионального образования и целостного развития личности. Ценностные ориентации и отношение студентов к физической культуре и спорту. Основные положения организации физического воспитания в высшем учебном заведении.	ОК-8	Знать: основы законодательства Приднестровья о физической культуре и спорте, значение физической культуры в жизни общества и студента. Уметь: ориентироваться в общих и специальных литературных источниках Владеть: навыками самостоятельного изучения вопросов физической культуры личности	Опрос-тест
2	Тема 2. Студенческий спорт. Выбор видов спорта, особенности занятий избранным видом спорта	Спортивная классификация, Студенческий спорт. Особенности организации и планирования спортивной подготовки в вузе. Спортивные соревнования как средство и метод общей физической, профессионально-прикладной, спортивной подготовки студентов. Система студенческих спортивных соревнований. Общественные студенческие спортивные организации. Олимпийские игры и Универсиады. Современные популярные системы физических упражнений. Массовый спорт и спорт высших достижений, их цели и задачи. Спортивная классификация. Мотивация и обоснование	ОК-8	Знать: Информацию о студенческом спорте, спартакиаде в ПГУ им. Т.Г. Шевченко. Положение о стимулировании студентов спортсменов. Информацию о студенческих спортивных соревнованиях организованных Ассоциацией студенческого спорта и другими общественными организациями. Основные принципы построения систем массового и профессионального спорта высших достижений, основные психофизиологические характеристики видов спорта и систем физических упражнений Уметь: самостоятельно, мотивированно и	Опрос-тест

		индивидуального выбора студентом вида спорта или системы физических упражнений для регулярных занятий. Краткая психофизиологическая характеристика основных групп видов спорта и систем физических упражнений		обоснованно выбирать условия и программы для занятий избранным видом спорта Владеть: информацией о современных, популярных видах спорта, навыками самостоятельной спортивной квалификации в избранном виде спорта	
2	Тема 3. Основы здорового образа жизни. Физическая культура в обеспечении здоровья.	Здоровье человека как ценность и факторы, его определяющие. Взаимосвязь общей культуры студента и его образ жизни. Здоровый образ жизни и его составляющие. Личное отношение к здоровью как условие формирования здорового образа жизни. Критерии эффективности здорового образа жизни.	ОК-8	Знать: взаимосвязь общей культуры студента и его образа жизни. Уметь: использовать знания здорового образа в профессиональной и общественной жизни Владеть: навыками личной и общественной гигиены и возрастной физиологии	Выборочное тестирование
2	Тема 4. Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания.	Методические принципы физического воспитания. Методы физического воспитания. Основы обучения движениям. Основы совершенствования физических качеств. Формирование психических качеств в процессе физического воспитания. Общая физическая подготовка, ее цели и задачи. Специальная физическая подготовка. Спортивная подготовка, ее цели и задачи. Структура подготовленности спортсмена. Зоны и интенсивность физических нагрузок. Значение мышечной релаксации. Возможность и условия коррекции физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами физической культуры и спорта в студенческом возрасте. Формы занятий физическими упражнениями. Учебно-тренировочное занятие как основная форма обучения физическим упражнениям. Структура и направленность учебно-тренировочного занятия	ОК-8	Знать: значение мышечной релаксации. Возможность и условия коррекции физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами физической культуры и спорта в студенческом возрасте. Уметь: воспроизводить основные двигательные действия и использовать их в своей профессиональной деятельности Владеть: основами теории спортивной тренировки и использовать их в самоподготовке	Опрос-тест
2	Тема 5.	Перечислить и раскрыть общеметодические	ОК-8	Знать: основные принципы физического	Выборочное

	Теоретические и методические аспекты физического воспитания студентов экономического факультета	принципы физического воспитания, перечислить физические качества (средства и методы их развития).		воспитания , а также физические качества. Уметь: применять принципы на практике Владеть:	тестирование
2	Тема 6. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студентов	Производственная физическая культура. Производственная гимнастика. Особенности выбора форм, методов и средств физической культуры и спорта в рабочее и свободное время специалистов. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры. Дополнительные средства повышения общей и профессиональной работоспособности. Влияние индивидуальных особенностей, географо-климатических условий и других факторов на содержание физической культуры специалистов, работающих на производстве. Роль будущих специалистов по внедрению физической культуры в производственном коллективе	ОК-8	Знать: цели, задачи профессионально-прикладной физической подготовки студентов Уметь: использовать физические упражнения в тренировке профессионально-прикладных качеств, организовывать производственную гимнастику, использовать профессиональные знания для профилактики травматизма средствами физической культуры по своей специальности Владеть: навыками коррекции заболеваний и травматизма средствами физической культуры по своей специальности	Лекция. Самостоятельная работа студентов
12 часов	Итого				

Таблица 5

4.2.2. Практические (лабораторные) занятия (1-3 курсы) – 10 ч.

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов	семестр	Тема практического занятия
1	2	2	II	Обучение технике бега на средние и длинные дистанции
2	2	2	IV	Обучение технике бега на короткие дистанции и эстафетного бега
3	2	2	IV	Обучение технике прыжка в длину с разбега способом «Согнув ноги»
4	2	2	VI	Баскетбол: Основы игры; правила, ведение
5	2	2	VI	Волейбол: Основы игры; правила, ведение
	Итого:	10		

Таблица 6

4.2.3. Самостоятельная внеаудиторная работа студентов (СВРС)
– 304 часов

№ п/п	Тема для самостоятельного обучения	Кол-во часов	Форма контроля
1	Профессионально-прикладная физическая подготовка в системе физического воспитания студентов.	10	Тестирование
2	Физическая культура в системе общечеловеческих ценностей и профессиональной подготовки.	10	Тестирование
3	Двигательный режим в период экзаменационной сессии и напряженных умственных нагрузок.	10	Тестирование
4	Физическая подготовка в системе воспитания культуры здорового образа жизни человека.	10	Тестирование
5	Основные формы самостоятельных занятий студентов, методика и организация самостоятельных занятий по виду спорта.	10	Тестирование
6	Рациональное питание и использование восстановительных мероприятий при повышенных физических и умственных нагрузках.	10	Тестирование
7	Средства физической культуры, комплексы физических упражнений и восстановительные мероприятия в системе профилактики профессиональных заболеваний.	10	Тестирование
8	Основы физического воспитания молодой семьи.	10	Тестирование
9	Основы методики регуляции эмоциональных состояний человека (аутотренинг, психофизические тренировки, медитация).	10	Тестирование
10	Стратегия и тактика формирования здоровья в системе физической культуры личности.	10	Тестирование
11	Простейшие методики самооценки работоспособности, утомления и применение средств физической культуры для их коррекции.	10	Тестирование

12	Методы самоконтроля состояния здоровья и физического развития.	10	Тестирование
13	Основные положения методики закаливания (классические и нетрадиционные).	8	Тестирование
14	Ведение личного дневника самоконтроля.	8	Тестирование
15	Питание и контроль массы тела при различной двигательной активности.	8	Тестирование
16	Здоровье и личностные качества конкурентоспособности будущего специалиста.	8	Тестирование
17	Роль опорно-двигательного аппарата в физических упражнениях.	8	Тестирование
18	Роль нервной системы в двигательных функциях.	8	Тестирование
19	Экологические факторы и их влияние на здоровье.	8	Тестирование
20	Особенности занятий избранным видом спорта.	8	Тестирование
21	Физические упражнения и их роль в профилактике вредных привычек.	8	Тестирование
22	Возрастные особенности при занятиях физическими упражнениями.	8	Тестирование
23	Оценка функциональных возможностей организма с помощью тестирования.	8	Тестирование
24	Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания.	8	Тестирование
25	Современное состояние физической культуры и спорта в ПМР.	8	Тестирование
26	Нетрадиционные виды физических упражнений и спорта.	8	Тестирование
27	Инновационные технологии здоровьесбережения в системе образования высшей школы.	8	Тестирование
28	Контроль и самоконтроль в процессе самостоятельных занятий физической культурой и спортом.	8	Тестирование
29	История возникновения игры «Баскетбол».	8	Тестирование
30	История возникновения игры « Волейбол».	8	Тестирование
31	История возникновения игры « Футбол».	8	Тестирование
32	Техника выполнения «низкого старта».	8	Тестирование
33	Техника выполнения «высокого старта».	8	Тестирование
34	Техника эстафетного бега.	8	Тестирование
35	Техника выполнения прыжка в длину способом «Согнув ноги».	8	Тестирование
	Итого:	304	

5. Курсовая работа по дисциплине «Физическая культура» – не предусмотрена

6. Образовательные технологии

В процессе освоения дисциплины используются следующие образовательные технологии:

1. Стандартные методы обучения:

- Лекции;
- Практические занятия;
- Самостоятельная работа студентов;
- Консультации преподавателей.

7. Оценочные средства

Оценочные средства по дисциплине разработаны в соответствии с положением «О фонде оценочных средств в ГОУ «ПГУ им. Т.Г. Шевченко» и выложены в «ФОСы»

7.3. Примерные вопросы к зачету

1. Предмет, цели, задачи и содержание физической культуры и спорта.
2. Основные понятия физической культуры и спорта.
3. Задачи физического воспитания в вузе.
4. Формы занятий физической культурой.
5. Организация спортивно-массовой работы в вузе.
6. В чем проявляется единство организма человека с внешней средой?
7. Сущность энергетического баланса.
8. Фазы расхода и восстановления энергетических ресурсов организма в процессе тренировочных занятий.
9. Физическая культура личности студента.
10. Гиподинамия и ее последствия.
11. Какие изменения происходят в сердечно-сосудистой системе под воздействием физических упражнений?
12. Влияние физических упражнений на дыхательную и пищеварительную системы.
13. Задачи врачебного контроля в вузе.
14. Самоконтроль: методы и приемы его проведения.
15. Характеристика основных оценок самоконтроля (ортостатические пробы, показатели пульса, динамика спортивных результатов).
16. Использование физических упражнений для оптимизации умственной работоспособности.
17. Дать характеристику гигиеническим средствам восстановления работоспособности.
18. Как использовать физическую культуру с целью укрепления здоровья?
19. Место закаливания в здоровом образе жизни.
20. В чем заключаются три принципа рационального питания?
21. Каким образом вес тела характеризует здоровье человека?
22. В чем заключается рациональное чередование труда и отдыха?
23. Негативные последствия вредных привычек.
24. Методы физического воспитания.
25. Характеристика основных физических качеств и методика их развития.
26. Особенности урочных и внеурочных форм занятий.

27. Принципы проведения оздоровительной тренировки.
28. Организация оздоровительной тренировки.
29. Принципы составления самостоятельных занятий.
30. Контроль за нагрузкой при самостоятельных занятиях.
31. Формы самостоятельных занятий.
32. Определение понятия «спорт». Его отличие от других видов занятий физическими упражнениями.
33. Массовый спорт, его цели и задачи.
34. Спорт высших достижений, единая спортивная классификация.
35. Студенческий спорт, его организационные особенности.
36. Выбор видов спорта для подготовки к будущей профессиональной деятельности, укрепления здоровья, коррекции недостатков физического развития телосложения.
37. Основные физические качества человека.
38. Методы воспитания качества силы.
39. Методы воспитания качества быстроты.
40. Методы воспитания качества выносливости.
41. Методы воспитания качества ловкости.
42. Методы воспитания качества гибкости.
43. Занятия производственной гимнастикой, их гигиена.
44. Взаимосвязь между физической культурой и организацией труда.
45. Цель и задачи профессионально-прикладной физической подготовки.
46. Цели и задачи производственной физической культуры.
47. Показатели активности производственной физической культуры.
48. Особенности организации профессионально-прикладной физической подготовки студентов вузов.
49. Средства профессионально-прикладной физической подготовки.
50. Управление самостоятельными занятиями по виду спорта или оздоровительными системами физических упражнений.
51. Определение цели и учета индивидуальных особенностей при самостоятельных занятиях по виду спорта или оздоровительными системами физических упражнений.

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

8.1. Основная литература :

1. Физическая культура студента: Учебник для студентов высших учебных заведений / Под общей редакцией В.И. Ильинича. – М.: Гардарики, 2009.
2. Физическая культура и спорт в Российской Федерации: новые вызовы современности / С.В. Алексеев и др. – М.: «Теория и практика физической культуры и спорта», 2013. – 780 с.
3. Лекционный материал программы по физической культуре: учебное пособие для студентов экономических факультетов высших учебных заведений/ Составители: арапу Н.Г., Ноур Г.М. – Тирасполь, 2010. – 150с.

8.2. Дополнительная литература:

1. Баранов В.А., Венглинский Г.П., Столяр К.Э. Теория и практика физической культуры в вузе: учебное пособие. – М.: РГТЭУ, 2004.
2. Баранов В.А., Цедилин Ю.В., Якушев В.А. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов: курс лекций. – М.: РГТЭУ,

2005.

3. Баранов В. А. Социальные проблемы физической культуры и спорта в современном обществе: монография. – М.: РГТЭУ, 2006.

4. Баранов В. А. Физическая культура как институт качества жизни в условиях российской социальной реальности: монография. – М.: РГТЭУ, 2009.

5. Железняк Ю. Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: учебное пособие. – М.: ИЦ «Академия», 2008.

6. Ильинич В.И. Физическая культура и жизнь: Учебник.–М.: Гардарики, 2008.–366с.

7. Родиченко В.С. и др. Олимпийский учебник студента: Пособие для формирования системы олимпийского образования в нефизкультурных высших учебных заведениях – 5-е изд., перераб. и доп. – М.: Советский спорт, 2009.

8. Физическая культура: Печатная версия электронного учебника/ В.Ю. Волков, Л.М. Волкова: 2-ое изд. испр. и доп. – СПб: Изд-во Политехн. ун-та, 2009.

9. Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры и спорта. – М.: Советский спорт, 2010. – 320с.

10. Физиология человека/ Р. Шмидт, Г. Тевс и др. 3- тома – М. – 2005.

8.3. Рекомендуемые интернет-ресурсы:

1. www.reu-sport.ru – Центр «Спортивный клуб РЭУ имени Г.В. Плеханова
2. <http://www.minsport.gov.ru/> – Министерство спорта РФ
3. www.mon.gov.ru – Министерство образования РФ
4. www.mosport.ru
5. <http://www.vechnayamolodost.ru/index2.php?idtopmenu=8>
6. <http://www.rusmedserver.ru/>
7. <http://www.zdobr.ru/>

Таблица 7

9. Материально-техническое обеспечение дисциплины «Физическая культура»

№ п/п	Наименование дисциплин в соответствии с учебным планом	Наименование специализированных аудиторий, кабинетов, лабораторий и пр. с перечнем основного оборудования	Форма владения, пользования (собственность, оперативное управление, аренда и т.п.)
1	Физическая культура	Стадион: - беговые дорожки; - сектор для прыжков в длину с разбега;	Аренда
2	Физическая культура	Стадион: - открытые площадки для спортивных игр (баскетбол, волейбол, мини-футбол).	Аренда

3	Физическая культура	Инвентарь: - футбольные мячи; - баскетбольные мячи; - волейбольные мячи; - волейбольная сетка; - секундомер, свисток; - кариматы; - гантели; - набивные мячи — скакалки — ракетки для бадминтона и воланы — обручи	Собственность
---	---------------------	--	----------------------

10. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины

На лекционных и практических занятиях при формировании знаний, умений и навыков по физической культуре следует включать материал других учебных дисциплин (анатомии, физиологии, безопасности жизнедеятельности, спортивных игр, гимнастики, легкой атлетики, математики, информатики), позволяющих студентам интегрировать свои знания и умения в целостную систему представлений о здоровом образе и стиле жизни.

Важно добиваться глубокого усвоения учебного материала, используя различные формы текущего и итогового контроля.

11. Технологическая карта дисциплины

Курс I-III. *ЕГФ профиль* «Педагогическое образование»
семестр – 1,2,3,4,5,6.

Преподаватели читающие дисциплину: Чебан Т.Н.

Кафедра «Спортивные игры»

Таблица 8

Наименование дисциплины / курса	Уровень// ступень образования (бакалавриат, специалитет, магистратура)	Статус дисциплин. в раб. учеб. плане (А, Б, В, Г)	Количество зачетных единиц / кредитов		
Физическая культура, I-III курс	бакалавриат	Б1.Б.24	2		
Смежные дисциплины по учебному плану:					
«Возрастная анатомия и физиология», «Основы медицинских знаний», «Основы безопасности жизнедеятельности»					
ВВОДНЫЙ МОДУЛЬ (входной рейтинг-контроль, проверка «остаточных» знаний по смежным дисциплинам)					
Тема, задание или мероприятие входного контроля		Виды текущей аттестации	Аудиторная или внеаудит.	Миним. кол-во баллов	Максим кол-во баллов
БАЗОВЫЙ МОДУЛЬ (проверка знаний и умений по дисциплине)					
Тема, задание или мероприятие текущего контроля		Виды текущей аттестации	Аудиторная или внеаудит.	Миним. кол-во баллов	Максим кол-во баллов
1. посещение лекционных занятий*				5	30
2. посещение практических занятий*				5	25
1. тестовые задания				20	20
2. Выполнение самостоятельной работы				20	20
ВСЕГО:				50	95

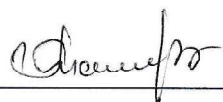
*За одно лекционное и практическое занятие студент получает 5 баллов.

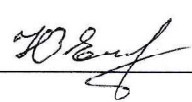
Зачетные требования по предмету «Физическая культура»

Студенты посетившие все лекционные и практические занятия, написавшие самостоятельную работу, а так же решившие тестовое задание получают зачет.

Рабочая программа составлена с учетом Федерального Государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению: **44.03.01** «Педагогическое образование», *профиль «Биология»* утвержденного приказом № 1426 от 04.12.2015 года Министерства образования и науки РФ.

Составители:

Ст. преподаватель  Чебан Т.Н.

Зав. кафедрой
спортивных игр  Емельянова Ю.Н., доцент

Согласовано:

Декан факультета ЕГФ  С.И. Филипенко, к.п.н.,
доцент