

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Тольяттинский государственный университет»

Б1.Б.25

(индекс дисциплины)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Элективные дисциплины по физической культуре

(наименование дисциплины)

по направлению подготовки (специальности)

42.03.02 Журналистика

(код и наименование направления подготовки, специальности в соответствии с ФГОС ВПО/ФГОС ВО)

Форма обучения: очная

Год набора: 2018

Распределение часов дисциплины по семестрам и видам занятий (по учебному плану)

Количество ЗЕТ												
Часов по РУП	328											
Виды контроля в семестрах:	Экзамены			Зачеты		Курсовые проекты		Курсовые работы		Контрольные работы (для заочной формы обучения)		
				123456								
	№№ семестров											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	Итого
ЗЕТ по семестрам												
Лекции												
Лабораторные												
Практические	32	32	32	32	32	32						192
Контактная работа												
Сам. работа	4	4	32	32	32	32						136
Контроль												
Итого	36	36	64	64	64	64						328

Тольятти, 2017

Рабочая программа составлена на основании ФГОС ВО и учебного плана направления подготовки (специальности) 42.03.02 «Журналистика»

Рецензирование рабочей программы дисциплины:



Отсутствует



Учебная (рабочая) программа одобрена на заседании кафедры «Физическое воспитание» (протокол заседания № 1 от «31» августа 2017 г.).



Рецензент

(должность, ученое звание, степень)
«__» _____ 20__ г.

(подпись)

(И.О. Фамилия)

Срок действия рабочей программы дисциплины до «30» августа 2022 г.

Информация об актуализации рабочей программы дисциплины:

Протокол заседания кафедры № 1 от «31» августа 2018 г.

Протокол заседания кафедры № 1 от «7» сентября 2019 г.

Протокол заседания кафедры № __1__ от «31» августа 2020 г.

Протокол заседания кафедры № __1__ от «31» августа 2021 г.

СОГЛАСОВАНО

Заведующий кафедрой «Журналистика»

(выпускающей направление (специальность))

«__» _____ 20__ г.

(подпись)

Н.И. Тараканова
(И.О. Фамилия)

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой «Физическое воспитание»

(разработавшей РПД)

«__» _____ 20__ г.

(подпись)

Т.А. Хорошева
(И.О. Фамилия)

АННОТАЦИЯ
дисциплины (учебного курса)
Б1.Б.25 Элективные дисциплины по физической культуре и спорту

1. Цель и задачи изучения дисциплины (учебного курса)

Цель – формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

Задачи:

1. понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности.
2. знание научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни.
3. формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом.
4. 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.
5. обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии.
6. приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

2. Место дисциплины (учебного курса) в структуре ОПОП ВО

Данная дисциплина (учебный курс) относится к Блоку 1 «Дисциплины (модули)» (базовая часть).

Дисциплины, учебные курсы, на освоении которых базируется данная дисциплина (учебный курс) – «Физическая культура и спорт».

Дисциплины, учебные курсы, для которых необходимы знания, умения, навыки, приобретаемые в результате изучения данной дисциплины (учебного курса) – Государственная итоговая аттестация.

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине (учебному курсу), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Формируемые и контролируемые компетенции	Планируемые результаты обучения
Способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-9)	Знать: - роль физической культуры в общекультурной и профессиональной подготовке студентов; - основы здорового образа жизни; - средства и методы физической культуры. Уметь: - применять на практике средства физической культуры для развития двигательных способностей; - использовать методы и средства физической культуры в

	профессиональной деятельности Владеть: – навыками оптимизации работоспособности, профилактики нервно–эмоционального и психофизического утомления, повышения эффективности труда; - соблюдать нормы здорового образа жизни, проявлять когнитивные, эмоциональные и волевые особенности психологии личности; - навыками использования методов физической культуры для укрепления здоровья.
--	--

Тематическое содержание дисциплины (учебного курса)

Раздел, модуль	Подраздел, тема
Раздел 1. Общая физическая подготовка	1. Оздоровительная направленность физических упражнений на организм занимающихся
Раздел 2. Специальная физическая подготовка	1. Развитие быстроты 2. Развитие выносливости 3. Развитие ловкости 4. Развитие силы 5. Развитие гибкости

Общая трудоемкость дисциплины (учебного курса) – 2 ЗЕТ.

4. Технологическая карта по учебному курсу "Элективные курсы по физической культуре и спорту-1"

Идентификатор курса в модуле "Методическая работа" id=100303

Семестр изучени я	Кол-во недель, в течение которых реализуется курс	Объем учебного курса и виды учебных мероприятий														Форма контро ля	Контро ль в часах
		Всего часов по учебном у плану	Контактная работа					Самостоятельная работа									
			Всего				В т.ч. в интера ктивн ой форме	Всего	Лабора торн ые	Консу льтац ии	РГР	Курс. проект ы (Курс. работ ы)	Контр ольны е работ ы	Иное	ОТ		
			Всего	Лекци и	Лабора торн ые	Практи чески е											
1	17	36	32	0	0	32	0	4	0	0	0	0	0	4	0	зачет	

№ не де ли	№ мод уля	Наименован ие учебного мероприяти я	Кр атк ое наз ван ие тип а уче бно го мер опр ия	Описание учебного мероприятия (формы проведения лекций, лабораторных, практических занятий, методы обучения, реализующие применяемую образовательную технологию)	Вы ста вл яет ся в рас пис ан ие? (+,-)	Ответ ствен ный за прове дение (веду щий: лекто р - Л, препо дават ель - П)	М ак си ма ль но е ко ло во ба лл ов за зад ан ие	Продолжительность учебных мероприятий, проводимых				Требования к ресурсам					Рекоменду емая литератур а (№ и стр.)
								в аудитории		по индивиду альному графику студента		Тип аудитории	Ко л- во ауд ито ри й	Пре длаг аемо е мест о про веде ния (№ ауд., др. мест о)	Мак сим аль ное кол- во студ енто в в ауди тори и	Требуемое оборудова ние	
								в часа х	в т.ч. в интер актив ной форм е (+, -)	в часа х	в днях						
1	2	Практическое	Пр3	Метод	+	П		2	-			Большой	1		60	Спортивные	ОЛ -1,2,3

		занятие 1		практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "легкая атлетика".							спортивный зал				й инвентарь	ДЛ - 1,2,3,4
2	2	Практическое занятие 2	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "легкая атлетика".	+	П		2	-		Большой спортивный зал	1		60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
3	2	Практическое занятие 3	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "легкая атлетика".	+	П		2	-		Большой спортивный зал	1		60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
4	2	Практическое занятие 4	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "легкая атлетика".	+	П		2	-		Большой спортивный зал	1		60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
5	2	Практическое занятие 5	Пр3	Метод практического обучения, форма	+	П		2	-		Большой спортивный зал	1		60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4

				обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Общефизическая подготовка. Развитие физических качеств".													
6	2	Практическое занятие 6	ПрЗ	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Общефизическая подготовка. Развитие физических качеств".	+	П		2	-			Большой спортивный зал	1		60	Спортивные инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
7	2	Практическое занятие 7	ПрЗ	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Общефизическая подготовка. Развитие физических качеств".	+	П		2	-			Большой спортивный зал	1		60	Спортивные инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
8	2	Практическое	ПрЗ	Метод	+	П		2	-			Большой	1		60	Спортивные	ОЛ -1,2,3

		занятие 8		практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Общефизическая подготовка. Развитие физических качеств".							спортивный зал				й инвентарь	ДЛ - 1,2,3,4
9	2	Практическое занятие 9	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Общефизическая подготовка. Развитие физических качеств".	+	П		2	-		Большой спортивный зал	1		60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4

10	2	Практическое занятие 10	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Общефизическая подготовка. Развитие физических качеств".	+	П		2	-			Большой спортивный зал	1		60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
11	2	Практическое занятие 11	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Общефизическая подготовка. Развитие физических качеств".	+	П		2	-			Большой спортивный зал	1		60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
12	2	Практическое занятие 12	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Общефизическая подготовка. Развитие	+	П		2	-			Большой спортивный зал	1		60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4

				физических качеств".													
13	2	Практическое занятие 13	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Общефизическая подготовка. Развитие физических качеств".	+	П		2	-			Большой спортивный зал	1		60	Спортивны й инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
14	2	Практическое занятие 14	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Общефизическая подготовка. Развитие физических качеств".	+	П		2	-			Большой спортивный зал	1		60	Спортивны й инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
15	2	Практическое занятие 15	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Общефизическая	+	П		2	-			Большой спортивный зал	1		60	Спортивны й инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4

				подготовка. Развитие физических качеств".													
16	2	Практическое занятие 16	Пр3	Приём промежуточных нормативов	+	П		2	-	4		Большой спортивный зал	1		60	Спортивны й инвентарь	
		Посещаемость	Псщ		-		40								0		
		Сдача нормативов	Нор	Норматив №1	-		10								0		
		Сдача нормативов	Нор	Норматив №2	-		10								0		
		Сдача нормативов	Нор	Норматив №3	-		10		-			Большой спортивный зал	1		60	Спортивны й инвентарь	
		Сдача нормативов	Нор	Норматив №4	-		10					Большой спортивный зал			0		
		Бонусные баллы	ББ	баллы за участие в соревнованиях	-		20								0		
						ИТО ГО	100	32	0	4							
								36									
						ИТОГО через ОТ		0									

4. Технологическая карта по учебному курсу " Элективные курсы по физической культуре и спорту-2"

Идентификатор курса в модуле "Методическая работа" id=70635

Семестр изучени я	Кол-во недель, в течение которых реализуется курс	Объем учебного курса и виды учебных мероприятий														Форма контро ля	Контро ль в часах
		Всего часов по учебном у плану	Контактная работа					Самостоятельная работа									
			Всего				В т.ч. в интера ктивн ой форме	Всего	Лабор аторн ые	Консу льтац ии	РГР	Курс. проект ы (Курс. работ ы)	Контр ольны е работ ы	Иное	ОТ		
			Всего	Лекци и	Лабор аторн ые	Практи чески е											
2	17	36	32	0	0	32	0	4	0	0	0	0	0	4	0	зачет	

№ н е д е л и	№ м о д у л я	Наименование учебного мероприятия	Краткое название типа учеб	Описание учебного мероприятия (формы проведения лекций, лабораторных, практических занятий, методы обучения,	Выс та вл я	Ответственный за проведение (ведущий: лектор -	Максимальное кол-во бал	Продолжительность учебных мероприятий, проводимых		Требования к ресурсам					Рекомендуемая литература (№ и стр.)
								в аудитории	по индивидуальному графику студента	Тип аудитории	Кол-во аудито	Пре длаг	Макс имал	Требуемое оборудование	

			ного мер опр ият ия	реализующие применяемую образовательную технологию)	е т с я в р а с п и с а н и е ? (+ , -)	Л, препода ватель - П)	лов за зада ние	в часа х	в т.ч. в интер актив ной форме (+, -)	в ча са х	в днях		рий	ае мо е ме сто пр ов ед ения (№ ау д., др. ме сто)	ьн ое ко л- во сту де нт ов в ау ди то ри и		
1	2	Практическое занятие 1	ПрЗ 1	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Общефизическая подготовка. Развитие физических качеств".	+	П		2	-			Большой спортивн ый зал	1		60	Спортивны й инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
2	2	Практическое занятие 2	ПрЗ	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Общефизическая подготовка. Развитие	+	П		2	-			Большой спортивн ый зал	1		60	Спортивны й инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4

				физических качеств".													
3	2	Практическое занятие 3	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Общefизическая подготовка. Развитие физических качеств".	+	П		2	-			Большой спортивн ый зал	1		60	Спортивны й инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
4	2	Практическое занятие 4	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Общefизическая подготовка. Развитие физических качеств".	+	П		2	-			Большой спортивн ый зал	1		60	Спортивны й инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
5	2	Практическое занятие 5	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Общefизическая подготовка. Развитие физических качеств".	+	П		2	-			Большой спортивн ый зал	1		60	Спортивны й инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
6	2	Практическое занятие 6	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Общefизическая подготовка. Развитие физических качеств".	+	П		2	-			Большой спортивн ый зал	1		60	Спортивны й инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
7	2	Практическое	Пр3	Метод практического	+	П		2	-			Большой	1		60	Спортивны	ОЛ -1,2,3

		занятие 7		обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Общefизическая подготовка. Развитие физических качеств".							спортивный зал				й инвентарь	ДЛ - 1,2,3,4
8	2	Практическое занятие 8	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Общefизическая подготовка. Развитие физических качеств".	+	П		2	-		Большой спортивный зал	1		60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
9	2	Практическое занятие 9	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Общefизическая подготовка. Развитие физических качеств".	+	П		2	-		Большой спортивный зал	1		60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
10	2	Практическое занятие 10	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Общefизическая подготовка. Развитие физических качеств".	+	П		2	-		Большой спортивный зал	1		60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
11	2	Практическое занятие 11	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое	+	П		2	-		Большой спортивный зал	1		60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4

				аудиторное занятие по теме "Общефизическая подготовка. Развитие физических качеств".												
12	2	Практическое занятие 12	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Общефизическая подготовка. Развитие физических качеств".	+	П		2	-		Большой спортивн ый зал	1		60	Спортивны й инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
13	2	Практическое занятие 13	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Общефизическая подготовка. Развитие физических качеств".	+	П		2	-		Большой спортивн ый зал	1		60	Спортивны й инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
14	2	Практическое занятие 14	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Общефизическая подготовка. Развитие физических качеств".	+	П		2	-		Большой спортивн ый зал	1		60	Спортивны й инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
15	2	Практическое занятие 15	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме	+	П		2	-	4	Большой спортивн ый зал	1		60	Спортивны й инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4

				"Общeфизическая подготовка. Развитие физических качеств".														
16	2	Практическое занятие 16	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Общeфизическая подготовка. Развитие физических качеств".	+	П		2	-			Большой спортивн ый зал	1		60	Спортивны й инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4	
17		Посещаемость	Псщ	посещение практических занятий	-		40								0			
		Бонусные баллы	ББ	баллы за участие в соревнованиях	-		20	4							0			
						ИТОГО	100	32	0	4								
								36										
								ИТОГО через ОТ			0							

4. Технологическая карта по учебному курсу " Элективные курсы по физической культуре и спорту -3"

Идентификатор курса в модуле "Методическая работа" id=70639

Семестр изучени я	Кол-во недель, в течение которых реализуется курс	Объем учебного курса и виды учебных мероприятий														Форма контро ля	Контро ль в часах
		Всего часов по учебном у плану	Контактная работа					Самостоятельная работа									
			Всего				В т.ч. в интера ктивн ой форме	Всего	Лабор аторн ые	Консу льтац ии	РГР	Курс. проект ы (Курс. работ ы)	Контр ольны е работ ы	Иное	ОТ		
			Всего	Лекци и	Лабор аторн ые	Практи чески е											
3	17	32	32	0	0	32	0	32	0	0	0	0	0	32	0	зачет	

№ н е д е л и	№ мод уля	Наименован ие учебного мероприяти я	Кра ткое назв ание типа учеб ного меро при ятия	Описание учебного мероприятия (формы проведения лекций, лабораторных, практических занятий, методы обучения, реализующие применяемую образовательн ую технологию)	Выст авля ется в расп исан ие? (+,-)	Ответ ствен ный за прове дение (веду щий: лекто р - Л, препо дават ель - П)	М ак си ма ль но е ко л - во ба лл ов за зад ан ие	Продолжительность учебных мероприятий, проводимых				Требования к ресурсам					Рекомен дуемая литерат ура (№ и стр.)
								в аудитории		по индивиду альному графику студента		Тип аудитории	Ко л- во ауди тори й	Предлаг аемое место проведе ния (№ ауд., др. место)	Макси мальн ое кол-во студен тов в аудито рии	Требу емое оборуд овани е	
								в часа х	в т.ч. в интер актив ной форм е (+, -)	в часа х	в днях						
1	2	Практическое занятие 1	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения -	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спорти вный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4

				практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"													
2	2	Практическое занятие 2	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спорти вный инвента рь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
3	2	Практическое занятие 3	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спорти вный инвента рь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
4	2	Практическое занятие 4	Пр3	Метод практического	+	П		2	-	2		Большой спортивный			60	Спорти вный	ОЛ -1,2,3 ДЛ -

				обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"							зал				инвентарь	1,2,3,4	
5	2	Практическое занятие 5	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
6	2	Практическое занятие 6	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4

7	2	Практическое занятие 7	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
8	2	Практическое занятие 8	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
9	2	Практическое занятие 9	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4

				отдельным видам спорта"													
10	2	Практическое занятие 10	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
11	2	Практическое занятие 11	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
12	2	Практическое занятие 12	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4

				физическая подготовка по отдельным видам спорта"													
13	2	Практическое занятие 13	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
14	2	Практическое занятие 14	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
15	2	Практическое занятие 15	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4

				занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"													
16	2	Практическое занятие 16	ПрЗ	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спорти вный инвента рь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
		Посещаемость	Псщ		-		40								0		
		Сдача нормативов	Нор	Норматив №1	-		10								0		
		Сдача нормативов	Нор	Норматив №2	-		10								0		
		Сдача нормативов	Нор	Норматив №3	-		10								0		
		Сдача нормативов	Нор	Норматив №4	-		10								0		
		Бонусные баллы	ББ	баллы за участие в соревнованиях	-		20								0		
							ИТОГ О	100	32	0	32						
											64						
							ИТОГО через ОТ				0						

4. Технологическая карта по учебному курсу " Элективные курсы по физической культуре и спорту -4"

Идентификатор курса в модуле "Методическая работа" id=70638

Семестр изучени я	Кол-во недель, в течение которых реализуется курс	Объем учебного курса и виды учебных мероприятий														Форма контро ля	Контро ль в часах
		Всего часов по учебном у плану	Контактная работа					Самостоятельная работа									
			Всего				В т.ч. в интера ктивн ой форме	Всего	Лабор аторн ые	Консу льтац ии	РГР	Курс. проект ы (Курс. работ ы)	Контр ольны е работ ы	Иное	ОТ		
			Всего	Лекци и	Лабор аторн ые	Практи чески е											
4	17	32	32	0	0	32	0	32	0	0	0	0	0	32	0	зачет	

№ н е д е л и	№ мод уля	Наименован ие учебного мероприяти я	Кр атк ое наз ван ие тип а уче бно го мер опр ия	Описание учебного мероприятия (формы проведения лекций, лабораторных, практических занятий, методы обучения, реализующие применяемую образовательную технологию)	Вы ста вл яет ся в рас пис ан ие? (+,-)	От вет ствен ный за прове дение (веду щий: лекто р - Л, препо дават ель - П)	М ак си ма ль но е ко л - во ба лл ов за зад ан ие	Продолжительность учебных мероприятий, проводимых				Требования к ресурсам					Рекоменду емая литератур а (№ и стр.)
								в аудитории		по индивиду альному графику студента		Тип аудитории	Ко л - во ауд ито ри й	Пре длаг аемо е мест о про веде ния (№ ауд., др. мест о)	Мак сим аль ное кол - во студ енто в в ауди тори и	Требуемое оборудова ние	
								в часа х	в т.ч. в интер актив ной форм е (+, -)	в часа х	в днях						
1	2	Практическое занятие 1	Пр3 1	Метод практического обучения, форма	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивны й инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4

				обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"													
2	2	Практическое занятие 2	ПрЗ 1	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивные инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
3	2	Практическое занятие 3	ПрЗ 3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивные инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4

4	2	Практическое занятие 4	Пр3 4	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
5	2	Практическое занятие 5	Пр3 5	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
6	2	Практическое занятие 6	Пр3 6	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4

				отдельным видам спорта"													
7	2	Практическое занятие 7	Пр3 7	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
8	2	Практическое занятие 8	Пр3 8	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
9	2	Практическое занятие 9	Пр3 9	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4

				физическая подготовка по отдельным видам спорта"													
10	2	Практическое занятие 10	Пр3 10	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
11	2	Практическое занятие 11	Пр31 1	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
12	2	Практическое занятие 12	Пр3 12	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4

				по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"													
13	2	Практическое занятие 13	Пр3 13	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивные инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
14	2	Практическое занятие 14	Пр3 14	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивные инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
15	2	Практическое занятие 15	Пр3 15	Метод практического обучения, форма обучения -	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивные инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4

				практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"													
16		Практическое занятие 16	Пр3 16	Приём промежуточных нормативов	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60		
		Сдача нормативов	Нор	Норматив №1	-		10								0		
		Сдача нормативов	Нор	Норматив №2	-		10								0		
		Сдача нормативов	Нор	Норматив №3	-		10								0		
		Сдача нормативов	Нор	Норматив №4	-		10								0		
		Бонусные баллы	ББ	баллы за участие в соревнованиях	-		20								0		
		Посещаемость	Псщ	Посещаемость аудиторных занятий	-		40								0		
						ИТО ГО	100	32	0	32							
								64									
						ИТОГО через ОТ		0									

4. Технологическая карта по учебному курсу " Элективные курсы по физической культуре и спорту -5"

Идентификатор курса в модуле "Методическая работа" id=70641

Семестр изучени я	Кол-во недель, в течение которых реализуется курс	Объем учебного курса и виды учебных мероприятий														Форма контро ля	Контро ль в часах
		Всего часов по учебном у плану	Контактная работа					Самостоятельная работа									
			Всего				В т.ч. в интера ктивн ой форме	Всего	Лабор аторн ые	Консу льтац ии	РГР	Курс. проект ы (Курс. работ ы)	Контр ольны е работ ы	Иное	ОТ		
			Всего	Лекци и	Лабор аторн ые	Практи чески е											
5	17	64	32	0	0	32	0	32	0	0	0	0	0	32	0	зачет	

№ не де ли	№ м од у л я	Наимено вание учебного мероприят ия	Кр ат ко е на зва ни е ти па уч еб но го ме ро пр ия ти я	Описание учебного мероприятия (формы проведения лекций, лабораторных, практических занятий, методы обучения, реализующие применяемую образовательную технологию)	Вы ста вл яет ся в рас пи сан ие? (+,-)	Ответст венный за проведе ние (ведущи й: лектор - Л, препода ватель - П)	Ма кси мал ьно е кол -во бал лов за зада ние	Продолжительность учебных мероприятий, проводимых				Требования к ресурсам					Рекомен дуемая литерат ура (№ и стр.)
								в аудитории		по индивидуал ьному графику студента		Тип аудитории	Кол -во ауд итор ий	Пре дла гае мое мес то про вед ени я (№ ауд. , др. мес то)	Макс имал ьное кол- во студе нтов в ауди тори и	Требуем ое оборудов ание	
								в часа х	в т.ч. в интер актив ной форме (+, -)	в часа х	в днях						
1	2	Практическо	Пр3	Метод практического	+	П		2	-	2		Большой			60	Спортивн	ОЛ -1,2,3

		е занятие 1		обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"							спортивный зал				ый инвентарь	ДЛ - 1,2,3,4	
2	2	Практическо е занятие2	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивн ый инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
3	2	Практическо е занятие 3	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивн ый инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
4	2	Практическо е занятие 4	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивн ый инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4

				аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"													
5	2	Практическое занятие 5	ПрЗ	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
6	2	Практическое занятие 6	ПрЗ	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
7	2	Практическое занятие 7	ПрЗ	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4

				по отдельным видам спорта"													
8	2	Практическое занятие 8	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
9	2	Практическое занятие 9	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
10	2	Практическое занятие 10	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
11	2	Практическое занятие 11	Пр3	Метод практического обучения, форма	+	П		2	-	2		Большой спортивный			60	Спортивный	ОЛ -1,2,3 ДЛ -

				обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"							зал					инвентарь	1,2,3,4
12	2	Практическо е занятие 12	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивн ый инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
13	2	Практическо е занятие 13	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивн ый инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
14	2	Практическо е занятие 14	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивн ый инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4

				"Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"													
15	2	Практическое занятие 15	ПрЗ	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
16	2	Практическое занятие 16	ПрЗ	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
		Сдача нормативов	Нор	Норматив №1	-		10										
		Сдача нормативов	Нор	Норматив №2	-		10		-								
		Посещаемость	Псщ		-		40										
		Сдача нормативов	Нор	Норматив №3	-		10		-								
		Сдача нормативов	Нор	Норматив №4	-		10										

		Бонусные баллы	ББ	баллы за участие в соревнованиях	-		20									
							ИТОГО	100	32	0	32					
									64							
							ИТОГО через ОТ		0							

4. Технологическая карта по учебному курсу " Элективные курсы по физической культуре и спорту -6"

Идентификатор курса в модуле "Методическая работа" id=100544

Семестр изучени я	Кол-во недель, в течение которых реализуется курс	Объем учебного курса и виды учебных мероприятий														Форма контро ля	Контро ль в часах
		Всего часов по учебном у плану	Контактная работа					Самостоятельная работа									
			Всего				В т.ч. в интера ктивн ой форме	Всего	Лабор аторн ые	Консу льтац ии	РГР	Курс. проект ы (Курс. работ ы)	Контр ольны е работ ы	Иное	ОТ		
			Всего	Лекци и	Лабор аторн ые	Практи чески е											
6	17	64	32	0	0	32	0	32	0	0	0	0	0	0	0	зачет	

№ н е д е л и	№ мод уля	Наименован ие учебного мероприяти я	Кратк ое наз ван ие тип а	Описание учебного мероприятия (формы проведения лекций, лабораторных, практических	Вы ста вл яет ся в рас пис	Ответ ствен ный за прове дение (веду щий:	Мак си м аль но е ко	Продолжительность учебных мероприятий, проводимых		Требования к ресурсам					Рекоменду емая литератур а (№ и стр.)
								в аудитории	по индивиду альному графику студента	Тип аудитории	Ко л- во ауд	Пре длаг аемо е	Мак сим аль ное	Требуемое оборудова ние	

			учебно-мероприятия	занятий, методы обучения, реализующие применяемую образовательную технологию)	ание? (+, -)	лектор - Л, преподаватель - П)	л-во баллов за задание	в часах	в т.ч. в интерактивной форме (+, -)	в часах	в днях		ито-рий	место проведения (№ ауд., др. место)	кол-во студентов в аудитории		
1	2	Практическое занятие 1	ПрЗ 1	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
2	2	Практическое занятие 2	ПрЗ 2	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4

3	2	Практическое занятие 3	Пр3 3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
4	2	Практическое занятие 4	Пр3 4	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
5	2	Практическое занятие 5	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4

				отдельным видам спорта"													
6	2	Практическое занятие 6	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
7	2	Практическое занятие 7	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
8	2	Практическое занятие 8	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4

				физическая подготовка по отдельным видам спорта"													
9	2	Практическое занятие 9	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
10	2	Практическое занятие 10	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
11	2	Практическое занятие 11	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивный инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4

				по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"													
12	2	Практическое занятие 12	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивные инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
13	2	Практическое занятие 13	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивные инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
14	2	Практическое занятие 14	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения -	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивные инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4

				практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"													
15	2	Практическое занятие 15	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивные инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
16	2	Практическое занятие 16	Пр3	Метод практического обучения, форма обучения - практическое аудиторное занятие по теме "Специальная физическая подготовка по отдельным видам спорта"	+	П		2	-	2		Большой спортивный зал			60	Спортивные инвентарь	ОЛ -1,2,3 ДЛ - 1,2,3,4
		Сдача нормативов	Нор	Норматив №1	-		10								0		

		Сдача нормативов	Нор	Норматив №2	-		10								0		
		Сдача нормативов	Нор	Норматив №3	-		10								0		
		Сдача нормативов	Нор	Норматив №4	-		10								0		
		Посещаемость	Псщ	посещаемость практических занятий	-		40								0		
		Бонусные баллы	ББ	баллы за участие в соревнованиях	-		20								0		
						ИТО ГО	100	32	0	32							
						64											
						ИТОГО через ОТ			0								

5. Критерии и нормы текущего контроля и промежуточной аттестации

Наименование учебных мероприятий	Типы учебных мероприятий	Количество баллов	Условия допуска	Критерии и нормы оценки
Сдача нормативов	Практическое занятие	10	отсутствие медицинских противопоказаний	7-10 баллов – правильное выполнение всех упражнений, 100% заданий были выполнены; 5-7 баллов – незначительные ошибки при выполнении упражнений, 75% заданий выполнены; 3-5 балла – имеются ошибки при выполнении упражнений, 50% заданий выполнено; 1-2 балла – ошибки грубые при выполнении заданий, выполнено менее 50% заданий. Промежуточные баллы даются в зависимости от техники выполнения заданий.
Посещаемость	Посещаемость	60		Рассчитывается пропорционально занятиям, которые посетили студенты
Сдача нормативов	Практическое занятие	10	отсутствие медицинских противопоказаний	7-10 баллов – правильное выполнение всех упражнений, 100% заданий были выполнены; 5-7 баллов – незначительные ошибки при выполнении упражнений, 75% заданий выполнены; 3-5 балла – имеются ошибки при выполнении упражнений, 50% заданий выполнено; 1-2 балла – ошибки грубые при выполнении заданий, выполнено менее 50% заданий. Промежуточные баллы даются в зависимости от техники выполнения заданий.
Сдача нормативов	Практическое занятие	10	отсутствие медицинских противопоказаний	7-10 баллов – правильное выполнение всех упражнений, 100% заданий были выполнены; 5-7 баллов – незначительные ошибки при выполнении упражнений, 75% заданий выполнены; 3-5 балла – имеются ошибки при выполнении

				упражнений, 50% заданий выполнено; 1-2 балла – ошибки грубые при выполнении заданий, выполнено менее 50% заданий. Промежуточные баллы даются в зависимости от техники выполнения заданий. Промежуточные баллы даются в зависимости от техники выполнения заданий.
Сдача нормативов	Практическое занятие	10	отсутствие медицинских противопоказаний	7-10 баллов – правильное выполнение всех упражнений, 100% заданий были выполнены; 5-7 баллов – незначительные ошибки при выполнении упражнений, 75% заданий выполнены; 3-5 балла – имеются ошибки при выполнении упражнений, 50% заданий выполнено; 1-2 балла – ошибки грубые при выполнении заданий, выполнено менее 50% заданий. Промежуточные баллы даются в зависимости от техники выполнения заданий. промежуточные баллы даются в зависимости от техники выполнения заданий.
Схема расчета итоговой оценки:		Сумма баллов по всем учебным мероприятиям, предусмотренным в курсе		

Форма проведения промежуточной аттестации	Условия допуска	Критерии и нормы оценки	
Зачет	Не предусмотрены	«зачтено»	40-100 баллов
		«не зачтено»	0-39 баллов

6. Банк тестовых заданий и регламент проведения тестирования

6.1. Банк тестовых заданий для проведения тестирования

По учебному курсу данный подраздел не предусмотрен

6.2. Регламент проведения тестирований

По учебному курсу данный подраздел не предусмотрен

7. Критерии и нормы оценки курсовых работ (проектов)

По учебному курсу данный подраздел не предусмотрен

8. Примерная тематика письменных работ (курсовых, рефератов, контрольных, расчетно-графических и др.)

По учебному курсу данный подраздел не предусмотрен

9. Вопросы к зачету

1	Средства физической культуры.
2	Физическая культура – часть общечеловеческой культуры.
3	Самоконтроль за физическим развитием и функциональным состоянием организма.
4	Виды и методы контроля за эффективностью тренировочных занятий в избранном виде спорта (системе физических упражнений).
5	Границы интенсивности нагрузок в условиях самостоятельных занятий у лиц разного возраста.
6	Особенности самостоятельных занятий для женщин, планирование и управление самостоятельными занятиями.
7	Перечислите виды тканей организма и их свойства общего и специфического характера.
8	Общее представление о строении тела человека.
9	Физическая культура и спорт как социальные феномены.
10	Оценка функциональной подготовленности организма. Функциональные пробы.
11	Определение нагрузки по показателям пульса, жизненной емкости легких и частоте дыхания.
12	Субъективные и объективные показатели самоконтроля.
13	Врачебный контроль как условие допуска к занятиям физической культурой и спортом, его содержание и периодичность.
14	Диагностика и самодиагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом. Виды диагностики.
15	Формы и содержание самостоятельных занятий.
16	Взаимосвязь между интенсивностью занятий и ЧСС. Признаки чрезмерной нагрузки.
17	Возрастные особенности содержания занятий
18	Общая и моторная плотность занятия.
19	Построение и структура учебно-тренировочного занятия.
20	Зоны интенсивности нагрузок по частоте сердечных сокращений (ЧСС).
21	Гипокинезия и гиподинамия.
22	Понятие об утомлении при физической и умственной деятельности.
23	Личная гигиена и закаливание.
24	Периоды работоспособности в течение рабочего дня и их краткая характеристика.
25	Организация режима питания.
26	Организация сна.
27	Понятие «здоровье», его содержание и критерии. Самооценка собственного здоровья
28	Представление о мышечной системе (функции поперечно-полосатой и гладкой мускулатуры). Строение мышечной ткани.
29	Профилактика вредных привычек.
30	Кровь. Кровеносная система, ее состав и функции. Сердце как главный орган

	кровеносной системы (строение и функции).
31	Понятие о суставах, связках и сухожилиях. Представление об опорно-двигательном аппарате.
32	Представление о дыхательной и пищеварительной системе.
33	Форма и функции костей скелета человека. Позвоночник. Его отделы и функции.
34	Общее представление о строении тела человека.

10. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

10.1. Паспорт фонда оценочных средств

№ п/п	Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства
1	Общая физическая подготовка	ОК-9	Реферат (для студентов, освобожденных от занятий по медицинским показаниям)
2	Специальная физическая подготовка	ОК-9	Бег 100м, бег 500 м (дев), 1000 м (юн), прыжок в длину с места, подтягивание и отжимание (юн), отжимания (дев), поднимание туловища из положения лежа (дев).

10.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

10.2.1. Темы рефератов (для студентов, освобожденных от занятий по медицинским показаниям)

1. Физическая культура в системе общекультурных ценностей.
2. Физическая культура в ВУЗе.
3. История возникновения и развития Олимпийских игр.
4. Контроль, самоконтроль в занятиях физической культурой и спортом. Профилактика травматизма.
5. Утренняя гигиеническая гимнастика и ее значение. Комплекс утренней гигиенической гимнастики.
6. Здоровый образ жизни студентов.
7. Символика и атрибутика Олимпийских игр.
8. Двигательный режим и его значение.
9. Физическая культура и спорт как социальные феномены.
10. Роль общеразвивающих упражнений в физической культуре.
11. Спортивная игра волейбол. История возникновения и развития игры. Правила игры.
12. Спортивная игра баскетбол. История возникновения и развития игры. Правила игры.
13. Формы самостоятельных занятий физическими упражнениями.
14. Оздоровительная физическая культура и ее формы. Влияние оздоровительной физической культуры на организм.
15. Атлетическая гимнастика и ее влияние на организм человека.

16. Бег, как средство укрепления здоровья.
17. Научная организация труда : утомление, режим, гиподинамия, работоспособность, двигательная активность, самовоспитание.
18. Гигиенические и естественные факторы природы: режим труда и отдыха; биологические ритмы и сон; наука о весе тела и питании человека.
19. Формирование двигательных умений и навыков.
20. Воспитание основных физических качеств человека (определение понятия, методика воспитания качества).
21. Основы спортивной тренировки.
22. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.
23. Организм, как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система.
24. Анатомо-морфологические особенности и основные физиологические функции организма.
25. Внешняя среда и ее воздействие на организм человека.
26. Функциональная активность человека и взаимосвязь физической и умственной деятельности.
27. Утомление при физической и умственной работе. Восстановление.
28. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.

Критерии оценки:

- 40 баллов – объем не менее 20 страниц, наличие списка литературы, ссылок на литературные источники в тексте, грамотное освещение материала; не менее 4-х рефератов за один семестр.

- до 39 баллов – объем менее 20 страниц, отсутствие списка литературы, ссылок на литературные источники, наличие менее 4-х рефератов за семестр.

10.2.2. Сдача нормативов

- бег 100 метров (юноши и девушки)
- бег 500 м (девушки)
- 1000 м (юноши)
- прыжок в длину с места (юноши и девушки)
- подтягивание (юноши)
- отжимание (юноши)
- отжимания (дев)
- поднимание туловища из положения лежа (девушки).

Критерии оценки:

- бег 100 метров: 3 балла – 14 сек, 2 балла – 16 сек (девушки); 3 балла – 13 сек, 2 балла – 14 сек (юноши);
- бег 500 метров: 3 балла – 1мин45сек, 2 балла – 2 мин (девушки); 3 балла – 3 мин10 сек, 2 балла – 3мин 20 сек (юноши);
- прыжок в длину: 5 баллов – 1м90см, 3 балла – 1м70см, 2 балла – 1м50см (девушки); 5 баллов – 2м40см, 3 балла – 2м20см, 2 балла – 2 метра (юноши);
- отжимания: 5 баллов – 50, 3 балла – 30, 2 балла – 25 (юноши); 5 баллов – 25, 3 балла – 20, 2 балла – 15 (девушки);
- подтягивания: 5 баллов – 15, 3 балла – 12, 2 балла – 8 (юноши);
- поднимание туловища: 5 баллов – 50, 3 балла – 35, 2 балла – 30 раз (девушки).

11. Образовательные технологии и методические указания по освоению дисциплины (учебного курса)

Образовательные технологии:

1. Личностно-ориентированная технология, которая предполагает раскрытие

индивидуальности каждого студента в процессе обучения. Цель такого обучения состоит в создании системы психолого-педагогических условий, позволяющих работать с каждым студентом с учетом индивидуальных познавательных возможностей, потребностей и интересов (выполнение рефератов)

2. Традиционные технологии- технологии, построенные на объяснительно-иллюстративном способе обучения. При использовании данной технологии преподаватель основное внимание в своей работе отводит изложению готового учебного материала. При этом преподнесение информации учащимся практически всегда происходит в форме монолога педагога (традиционная лекция)

10. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

10.1. Паспорт фонда оценочных средств

№ п/п	Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства
1	Общая физическая подготовка	ОК-9	Реферат (для студентов, освобожденных от занятий по медицинским показаниям)
2	Специальная физическая подготовка	ОК-9	Бег 100м, бег 500 м (дев), 1000 м (юн), прыжок в длину с места, подтягивание и отжимание (юн), отжимания (дев), поднимание туловища из положения лежа (дев).

10.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

10.2.1. Темы рефератов (для студентов, освобожденных от занятий по медицинским показаниям)

1. Физическая культура в системе общекультурных ценностей.
2. Физическая культура в ВУЗе.
3. История возникновения и развития Олимпийских игр.
4. Контроль, самоконтроль в занятиях физической культурой и спортом. Профилактика травматизма.
5. Утренняя гигиеническая гимнастика и ее значение. Комплекс утренней гигиенической гимнастики.
6. Здоровый образ жизни студентов.
7. Символика и атрибутика Олимпийских игр.
8. Двигательный режим и его значение.
9. Физическая культура и спорт как социальные феномены.
10. Роль общеразвивающих упражнений в физической культуре.

11. Спортивная игра волейбол. История возникновения и развития игры. Правила игры.
12. Спортивная игра баскетбол. История возникновения и развития игры. Правила игры.
13. Формы самостоятельных занятий физическими упражнениями.
14. Оздоровительная физическая культура и ее формы. Влияние оздоровительной физической культуры на организм.
15. Атлетическая гимнастика и ее влияние на организм человека.
16. Бег, как средство укрепления здоровья.
17. Научная организация труда : утомление, режим, гиподинамия, работоспособность, двигательная активность, самовоспитание.
18. Гигиенические и естественные факторы природы: режим труда и отдыха; биологические ритмы и сон; наука о весе тела и питании человека.
19. Формирование двигательных умений и навыков.
20. Воспитание основных физических качеств человека (определение понятия, методика воспитания качества).
21. Основы спортивной тренировки.
22. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.
23. Организм, как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система.
24. Анатомо-морфологические особенности и основные физиологические функции организма.
25. Внешняя среда и ее воздействие на организм человека.
26. Функциональная активность человека и взаимосвязь физической и умственной деятельности.
27. Утомление при физической и умственной работе. Восстановление.
28. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.

Критерии оценки:

- 40 баллов – объем не менее 20 страниц, наличие списка литературы, ссылок на литературные источники в тексте, грамотное освещение материала; не менее 4-х рефератов за один семестр.

- до 39 баллов – объем менее 20 страниц, отсутствие списка литературы, ссылок на литературные источники, наличие менее 4-х рефератов за семестр.

10.2.2. Сдача нормативов

- бег 100 метров (юноши и девушки)
- бег 500 м (девушки)
- 1000 м (юноши)
- прыжок в длину с места (юноши и девушки)
- подтягивание (юноши)
- отжимание (юноши)
- отжимания (дев)
- поднимание туловища из положения лежа (девушки).

Критерии оценки:

- бег 100 метров: 3 балла – 14 сек, 2 балла – 16 сек (девушки); 3 балла – 13 сек, 2 балла – 14 сек (юноши);
- бег 500 метров: 3 балла – 1мин45сек, 2 балла – 2 мин (девушки); 3 балла – 3 мин10 сек, 2 балла – 3мин 20 сек (юноши);
- прыжок в длину: 5 баллов – 1м90см, 3 балла – 1м70см, 2 балла – 1м50см (девушки); 5 баллов – 2м40см, 3 балла – 2м20см, 2 балла – 2 метра (юноши);
- отжимания: 5 баллов – 50, 3 балла – 30, 2 балла – 25 (юноши); 5 баллов – 25, 3 балла – 20, 2 балла – 15 (девушки);
- подтягивания: 5 баллов – 15, 3 балла – 12, 2 балла – 8 (юноши);

- поднимание туловища: 5 баллов – 50, 3 балла – 35, 2 балла – 30 раз (девушки).

11. Образовательные технологии и методические указания по освоению дисциплины (учебного курса)

Образовательные технологии:

1. Личностно-ориентированная технология, которая предполагает раскрытие индивидуальности каждого студента в процессе обучения. Цель такого обучения состоит в создании системы психолого-педагогических условий, позволяющих работать с каждым студентом с учетом индивидуальных познавательных возможностей, потребностей и интересов (выполнение рефератов)

2. Традиционные технологии- технологии, построенные на объяснительно-иллюстративном способе обучения. При использовании данной технологии преподаватель основное внимание в своей работе отводит изложению готового учебного материала. При этом преподнесение информации учащимся практически всегда происходит в форме монолога педагога (традиционная лекция)

12. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (учебного курса)

12.1. Обязательная литература

№ п/п	Авторы, составители	Заглавие (заголовок)	Тип (учебник, учебное пособие, учебно- методическое пособие, практикум, др.)	Год издан ия	Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС
1	С. В. Быченков, О. В. Везеницын	Быченков, С. В. Физическая культура : учебник для студентов высших учебных заведений / С. В. Быченков, О. В. Везеницын. - Саратов : Вузовское образование, 2016. - 270 с. - ISBN 2227- 8397.	Учебник	2016	ЭБС IPRbooks
2	Т. А. Хорошева, Г. М. Популо	Физическая культура [Электронный ресурс] : (теоретический курс) : электрон. учеб. пособие / Т. А. Хорошева, Г. М. Популо ; ТГУ ; Ин-т физ. культуры и спорта ; каф. "Физическое воспитание". - ТГУ. - Тольятти : ТГУ, 2018. - 220 с. - Библиогр.: с. 218-220. - ISBN 978-5- 8259-1234-9 : 1-00.	Электронное учебное пособие	2018	Репозиторий ТГУ

12.2. Дополнительная литература и учебные материалы (аудио-, видеопособия и др.)

- фонд научной библиотеки ТГУ:

№ п/п	Авторы, составители	Заглавие (заголовок)	Тип (учебник, учебное пособие, учебно- методическ ое пособие, практикум, др.)	Год издания	Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС
1	Т. Н. Мостовая	Физическая культура. Подвижные игры в системе физического воспитания в ВУЗе [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие для высшего образования / Т. Н. Мостовая. - Орел : Международная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2016. - 72 с.	Учебно-методическое пособие	2016	ЭБС IPRbooks
2	А. В. Токарева, Л. Б. Ефимова-Комарова, Л. В. Ярчиковская	Физическая культура для студентов специальной медицинской группы : учебное пособие / А. В. Токарева, Л. Б. Ефимова-Комарова, Л. В. Ярчиковская [и др.]. - Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2016. - 140 с. - ISBN 978-5-9227-0637-7.	Учебное пособие	2016	ЭБС IPRbooks

СОГЛАСОВАНО

Директор научной библиотеки

А.М. Асаева

(подпись)

(И.О. Фамилия)

« ____ » _____ 20__ г.

12.3. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

1. Web of Science [Электронный ресурс]: мультидисциплинарная реферативная база данных. – Philadelphia: ClarivateAnalytics, 2016. – Режим доступа : apps.webofknowledge.com. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.

2. Scopus [Электронный ресурс] : реферативная база данных. – Netherlands: Elsevier, 2004 . – Режим доступа : scopus.com. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.

3. Elibrary [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. – Москва : НЭБ, 2000. – Режим доступа : elibrary.ru. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.

12.4. Перечень программного обеспечения

№ п/п	Наименование ПО	Количество лицензий	Реквизиты договора (дата, номер, срок действия)
1.	Windows	1398	Бессрочная
2.	OfficeStandart	1398	Бессрочная

12.5. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

№ п/п	Наименование оборудованных учебных кабинетов, лабораторий, мастерских и др. объектов для проведения практических и лабораторных занятий	Перечень основного оборудования	Фактический адрес учебных кабинетов, лабораторий, мастерских и др.	Площадь, м ²	Количество посадочных мест
1.	Зал аэробики и шейпинга СПОРТ-24	Степ платформы; велотренажер Kettlier ; беговая дорожка; тренажер для прессы ; тренажер для спины; степер ; универсальный тренажер для различных групп мышц ; тренажер для мышц ног; массажная дорожка б/н, фитбольные мячи, бодибар	Российская Федерация, 445020, Самарская область, г. Тольятти, ул. Белорусская, 14-А	181,3	25
2.	Малый зал СПОРТ-25	Скамейки деревянные, баскетбольный щит, волейбольные стойки, мячи баскетбольные, волейбольные, скакалки	Российская Федерация, 445020, Самарская область, г. Тольятти, ул. Белорусская, 14-А	540	25

№ п/п	Наименование оборудованных учебных кабинетов, лабораторий, мастерских и др. объектов для проведения практических и лабораторных занятий	Перечень основного оборудования	Фактический адрес учебных кабинетов, лабораторий, мастерских и др.	Площадь, м²	Количество посадочных мест
3.	Помещение для самостоятельной работы студентов Г-401	Стол ученический, стул, ПК с выходом в сеть интернет	Российская Федерация, 445020, Самарская область, г. Тольятти, ул. Белорусская, д. 14	84,8	16