

МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«АРКТИЧЕСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРОТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО Арктический ГАТУ)
Октёмский филиал
Кафедра общеобразовательных дисциплин

Регистрационный номер 40

Дисциплина (модуль) Б1.О.40 Элективные курсы по физической культуре и спорту
шифр и название по учебному плану

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Закреплена за кафедрой общеобразовательных дисциплин

Учебный план 35.03.04 Агрономия

Квалификация бакалавр

Форма обучения очная, заочная

Общая трудоемкость / ЗЕТ 328 /9

Часов по учебному плану 328

Виды контроля на курсах зачет

в том числе:

аудиторные занятия 328

самостоятельная работа

часов на контроль

Курс	1,2,3,4,5,6		Итого	
	УП	РПД		
Вид занятий				
Лекции				
Практические	328	328	328	328
Итого ауд.	328	328	328	328
Контактная работа	328	328	328	328
Самос. работа				
Часы на контроль				
Итого	328	328	328	328

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с требованиями с федерального государственного образовательного стандарта высшего образования, утвержденный Приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от « 26 » июля 2017 г. № 699.


Составлена на основании учебного плана: 35.03.04 Агрономия, утвержденного ученым советом вуза от «10» апреля 2023г. протокол № 6.

Разработчик (и) РПД: старший преподаватель Пантилов А.П.
степень, звание, фамилия, имя, отчество

Рабочая программа дисциплины одобрена на заседании кафедры общеобразовательных дисциплин

Зав. кафедрой _____ /  / Олесова М.М. /
подпись фамилия, имя, отчество

Протокол №8 от «23» марта 2023 г.

Зав. профилирующей кафедрой _____ /  / Осипова В.В. /
подпись фамилия, имя, отчество

Протокол заседания кафедры № 12 от «27» марта 2023 г.

Председатель УМС филиала _____ /  / Острельдина О.И. /
подпись фамилия, имя, отчество

Протокол заседания УМС филиала № 8 от «28» марта 2023 г.

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель МК филиала _____ / Острельдина О.И. /
подпись фамилия, имя, отчество

«28» марта 2023 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2023/2024 уч.г. на заседании кафедры общеобразовательных дисциплин протокол от «23» марта 2023г. № 8.

Зав. кафедрой _____ / Олесова М.М. /
подпись фамилия, имя, отчество

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель МК филиала _____ / _____
подпись фамилия, имя, отчество

« _____ » _____ 20 _____ г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в _____ / _____ уч.г. на заседании кафедры _____ протокол от « _____ » _____ 20 _____ г. № _____.

Зав. кафедрой _____ / _____
подпись фамилия, имя, отчество

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель МК филиала _____ / _____
подпись фамилия, имя, отчество

« _____ » _____ 20 _____ г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в _____ / _____ уч.г. на заседании кафедры _____ протокол от « _____ » _____ 20 _____ г. № _____.

Зав. кафедрой _____ / _____
подпись фамилия, имя, отчество

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель МК филиала _____ / _____
подпись фамилия, имя, отчество

« _____ » _____ 20 _____ г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в _____ / _____ уч.г. на заседании кафедры _____ протокол от « _____ » _____ 20 _____ г. № _____.

Зав. кафедрой _____ / _____
подпись фамилия, имя, отчество

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Учебная дисциплина (модуль) **Б1.О.43 Элективные курсы по физической культуре и спорту**
(код и наименование дисциплины)

предназначена для того, чтобы помочь будущим бакалаврам по направлению 35.03.04 «Агрономия» для формирования физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Категория универсальных компетенций (УК)	Код и наименование универсальной компетенции (УК)	Код и наименование индикатора достижения (ИД) универсальной компетенции (УК)
1	2	3
Самоорганизация и саморазвитие (в т.ч. здоровье-сбережение)	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ИД-1 _{УК-7} Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни ИД-2 _{УК-7} Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

Код и наименование компетенции УК- 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
Код и наименование индикатора достижения компетенции ИД-1 _{УК-7} Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни.
Знать: нормы здорового образа жизни.
Уметь: поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни.
Владеть: нормами здорового образа жизни.

Код и наименование индикатора достижения компетенции ИД-2УК-7 Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровые сберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.
Знать: здоровые сберегающие технологии с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.
Уметь: использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровые сберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.
Владеть: здоровые сберегающими технологиями с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

Знать:	Влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности.
Уметь:	Выполнять индивидуально подобные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнения атлетической гимнастики; выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации; преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения; выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки; осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой. использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни: повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья; подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооруженных Силах Российской Федерации; организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях; в процессе активной творческой деятельности по формированию здорового образа жизни.
Владеть:	Средствами самостоятельного, методически правильного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья, - готовностью к достижению должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ООП	<i>Требования к структуре программы бакалавриата по направлению подготовки 35.03.04 Агрономия. Блок 1 «Дисциплины (модули)». Б1.О.43 Элективные курсы по физической культуре и спорту</i>
3.1.	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
	Для успешного освоения дисциплины студент должен иметь базовую подготовку по физической культуре в объеме программы средней школы

3.2.	Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
3.2.1.	———— <i>Физическая культура и спорт</i> ————— <i>название дисциплины</i>

4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦАХ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ, ВЫДЕЛЕННЫХ НА КОНТАКТНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ПРЕПОДАВАТЕЛЕМ (ПО ВИДАМ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ) И НА САМОСТОЯТЕЛЬНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Распределение часов дисциплины по семестрам

Очное обучение

Семестр (курс, семестр на курсе)	Семестр (1 курс, 1 семестр на курсе)		Семестр (1 курс, 2 семестр на курсе)		Семестр (2 курс, 3 семестр на курсе)		Семестр (2 курс, 4 семестр на курсе)		Семестр (3 курс, 5 семестр на курсе)		Семестр (3 курс, 6 семестр на курсе)		Итого	
	УПД	РПД	УПД	РПД	УПД	РПД	УПД	РПД	УПД	РПД	УПД	РПД		
Неделя														
Вид занятий	УПД	РПД	УПД	РПД	УПД	РПД	УПД	РПД	УПД	РПД	УПД	РПД	УПД	РПД
Лекции	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Практические	48	48	94	94	30	30	54	54	54	54	48	48	328	328
Итого ауд.	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Контактная работа	48	48	94	94	30	30	54	54	54	54	48	48	328	328
Сам. работа	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Часы на контроль	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Итого	48	48	94	94	30	30	54	54	54	54	48	48	328	328
Общая трудоемкость	9													

5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ), СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ) С УКАЗАНИЕМ ОТВЕДЕННОГО НА НИХ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ И ВИДОВ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

Очное обучение

Код занятия	Наименование разделов и тем/вид занятия/	Семестр / курс	Часов практической подготовки	Компетенции	Литература	Примечание
	<i>Раздел 1. Легкая атлетика</i>		68		Л.1.1.	
1.1.	<i>Тема 1.1. Бег на короткие дистанции</i>	1/1	Практическая подготовка 16ч.		Л.1.1.	
1.2.	<i>Тема 1.2. Прыжок в длину с разбега</i>	1/1	Практическая подготовка 16ч.	УК-7.1. УК-7.2	Л.2.1.	
1.3.	<i>Тема 1.3. Бег на средние и</i>	1/1	Практическая	УК-7.1.	Л.1.1.	

	<i>длинные дистанции</i>		подготовка16ч.	УК-7.2		
1.4.	<i>Тема 1.4. Метане в цель и дальность</i>	2/1	Практическая подготовка20ч.	УК-7.1. УК-7.2	Л.2.1	
	Раздел 2. Гимнастика		83		Л.2.1.	
2.1.	<i>Тема 2.1. Строевые упражнения</i>	2/1	Практическая подготовка20ч.	УК-7.1. УК-7.2	Л.1.1.	
2.2.	<i>Тема 2.2. Общеразвивающие упражнения/практика/</i>	2/1	Практическая подготовка20ч.	УК-7.1. УК-7.2	Л.2.1.	
2.3.	<i>Тема 2.3. Упражнения для профилактики профессиональных заболеваний</i>	2/1	Практическая подготовка20ч.	УК-7.1. УК-7.2	Л.1.1.	
2.4.	<i>Тема 2.4. Упражнения атлетической гимнастики</i>	3/2	Практическая подготовка23ч.	УК-7.1. УК-7.2	Л.2.1	
	Раздел 3. Спортивные игры Волейбол		80		Л.2.1.	
3.1.	<i>Тема 3.1. Стойки и перемещения волейболиста Прием и передача мяча сверху двумя руками</i>	3/2	Практическая подготовка23ч.	УК-7.1. УК-7.2	Л.1.1.	
3.2.	<i>Тема 3.2. Прием и передача мяча снизу двумя руками</i>	4/2	Практическая подготовка21ч.	УК-7.1. УК-7.2	Л.2.1.	
3.3.	<i>Тема 3.3. Поддачи мяча</i>	4/2	Практическая подготовка21ч.	УК-7.1. УК-7.2	Л.2.1	
3.4.	<i>Тема 3.4. Нападающий удар. Тактика игры в нападени</i>	4/2	Практическая подготовка21ч.	УК-7.1. УК-7.2	Л.2.1.	
3.5.	<i>Тема 3.5. Одиночное и групповое блокирование. Тактика игры в защите</i>	5/3	Практическая подготовка14ч.	УК-7.1. УК-7.2	Л.1.1.	
	Раздел 4. Спортивные игры Баскетбол		77		Л.2.1.	
4.1.	<i>Тема 4.1. Передвижения и остановки. Ловля и передача мяч</i>	5/3	Практическая подготовка14ч.	УК-7.1. УК-7.2	Л.1.1.	
4.2.	<i>Тема 4.2. Ведение мяча</i>	5/3	Практическая подготовка14ч.	УК-7.1. УК-7.2	Л.2.1	
4.3.	<i>Тема 4.3. Броски мяча в корзину</i>	6/3	Практическая подготовка20ч.	УК-7.1. УК-7.2	Л.2.1.	
4.4.	<i>Тема 4.4. Техника защиты</i>	6/3	Практическая подготовка10ч.	УК-7.1. УК-7.2	Л.1.1.	
4.5.	<i>Тема 4.5. Техника нападения</i>	6/3	Практическая подготовка19ч.	УК-7.1. УК-7.2	Л.2.1.	
	Итого:		328			

6. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

Фонд оценочных средств для текущего контроля и промежуточной аттестации прилагается к рабочей программе дисциплины в приложении №1.

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1. Перечень учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

7.1.1. Основная литература				
№	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Кол-во
Л.1.1.	Е. В. Конеева	Физическая культура: учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.]; под редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. —	Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 599 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12033-2. — URL: https://urait.ru/bcode/494126	ЭБС Юрайт
7.1.2. Дополнительная литература				
Л.2.1	Муллер, А. Б.	Физическая культура: учебник и практикум для вузов	Москва: Издательство Юрайт, 2022. 424 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02483-8. — URL: https://urait.ru/bcode/488898	2

7.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимых для освоения дисциплины (модуля)

Э 1.	Сайт библиотеки - http://nlib.agatu.ru/
Э 2.	Электронная - библиотечная система издательства «Лань» - http://e.lanbook.com/
Э 3.	Национальный цифровой ресурс Руконт - http://rucont.ru
Э 4.	Электронный ресурс издательства «ЮРАЙТ» - https://biblio-online.ru/
Э 5.	Электронный каталог Научной библиотеки АГАТУ на АИБС «Ирбис64»
Э 6.	Электронно-библиотечная система Znanium.com http://znanium.com/
Э 7.	Научная электронная библиотека - http://Elibrary.ru
Э 8.	ЭОС Moodle - sdo.agatu.ru

7.3. Комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства

7.3.1.	Windows 10
7.3.2.	Microsoft Office
7.3.3.	Adobe Reader

7.4. Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

Перечень информационных справочных систем	
7.4. 1.	справочно-правовая система Консультант Плюс - http://consultant.ru

7.4. 2.	Информационно-правовая система Гарант - http://www.garant.ru/
7.4. 3.	Википедия - ru.wikipedia

8. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ (перечень учебных помещений, оснащенных оборудованием и техническими средствами обучения)

Спортивный зал – 285,5 кв.м.

Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий – 3225,0 кв.м

Место для стрельбы – 73,8 кв.м

Спортивный зал:

Наглядные пособия по физической культуре 8 шт. Конь гимнастический с ручками, Шведские стенки (вертикальные). Лапы для бокса; Лыжи беговые (Sable SPORT 190)-6 шт; Лыжи беговые в комплекте (крепление, палки) Sable SPORT 190);

Лыжные ботинки Votas 31; Мат борцовский-32 шт; Мешок бокс 40 кг; Мешок бокс 50 кг ЛЕКО; Мешок бокс 60 кг; Мешок бокс жесткий 55-56 кг. кожа (40x90 см) Рэй – Спорт; Подставка под штангу " Н-6020 L/3" до 100 кг; Силовой тренажер; Скамья спортивная; Скамья универсальная; Стол теннисный-2шт; Универсал плюс (базовая модель) 4 Тренажер-1; Шлем бокс-2; Штанга-1 шт; Штанга 120 кг-1 шт; Штанга черная "олимпийская " 200 кг; Шкаф железный 3-х местный-5 шт; Гантель наборная хромированная 20 кг. (2шт) AW 09 Atemi-2 шт; Грифер с дисками по 10кг (штанга маленькая)-4 шт;

Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий:

Футбольная площадка с ковровым покрытием, беговая дорожка, место для волейбола с волейбольной сеткой-1 шт., перекладина-2 шт., полоса препятствий (Лабиринт, Мост, Нарты -переносные-4 шт., Частокол, Ров);

Место для тира:

Мишень – 3 шт., винтовка пневматическая спортивная МР-512-24 (дер. комбин. ложа.

(магнум))-1 шт; винтовка пневматическая спортивная МР-532-1 шт., учебный автомат Калашникова ММГ АК-74 – 2 шт., противогаз-5 шт.

Ауд. № 24 (311) Помещение для самостоятельной работы. Мультимедийный зал библиотеки с выходом в Интернет для самостоятельной работы студентов и допуском в ЭОС АГАТУ

Компьютеры с программным обеспечением и мультимедийные средства обучения:

1. Монитор ViewSonic,
2. Клавиатура Oklick модель: 110м,
3. Мышь Genius,
4. Монитор LG Flatron L1918
5. Сист. блок Velton
6. Клавиатура 3Cott
7. Мышь Genius
8. Монитор Samsung
9. Клавиатура Oklick модель: 110м,
10. Мышь 4 Tech
11. Принтер HP Disket 3845,
12. Принтер XEROX Phaser 3117,
13. IBS «Ирбис»-64 ,

Учебная мебель:

Стол одноместный ученический, стол, стулья, стол с 2-мя ящиками, стеллаж для книг.

Программное обеспечение:

Windows7 Professional;
Adobe Reader;
Microsoft Office.

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

«Методические указания/рекомендации по выполнению лабораторных (практических, лабораторно-практических) занятий по дисциплине Элективные курсы по физической культуре и спорту_» определяют общие требования, правила и организацию проведения лабораторных (практических, лабораторно-практических) работ с целью оказания помощи обучающимся в правильном их выполнении в объеме определенного курса или его раздела в соответствии с действующими стандартами.

«Методические указания/рекомендации по выполнению самостоятельной работы по дисциплине Элективные курсы по физической культуре и спорту» предназначены для выполнения контрольной работы в рамках реализуемых основных образовательных программ, соответствующих требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования.

«Методические указания/рекомендации по выполнению контрольной работы по дисциплине_ Элективные курсы по физической культуре и спорту» предназначены для выполнения контрольной работы в рамках реализуемых основных образовательных программ, соответствующих требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования.

10. ПРИЛОЖЕНИЕ

- 10.1.** Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).
- 10.2.** Методические рекомендации (указания) по выполнению лабораторных (практических) работ.
- 10.3.** Методические рекомендации (указания) по выполнению контрольных работ.
- 10.4.** Методические рекомендации по выполнению самостоятельной работы студентов.
- 10.5.** Методические указания по выполнению курсовой работы (проекта)
- 10.6.** Материалы по реализации учебной дисциплины для студентов-инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (*по необходимости*).
- 10.7.** Учебник, учебное пособие, курс лекций, конспект лекций (*по усмотрению преподавателя*).
- 10.8.** Учебная программа дисциплины (*по усмотрению преподавателя*).
- 10.9.** Другие методические материалы (*по усмотрению кафедры*).

МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«АРКТИЧЕСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРОТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО Арктический ГАТУ)
Октябрьский филиал
Кафедра общеобразовательных дисциплин

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся

Дисциплина(модуль) Б1.О.43 Элективные курсы по физической культуре

Направление подготовки бакалавров 35.03.04 Агрономия

Квалификация выпускника бакалавр _____

Форма обучения: _____ очная /заочная _____

Общая трудоемкость / ЗЕТ 328

1. ПЕРЕЧЕНЬ КОМПЕТЕНЦИЙ И ИНДИКАТОРОВ ДОСТИЖЕНИЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Категория компетенций	Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции
1	2	3
Самоорганизация и саморазвитие (в т.ч. здоровьесбережение)	УК 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;	ИД-1 _{УК-7} Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни
		ИД-2 _{УК-7} Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ) И ПРОЦЕДУРА ОЦЕНИВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

Код компетенции	Код индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Процедура оценивания компетенций (формы контроля)
2	3		
УК 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности и для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;	ИД-1 _{УК-7} Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни.	Знать: нормы здорового образа жизни. Уметь: поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдать нормы здорового образа жизни. Владеть: нормами здорового образа жизни.	Текущий контроль: <i>Тестирование, Контрольное задание</i> Промежуточная аттестация: <i>Зачет</i> <i>Экзамен</i>

	<p>ИД-2УК-7 Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности</p>	<p>Знать: здоровье сберегающие технологии с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности. Уметь: использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности. Владеть: здоровьесберегающими технологиями с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.</p>	
--	---	--	--

3. ШКАЛА ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ И КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ

Уровни освоения	Критерии оценивания	Шкала оценивания результатов (баллы, оценки)
Не освоены	<p>Студент имеет разрозненные и несистематизированные знания учебного материала, не умеет выделять главное и второстепенное, допускает ошибки в определении основных понятий, искажает их смысл, не может самостоятельно излагать материал. Студент демонстрирует выполнение практических навыков и умений с грубыми ошибками.</p>	<p>0 – 60 балл. 2 (неудовлетворительно) Не зачтено</p>
Пороговый	<p>Студент освоил основные положения темы учебного занятия, однако при изложении учебного материала допускает неточности, излагает его неполно и непоследовательно, для изложения нуждается в наводящих вопросах со стороны преподавателя, испытывает сложности с обоснованием высказанных суждений. Студент владеет лишь некоторыми практическими навыками умениями.</p>	<p>61 – 75 балл. 3 (удовлетворительно) Зачтено</p>
Базовый	<p>Студент освоил учебный материал в полном объеме, хорошо ориентируется в учебном материале, излагает материал в логической последовательности, однако при ответе допускает неточности. Студент освоил полностью практические навыки и умения, предусмотренные рабочей программой дисциплины, однако допускает некоторые неточности.</p>	<p>76 – 85 балл. 4 (хорошо) Зачтено</p>
Высокий	<p>Студент показывает глубокие и полные знания учебного материала, при изложении не допускает неточностей и искажения фактов, излагает материал в логической</p>	<p>86 – 100 балл. 5 (отлично) Зачтено</p>

	<p>последовательности, хорошо ориентируется в излагаемом материале, может дать обоснование высказываемым суждениям.</p> <p>Студент освоил полностью практические навыки и умения, предусмотренные рабочей программой дисциплины.</p>	
--	--	--

4. ТИПОВЫЕ КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ И (ИЛИ) ИНЫЕ МАТЕРИАЛЫ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ И НАВЫКОВ В ПРОЦЕССЕ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Перечень оцениваемых компетенций - УК-7 (ИД-1 УК-7, ИД-2 УК-7)

4.1. Контрольные задания для оценки компетенции «УК-7»:

Текущий контроль знаний

Характеристика направленности тестов	Девушки			
	Оценка в баллах (по 10-балльной шкале)			
	10-9	8-7	6-5	4-1
1. Тест на скоростно-силовую подготовленность, бег 100м (сек)	116.0	116.5	117.3	118.6
2. Тест на силовую подготовленность: поднятие и опускание туловища из положения лежа, ноги закреплены, руки за головой (кол-во раз)	530	425	320	215
3. Тест на общую выносливость: бег 2000 м. (мин, сек.)	110.30	110.55	111.20	111.40

Характеристика направленности тестов	Юноши			
	Оценка в баллах (по 10-балльной шкале)			
	10-9	8-7	6-5	4-1
1. Тест на скоростно-силовую подготовленность, бег 100м (сек)	113.4	114.0	114.6	114.9
2. Тест на силовую подготовленность: подтягивание на перекладине (кол-во раз)	113	111	99	77
3. Тест на общую выносливость: бег 3000 м. (мин, сек.)	112.20	113.10	114.00	114.30

ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ

для оценивания сформированности компетенций –УК-7

1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.
2. Физическая культура в обеспечении здоровья.
3. Двигательная функция и повышение устойчивости организма человека.
4. Влияние физических упражнений на психофизические процессы и системы организма.

5. Основы здорового образа жизни.
6. Динамика работоспособности студентов в учебном году и факторы ее определяющие.
7. Физическая культура в оптимизации работоспособности.
8. Физическая культура в профилактике нервно-эмоционального и психологического утомления студентов.
9. Методика тренировки силы, выносливости, гибкости (по выбору студента). Профессионально-прикладная физическая подготовка студента.
10. Диагноз и краткая характеристика заболевания студента. Влияние заболевания на личную работоспособность и самочувствие.
11. Медицинские противопоказания при занятиях физическими упражнениями и применение других средств физической культуры при данном заболевании (диагнозе).
12. Кинезиотерапия и рекомендуемые средства физической культуры при данном заболевании (диагнозе).

4.2. ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ

Перечень зачетных вопросов (заданий)

Для оценки компетенции УК-7:

1. Бег на короткие дистанции
2. Прыжок в длину с разбега
3. Бег на средние и длинные дистанции
4. Метание в цель и дальность
5. Национальные прыжки «Кылыы»
6. Строевые упражнения
7. Общеразвивающие упражнения
8. Упражнения для профилактики профессиональных заболеваний
9. Упражнения атлетической гимнастики
10. Стойки и перемещения волейболиста
11. Прием и передача мяча сверху двумя руками
12. Прием и передача мяча снизу двумя руками
13. Подачи мяча
14. Нападающий удар. Тактика игры в нападении
15. Одиночное и групповое блокирование. Тактика игры в защите
16. Передвижения и остановки. Ловля и передача мяча
17. Ведение мяча
18. Броски мяча в корзину
19. Техника защиты
20. Техника нападения
21. Совершенствование техники игры
22. Функции игроков
23. Командная тактика. ОРУ
24. Удаchi по мячу, вбрасывание мяча из-за боковой линии
25. Техника вратаря