

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
НОВОСИБИРСКИЙ ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)
ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
**«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМ. А.Н. КОСЫГИНА
(ТЕХНОЛОГИИ. ДИЗАЙН. ИСКУССТВО)»**
(НТИ (филиал) РГУ им. А.Н. Косыгина)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

по учебно-методической работе

Печурина Г.Г.

08 2021г



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ:
Общая физическая культура**

Направление подготовки:	37.03.01 «Психология»		
Профиль подготовки:	«Социальная психология»		
Квалификация (степень) выпускника:	Бакалавр		
Форма обучения:	Очная		
Факультет:	Технологии и дизайна		
Кафедра:	Безопасности жизнедеятельности и физвоспитания		
Курсы: 1,2,3,4 Семестры: 1, 2,3,4,5,6,7			
Практические занятия:	246 час	зачет	1,2,3,4,5,6,7
Самостоятельная работа студентов:	82 час		Семестр
Всего:	328 час		
В т.ч. контактная работа:	246 час		

Новосибирск – 2021г

Рабочая программа составлена на основании следующих нормативных документов:

1. Федерального государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования по направлению подготовки: 37.03.01 «Психология» (квалификация (степень) «бакалавр»), реализуемой в соответствии с ФГОС ВО, утвержденным приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации 29.07.2020 № 839.

2. Базового учебного плана. Направление: 37.03.01 «Психология».

3. Образовательной программы. Направление: 37.03.01 «Психология».

4. Рабочего учебного плана. Направление: 37.03.01 «Психология» (квалификация (степень) «бакалавр»). Профиль подготовки «Социальная психология». Набор 2021. – Новосибирск: Новосибирский технологический институт (филиал) ФГБОУ ВО «Российский государственный университет имени А.Н. Косыгина (Технологии. Дизайн. Искусство)». Утвержден Ученым советом НТИ (филиала) РГУ им. А.Н. Косыгина.

Разработчик:

Ст. преподаватель



Никулин Ю.И.

Рецензент:

Зав. каф., доц., канд. техн. наук



Тихонова О.В.

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры Безопасности жизнедеятельности и физического воспитания (протокол №1 от 28.08.2021)

Зав. каф., доц., канд. техн. наук



Тихонова О.В.

Декан ФТиД
доц., канд. техн. наук



Арчинова Е.В.

СОДЕРЖАНИЕ

1	Паспорт процесса (Паспорт рабочей программы учебной дисциплины)	6
2	Место дисциплины в структуре ОПОП бакалавриата	8
3	Ожидаемые результаты образования и компетенции обучающегося по завершению освоения программы учебной дисциплины	10
4	Структура и содержание учебной дисциплины	11
5	Образовательные технологии	17
6	Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины	18
7	Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	22
8	Условия реализации программы дисциплины	24
9	Учебно-методическая карта дисциплины	27
10	Протокол согласования рабочей программы с другими дисциплинами направления	38
11	Приложение А Балльно-рейтинговая система	39

Рецензия
на рабочую программу дисциплины
основной профессиональной образовательной программы
НТИ (филиала) РГУ им. А.Н. Косыгина

по направлению

37.03.01 «Психология»

направленность/профиль:

«Социальная психология»

В соответствии с ФГОС ВО по направлению 37.03.01 «Психология» направленность/профиль «Социальная психология», дисциплина **Элективные курсы по физической культуре и спорту: Общая физическая культура** изучается в рамках блока 1, «Дисциплины (модули)».

Разработчиком рабочей программы дисциплины (РПД) «Элективные курсы по физической культуре и спорту: Общая физическая культура» является ст. преподаватель кафедры БЖ и ФВ НТИ (филиала) РГУ им. А.Н.Косыгина Никулин Ю.И.

№ П/П	КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ РПД	ОТМЕТКА О СООТВЕТСТВИИ
1	Цели изучения дисциплины	Да
2	Цели соотнесены с общими целями основной образовательной программы (ОПОП), в том числе - имеют междисциплинарный характер, - связаны с задачами воспитания.	Да Да
3	Прописана связь дисциплины с другими дисциплинами рабочего учебного плана по ОПОП	Да
4	Прописан вклад дисциплины при формировании компетенций (УК, ОПК): - по ФГОС ВО по направлению(ям) - по ОПОП	Да Да
5	При формировании требований к результатам обучения по дисциплине (знать, уметь, владеть) учтены результаты обучения, приведенные во ФГОС ВО по направлению(ям)	Да
6	Содержание дисциплины структурировано по видам учебных занятий с указанием их объемов.	Да
7	Расчет времени в программе соответствует объему часов, отведенному на изучение дисциплины по учебному плану.	Да
8	Представлен тематический план лекций и практических (лабораторных, семинарских) занятий	Да
9	Отражены современные достижения науки применительно к конкретной дисциплине	Да

10	Указано учебно-методическое обеспечение дисциплины, в том числе: - перечень основной и дополнительной литературы, электронных ресурсов - методические рекомендации (материалы) преподавателю; - методические рекомендации студентам.	Да Да Да
11	Указаны формы текущего, промежуточного и итогового контроля.	Да
12	В приложении к программе приведены фонды оценочных материалов (ФОМ): вопросы для самоконтроля и проверки качества знаний студентов; комплект тестов по дисциплине; методические рекомендации по проведению практических занятий; комплект экзаменационных билетов.	Да
13	ФОМ содержат материалы, разработанные на основе реальных практических ситуаций, в том числе, связанных со спецификой малого и среднего бизнеса	Нет
14	Выявленные недостатки/замечания/рекомендации рецензента: <i>(необходимость сокращения, дополнения или переработки отдельных частей текста рукописи)</i>	Нет
15	К процессу разработки и актуализации РПД и учебно-методических материалов дисциплины привлекаются работодатели, ориентированные на выпускников программы: участие в разработке содержания программы, предоставление исходных материалов для анализа, расчетных программ, фильмов и прочее	Да

РПД «Элективные курсы по физической культуре и спорту: Общая физическая культура» может быть использована для методического обеспечения учебного процесса в рамках основной профессиональной образовательной программы НТИ (филиала) РГУ им. А.Н. Косыгина по направлению 37.03.01 «Психология» «Социальная психология» **в представленном виде;**

Рецензент: доцент, канд, техн, наук



Тихонова О.В.

1. ПАСПОРТ ПРОЦЕССА

Обозначение документа	Пункт ГОСТ Р ИСО 9001-2001	Наименование процесса
Б1.В.ДВ.06.01	7.3 и 7.5	«Элективные курсы по физической культуре и спорту: Общая физическая культура»

Определение процесса:
 Процесс преподавания дисциплины элективные курсы по физической культуре и спорту: Общая физическая культура для студентов очной формы обучения направления подготовки: 37.03.01 «Психология» ориентированный на выполнение ФГОС ВО.

Цель процесса:
 Выполнение требований ФГОС ВО. Целью системы физического воспитания – воспитание физически совершенных и гармонически развитых студентов, всесторонне подготовленных к творческому труду и высокой жизненной позиции.

Владелец процесса:
 Кафедра Безопасности жизнедеятельности и физического воспитания

Ответственный руководитель процесса:
 Ст. Преподаватель Никулин Ю.И.

Входы процесса:
 Студенты и знания, полученные студентами при изучении дисциплины элективные курсы по физической культуре и спорту: Адаптивная физическая культура на предыдущей ступени образования (средняя школа, учебные заведения начального и среднего образования). ФГОС ВО

Выходы процесса:
 В результате изучения дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту: Общая физическая культура» студент должен:
знать: особенности использования средств физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Общефизическую и специальную подготовку в системе ФК. Научно-практические основы ФК; ЗОЖ.
уметь: применять специальные знания навыки и умения, необходимые для широкого использования средств ФК в процессе деятельности и повседневной жизни, а также жизненно важных, прикладных и спортивных умений.
владеть: способностью владеть системой практических умений и навыков, необходимых для широкого использования; способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения сохранения и укрепления здоровья и самоопределения ФК. ФГОС ВО

<p>Требования к входам процесса: Соответствие требованиям ФГОС ВО, перечень компетенции, необходимых для изучения данной дисциплины. Умение осуществлять анализ теоретического и практического содержания в пределах учебной дисциплины. Способность владеть системой практических умений и навыков обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья.</p>	<p>Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующей компетенции: УК-7 Способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p>
<p>Поставщики процесса: 1. Школа. 2. Лицей. 3. Колледж.</p>	<p>Потребители процесса: Студенты 1-2-3-4 курса очной формы обучения</p>
<p>Управляющие воздействия: ФГОС ВО, рабочий учебный план, рабочая программа по дисциплине, порядок проведения итоговой аттестации по дисциплине (зачет).</p>	<p>Основные ресурсы: Основные ресурсы: (328 час); аудиторная нагрузка: лз-246 час, СРС-82 час; конт.часы-246 час.</p>
<p>Контролируемые параметры процесса: - зачет 1- 2- 3 – 4 – 5 – 6 - 7 семестр; - выполнение практического раздела учебной программы (П.З.); - реферативные работы; - тестирование.</p>	<p>Методы измерения параметров процесса: Критерии оценок, рейтинговая шкала 100 баллов, зачет или не зачет</p>
<p>Показатели результативности: Выполнение запланированных мероприятий в срок; рейтинг, обеспечивающий контрольные баллы, а также получение зачета.</p>	<p>Периодичность оценки: Непрерывно, согласно графику проведения занятий и по завершению изучения дисциплины.</p>

2 МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП БАКАЛАВР

Дисциплина Б1.В.ДВ.07.01 «Элективные курсы по физической культуре и спорту: Общая физическая культура» входит в Блок 1, базовая часть

Таблица 2.1 - Принципы построения дисциплины

Принцип (особенность)	Содержание
Ядро дисциплины	Базовая часть дисциплины: 1 Модуль Легкая атлетика 2 Модуль Плавание 3 Модуль Волейбол 4 Модуль Баскетбол 5 Модуль Лыжные гонки 6 Модуль Профессионально-прикладная физическая подготовка
Основные понятия дисциплины	<ul style="list-style-type: none"> - Общая физическая подготовка. - Техника бега (спиной вперед, приставными шагами, левым, правым боком). - Техника упражнений пловцов на суши, на воде. - Оценка деятельности сердечно-сосудистой системы - Общая выносливость - Обучение техники игровых приемов - Совершенствование техники игровых приемов - Совершенствование двигательных навыков
Обеспечение последующих дисциплин образовательной программы (связи с последующими дисциплинами)	Перечень дисциплин, изучение которых опирается на данную: «Культурология», «Правоведение», «Социология»
Практическая направленность (практическая часть дисциплины)	Практическая часть дисциплины содержит: <ul style="list-style-type: none"> - классификация физических упражнений; - понятие о технике физических упражнений; - характеристика и правила выполнения физических упражнений; - ритм как комплексная характеристика техники физических упражнений; - овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья; - воспитание физических качеств (двигательная активность) гибкость, быстрота, выносливость, сила с учетом состояния здоровья
Учет особенностей индивидуальных обучающихся, реализация права выбора способа учения	Возможность работать в своем темпе; подбор индивидуальных заданий разного уровня сложности
Дисциплина и современные информационные технологии	В подготовке студентов практикуется использование онлайн-овых интерактивных тренингов. Программа World wide wed (www)

3. ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБРАЗОВАНИЯ И КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ ПО ЗАВЕРШЕНИЮ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ: ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Ожидаемые результаты освоения обучающимися программы учебной дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту: Общая физическая культура» представлены в таблице 3.1.

Таблица 3.1 – Результаты освоения обучающимися программы учебной дисциплины (цели дисциплины)
После изучения дисциплины обучающийся будет:

Наименование категории (группы) общепрофессиональных компетенций	Коды компетентности	Результаты освоения ОПОП	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
1	2	3	4	5
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<p>. Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - виды физических упражнений; - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества; - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек, здорового образа и стиля жизни. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки; - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни. 	Посещение ПЗ Сдача контрольных нормативов. Зачет.

		<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; - двигательными навыками и умениями необходимыми для поддержания должного уровня физической подготовленности, обеспечивающей полноценную социальную и профессиональную деятельность. 	<p>Посещение ПЗ. Сдача контрольных нормативов. Зачет.</p>
--	--	--	---

4 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1 Объем дисциплины и виды учебной работы

Таблица 4.1 – Объем дисциплины и виды учебной работы
(Выписка из рабочего учебного плана очной форма обучения)

Форма контроля, семестр	Очная форма обучения											
	Трудоёмкость					Вид уч. занят.	Распределение по курсам и семестрам					
	В часах						1 курс	2курс		3 курс	4 курс	
Зачет	С преподавателем		СРС	Всего	ПЗ	1 сем.	2 сем.	3 сем.	4 сем.	5 сем.	6 сем.	7 сем.
	Аудиторные занятия	Контактная работа				1 сем.	2 сем.	3 сем.	4 сем.	5 сем.	6 сем.	7 сем.
1,2,3,4,5,6,7	246	246	82	328	ПЗ	36	36	36	36	34	34	34

4.2 Разделы дисциплины (табл.4.2)

Общая трудоемкость дисциплины составляет 328 часов.

Таблица 4.2 – Разделы дисциплины

№ п/п	Раздел дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Вид учебной работы, включая самостоятельную работу студентов				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра)	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				трудоёмкость					
				в часах			в з.е.		
				ПЗ	СР	В т.ч. конт. работа			
1	2	3	4	5	7	8	9	10	
1	Легкая атлетика	1	1-7	18	9	18		Посещение ПЗ Сдача контрольных нормативов	
2.	Баскетбол	1	8-14	18	9	18		Посещение ПЗ Сдача контрольных нормативов	
Итого по семестру				36	18	36		Итоговый контроль – зачет	
3.	Плавание	2	1-7	18	9	18		Посещение ПЗ Сдача контрольных нормативов	
4.	Проф-прикладная физическая подготовка	2	8-18	18	9	18		Посещение ПЗ	
Итого по семестру				36	18	36		Итоговый контроль – зачет	
5.	Проф-прикладная физическая подготовка	3	1-7	18	9	18		Посещение ПЗ	
6.	Волейбол	3	8-18	18	9	18		Посещение ПЗ. Сдача контрольных нормативов	
Итого по семестру				36	18	36			
7.	Волейбол	4	1-8	18	9	18		Посещение ПЗ. Текущий контроль	
8.	Плавание	4	9-18	18	9	18		Посещение ПЗ. Текущий контроль	

Итого по семестру				36	18	36		Итоговый контроль – зачет
9.	Плавание	5		14	1	14		Посещение ПЗ. Сдача контрольных нормативов
10	Волейбол	5		20	1	20		Посещение ПЗ. Сдача контрольных нормативов
Итого по семестру				34	2	34		Итоговый контроль – зачет
11	Волейбол			34	2	34		Посещение ПЗ. Сдача контрольных нормативов
Итого по семестру				34	2	34		
12	Легкая атлетика			20	3	20		Посещение ПЗ. Сдача контрольных нормативов
13	Волейбол			14	3	14		Посещение ПЗ. Сдача контрольных нормативов
Итого по семестру				34	6	34		
Итого:				246	82	246		

4.3 Содержание разделов учебной дисциплины по видам занятий

4.3.1 Практические занятия

При проведении практических занятий преподаватель может ставить различные задачи по изучению техники выполнения упражнений с целью развития основных физических качеств. Подбираются упражнения, регулируется их продолжительность и интенсивность. Отдельные физические упражнения выполняются в группах по 2-3 человека.

Таблица 4.3 – Характеристика практических учебных занятий и самостоятельной работы

№	Название раздела дисциплины	№ п/п темы	Учебная деятельность студента	Объем час.			Ссылка на цели
				5	6	7	
Первый семестр							
1	Легкая атлетика	1.1.	Общая физическая подготовка. Техника бега на короткие и длинные дистанции. Техника прыжков в длину, высоту, с разбега, с места.	9	18		УК -7
2	Баскетбол	2.1.	Техника бега (спиной вперед, приставными шагами, левым, правым боком). Техника зонной защиты, личной защиты. Инструкторская практика.	9	18		УК -7
	Самостоятельное изучение	СИ-1;2;3;4	Социальные функции ФК; Физическое развитие и подготовленность; мотивационно-ценностное отношение студентов к ФК	18			
	Контактная работа	ПЗ	Практические занятия		36		
	Итого по семестру			18	36		
Второй семестр							
3	Плавание	3.1.	Правила безопасности плавания на воде. Техника упражнений пловцов на суше, на воде. Техника скольжения на груди, спине, работа рук, ног. Техника плавания «кроль» на груди, спине.	6	12		УК -7
4	Профессионально-прикладная физическая	4.1.	Оценка деятельности сердечно-сосудистой системы проба «Руфье». Силовая выносливость. Составление	12	24		УК -7

	подготовка (микроцикл 1)		комплекса утренней гигиенической гимнастики			
	Самостоятельное изучение	СИ-5;6;7;8	Значение ФК, совершенствование личностных качеств; Формирование осознанных потребностей в самостоятельных занятиях; Новые формы ФК и спорта	18		
	Контактная работа	ПЗ	Практические занятия		36	
	Итого по семестру			18	36	

Третий семестр

1	2	3	4	5	6	
5	Профессионально-прикладная физическая подготовка (микроцикл 2)	7.1.	Общая выносливость тест К.Купера. Определение общей работоспособности Гарвардский степ-тест. Составление комплекса производственной гимнастики.	12	20	УК -7
6	Волейбол	8.1.	Обучение техники игровых приемов: подачи мяча, приему мяча, нападающий удар, блокировки.	6	16	УК -7
	Самостоятельное изучение	СИ-9;10;11;	Повышение роли ФК и ЗОЖ; Актуальные проблемы совершенствования новых технологий; Информационные технологии в ФК; Двигательная активность как условие сохранения здоровья;			
	Контактная работа					
	Итого по семестру			18	36	

Четвертый семестр

7	Волейбол	11.1	Совершенствование техники игровых приемов: подачи мяча, приему мяча, нападающий удар, блокировки	12	24	УК -7
8	Плавание	10.1	Обучение техники плавания способом «кроль» на груди Обучение техники плавания способом «кроль» на спине	6	12	УК -7
	Самостоятельное изучение	СИ-12;13;14	Современные виды оздоровительной гимнастики; Физическое воспитание как основа валеологического образования	18		
	Контактная работа	ПЗ	Практические занятия		36	
	Итого по семестру			18	36	

Пятый семестр

9	Плавание	12.1.	Совершенствование техники плавания способом «кроль» на груди. Совершенствование техники плавания способом «кроль» на спине.		18	УК -7
10	Волейбол	13.1.	Совершенствование техники игровых приемов: подачи мяча, приему мяча, нападающий удар, блокировки.	2	18	УК -7
	Самостоятельное изучение	СИ-15	ФК как социально-педагогическая система обучения;	2		
	Контактная работа	ПЗ	Практические занятия		34	
	Итого по семестру			2	34	

Шестой семестр

11	Волейбол	14.1	Соревнования, инструкторская практика (судейство, ведение протокола)	2	24	УК -7
12	Плавание	15.1	Совершенствование техники плавания способом «кроль» на груди. Совершенствование техники плавания способом «кроль» на спине.		10	УК -7
	Самостоятельное изучение	СИ-16	Здоровье сберегающие технологии; Оценка деятельности сердечно-сосудистой системы			
	Контактная работа	ПЗ	Практические занятия		34	
	Итого по семестру			2	34	

Седьмой семестр

13	Профессионально-прикладная физическая подготовка	18.1	Совершенствование двигательных навыков при выполнениях упражнений с массой собственного веса	6	34	УК -7
	Самостоятельное изучение	СИ-17; 18	Новейшие методики укрепления здоровья; Формирование физической культуры	6		
	Контактная работа	ПЗ	Практические занятия		34	
	Итого по семестру			6	34	
	Итого по дисциплине			82	246	

5 ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

При освоении дисциплины используются следующие сочетания видов учебной работы с методами и формами активизации познавательной деятельности бакалавров для достижения запланированных результатов обучения и формирования компетенций.

Методы и формы активизации деятельности	Виды учебной деятельности	
	ПЗ	СРС
Тренировка	x	x
IT-методы		x
Командная работа	x	x
Опережающая СРС	x	x
Индивидуальное обучение	x	x
Проблемное обучение		x
Обучение на основе опыта	x	x

Для достижения поставленных целей преподавания дисциплины реализуются следующие средства, способы:

- Обучение двигательным умениям и навыкам осуществляется на практических занятиях с применением метода упражнения, игрового метода, технологий личностно-ориентированного подхода.
- Совершенствование техники выполнения упражнений и развития основных физических качеств, происходит с использованием спортивного инвентаря, практические занятия проводятся в спортзале.
- Самостоятельное изучение методов и средств физического воспитания, укрепления здоровья, повышение уровня физической подготовленности с использованием Internet – ресурсов, информационных баз, методических разработок, специальной учебной и научной литературы;

6 УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ: ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

В соответствии с ФГОС ВО выпускник по направлению подготовки: 37.03.01 «Психология» (степенью) «бакалавр» после изучения данной дисциплины должен обладать следующими компетенциями (представлены в таблице 6.1). Содержание самостоятельной работы обучающихся представлено в таблице 6.2.

Таблица 6.1 – Компетентностные характеристики обучающегося по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре, общая физическая культура»

Индекс *	Наименование компетенции *	Содержание компетенции*	Технологии формирования	Форма оценочного средства ***
УК-7	Универсальные	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Практические занятия. Самост. работа	Посещение ПЗ. Сдача контр. нормативов Зачет

Таблица 6.2 Содержание самостоятельной работы обучающихся

№ п/п	Виды самостоятельной работы	Тема дисциплины курса (таблица 4.3)	Форма контроля
1.	Социальные функции физической культуры и спорта в системе общечеловеческих ценностей	1.1 -2.1;	Защита реферата Сдача контр. нормативов
2.	Физическое развитие, физическая подготовленность студента в современной России	1.1 -2.1;	Защита реферата Сдача контр. нормативов
3.	Мотивационно - ценностное отношение студентов к занятиям по физической культуре и спорту	1.1 -2.1;	Защита реферата Сдача контр. нормативов
4.	Формирование мотивационно - ценностного отношения к ЗОЖ	1.1 -2.1;	Защита реферат Сдача контр. нормативов
5.	Значение физической культуры, совершенствование личных качеств, обеспечивающих формирование умений и навыков будущих специалистов	3.1-4.1;	Защита реферата Сдача контр. нормативов
6.	Формирование осознанных потребностей в самостоятельных занятиях физической культуры и спорта	3.1-4.1;	Защита реферата Сдача контр. нормативов
7.	Повышение роли физической культуры и ЗОЖ в жизни современного студента	3.1-4.1;	Защита реферата Сдача контр. нормативов
8.	Актуальные проблемы совершенствования новых технологий физкультурно-оздоровительной работы в ВУЗе	3.1-4.1;	Защита реферата Сдача контр. нормативов
9.	Современные виды оздоровительной	7.1-8.1;	Защита реферата

	гимнастики, как уникальное средство сохранения и укрепления здоровья		Сдача контр. нормативов
10.	Физическое воспитание как основа валеологического образования	7.1-8.1	Защита реферата Сдача контр. нормативов
11.	Физическая культура как социально - педагогическая система обучения в ВУЗе	7.1-8.1	Защита реферата Сдача контр. нормативов
12.	Новые формы физической культуры и спорта	10.1-11.1;	Защита реферата Сдача контр. нормативов
13.	Здоровье сберегающие технологии в процессе физического воспитания студентов	10.1-11.1;	Защита реферата Сдача контр. нормативов
14.	Двигательная активность как условие сохранения и укрепления здоровья	10.1-11.1;	Защита реферата Сдача контр. нормативов
15.	Информационные технологии как новейшие методики комплексного подхода в обучении физической культуре, спорту и здоровому образу жизни	12.1-13.1;	Защита реферата Сдача контр. нормативов
16.	Роль физической культуры и спорта в ориентации студентов ВУЗов на ЗОЖ	14.1-15.1;	Защита реферата Сдача контр. нормативов
17.	Новейшие методики сохранения и укрепления здоровья	18.1	Защита реферата Сдача контр. нормативов
18.	Формирование физической культуры и культуры здоровья студента в условиях модернизации образования	18.1	Защита реферата Сдача контр. нормативов

6.1 Для проверки знаний обучающихся предусматриваются следующие формы контроля:

Образец бально-рейтингового листа приведен в **ПРИЛОЖЕНИИ А** (таблица А.1)

Для оценки качества учебной деятельности студентов применяется бально-рейтинговая система. Оценка по дисциплине за семестр равна сумме баллов за работу в семестре (0 – 80) и числа баллов полученных на зачете (0 – 20).

Максимальный рейтинг, который студент можем получить за семестр 100. Максимальный балл проставляется за качественное и своевременное выполнение работ и требований к ним по всем видам деятельности студента.

Баллы за работу в семестре включают в себя:

1. Баллы за работу на ПЗ: посещаемость ПЗ 0 – 0,5 балла

Количество баллов, необходимых для допуска к зачету – 7

2. Баллы за активную работу на ПК 0 – 0,5 балла

Количество баллов, необходимых для допуска к зачету – 7

3. Баллы за выполнение контрольных норм по видам спорта на ПЗ 0 – 5 баллов

Количество баллов, необходимых для допуска к зачету – 16 баллов

4. Баллы за участие в соревнованиях 0 – 6 баллов

Количество баллов, необходимых для допуска к зачету 14 баллов

5. Баллы за участие в судействе соревнований от 0 – 2 баллов

Количество баллов, необходимых для допуска к зачету 6 баллов

6. Баллы за творческую работу:

Каждый студент в течении семестра выполняет и защищает реферативную работу по утренней гигиенической гимнастике на 1 курсе, по производственной гимнастике на 2 курсе 0 – 10 баллов

Количество баллов, необходимых для допуска к зачету 6 баллов.

7. Баллы за участие в других видах работ от 0 – 2 баллов

Количество баллов необходимых для допуска к зачету 4 балла

Рейтинг достаточный к зачету 60 и более баллов

Зачет – 20 баллов

6.2 Оценочные материалы для текущего контроля и аттестации студента представлены в методических указаниях «Фонд оценочных материалов по дисциплине Элективные курсы по физической культуре и спорту: общая физическая культура»

(первый семестр)

Лёгкая атлетика

К-1. Бег на короткие дистанции, бег со старта, бег на короткие дистанции и финиширование (выполнить на технику).

Баскетбол

К-2. Знание правил игры.

К-3. Техника владения телом (стойки, повороты, остановки, прыжки).

К-4. Техника передачи мяча, ведение мяча.

К-5. Техника бросков мяча в корзину.

К-6. Ближние броски в корзину.

броски по- падания	5/5	5/4	5/3	5/2	5/1
оценка	5	4	3	2	1

К-7. Дальние броски в корзину.

броски по- падания	5/5	5/4	5/3	5/2	5/1
оценка	5	4	3	2	1

(второй семестр)

Плавание

К-8. Техника плавания способом «кроль» на груди (выполнение на технику).

К-9. Техника плавания способом «кроль» на спине (выполнение на технику).

К-10. Плавание 50 м. или 100м.

дистанция	оценка	5	4	3	2	сдано
	время					

50м.	м	40"	44"	48"	57"	Б/Вр
	ж	54"	1'03"	1'14"	1'24"	Б/Вр
100м.	м	1'40"	1'50"	2'	2'15"	2'30"
	ж	2'15"	2'40"	2'40"	3'36"	4'10"

Профессионально-прикладная физическая подготовка

К-11. Утренняя гигиеническая гимнастика - показать, объяснить и провести с группой

комплекс упражнений по УГГ.

К-12. Самостоятельно составить комплекс упражнений по утренней гигиенической гимнастике.

(третий семестр)

Профессионально - прикладная подготовка (микроцикл 2)

К-13. Показать, объяснить и провести с группой комплекс упражнений производственной гимнастики с учётом вида производственной деятельности.

К-14. Домашнее задание: самостоятельно составить комплекс упражнений производственной гимнастики с учётом характера труда.

Волейбол

К-15. Практические занятия:

- **знать** и применять правило соревнований
- **уметь** вести протокол соревнований
- **знать** жесты волейбольного арбитра

К-16. Поддачи через сетку.

результат	5	4	3	2	1
Оценка	5	4	3	2	1

К-17. Передачи в парах.

результат	40	35	30	25	20
оценка	5	4	3	2	1

К-18. Передачи над собой.

результат	25	20	15	10	5
оценка	5	4	3	2	1

(четвертый семестр)

Волейбол.

К-19. Поддачи через сетку.

Результат	10	8	6	4	2
оценка	5	4	3	2	1

Плавание

К-20. Плавание способом «кроль»

К-21. Плавание способом «кроль» на спине, груди
выполнение на технику.

К-22. Плавание 50 м. или 100м.

дистанция \ оценка время		5	4	3	2	сдано
50м.	м	40''	44''	48''	57''	Б/Вр
	ж	54''	1'03''	1'14''	1'24''	Б/Вр
100м.	м	1'40''	1'50''	2'	2'15''	2'30''
	ж	2'15''	2'40''	2'40''	3'36''	4'10''

(пятый семестр)

Плавание

К-23. Плавание способом «кроль»

К-24. Плавание способом «кроль» на спине, груди
выполнение на технику.

К-25. Плавание 50 м. или 100м.

дистанция \ оценка время		5	4	3	2	сдано
50м.	м	40''	44''	48''	57''	Б/Вр
	ж	54''	1'03''	1'14''	1'24''	Б/Вр
100м.	м	1'40''	1'50''	2'	2'15''	2'30''
	ж	2'15''	2'40''	2'40''	3'36''	4'10''

Волейбол.

К-26. Поддачи через сетку.

Результат	10	8	6	4	2
оценка	5	4	3	2	1

(шестой семестр)

Волейбол

К-27. Поддачи через сетку.

результат	5	4	3	2	1
-----------	---	---	---	---	---

Оценка	5	4	3	2	1
--------	---	---	---	---	---

К-28.Передачи в парах.

результат	40	35	30	25	20
оценка	5	4	3	2	1

К-29.Передачи над собой.

результат	25	20	15	10	5
оценка	5	4	3	2	1

Лёгкая атлетика.

К-30. Эстафетный бег (выполнить на технику).

(седьмой семестр)

Волейбол.

К-31.Передачи над собой.

Результат	30	25	20	15	10
оценка	5	4	3	2	1

7 УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Информация по учебно-методическому и информационному обеспечению дисциплины представлено в таблице 7.1

8 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

8.1. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Информация о наличии специализированных аудиторий, лабораторий, технических средств обучения и т.д. представляется в виде таблицы (табл.8.1).

Таблица 8.1 Обеспечение образовательного процесса по программе оборудованы учебными кабинетами, объектами для проведения практических занятий

№ п/п	Наименование дисциплины (модуля), практик в соответствии с учебным планом	Наименование объектов для проведения практических занятий с перечнем основного оборудования	Фактический адрес учебных кабинетов и объектов
Б1.В.ДВ.06.01	Элективные курсы по физической культуре и спорту: общая физическая культура	Оборудование для проведения практических занятий, текущего контроля, промежуточной аттестации. Фитболы - 10шт. Бодибары 4 кг - 1 шт. Бодибары 5 кг 2 шт. Бодибары 6 кг - 3 шт. Бодибары 9 кг - 1 шт. Коврики для фитнеса - 10 шт. Скакалки - 20 шт. Гантели 1 кг - 2 шт. Гантели 2 кг - 2 шт. Гантели 2,5 кг -2 шт. Гантели 4 кг - 2 шт. Гири 12 кг - 2 шт. Тренажер «гиперэкстензия» - 1 шт. Скамья для пресса - 1 шт. Турник настенный - 1 шт. Брусья настенные - 1 шт. Тренажер степпер - 1 шт. Обручи металлический - 5 шт. Палка гимнастическая - 5 шт. Эллиптический тренажер START LINE Expert VK8729H – 2 шт. Скамья для пресса – 2 в 1 – 1 шт. Стойка турник/пресс/брусья 3 в 1.DomsenDs 14 – 1 шт. МН-W-106. Тяга верхняя горизонтальная на свободном весе – 1 шт. Скамья сгибание/разгибание ног – 1 шт. Комплект дисков для свободного веса – 1 комплект. Гантель наборная 19,5 кг (пара) – 5 пар. Комплект учебно-наглядных пособий, обеспечивающих тематические иллюстрации по дисциплине. Ауд. 13.	Новосибирск, Красный проспект, 35 (НТИ (филиал) РГУ им. А.Н. Косыгина

9 УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ

(первый семестр)

№ недели	Номер темы, учебных занятий			Используемые учебно-методические материалы (учебники, метод, пособия и т.д.)	Самостоятельная работа студентов			Формы контроля	
	Лекционные занятия	Практические занятия ПЗ	Лабораторные занятия ЛБ		Индивидуальные занятия ИЗ	Самостоят. Изучение	Задания		Проекты, Работы
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.		ПЗ-1			Б-2,Б-6, Б-7				
2.		ПЗ-2			Б-2,Б-6, Б-7	СИ -1			
3.		ПЗ-3			Б-2,Б-6, Б-7				
4.		ПЗ-4			Б-2,Б-6, Б-7				
5.		ПЗ-5			Б-2,Б-6, Б-7	СИ -2			
6.		ПЗ-6			Б-2,Б-6, Б-7				
7.		ПЗ-7			Б-2,Б-6, Б-7	СИ -3			
8.		ПЗ-8			Б-2,Б-6, Б-7				
9.		ПЗ-9			Б-2,Б-6, Б-7				
10.		ПЗ-10			Б-2,Б-6, Б-7				
11.		ПЗ-11			Б-4,Б-6,Б-7				К-1
12.		ПЗ-12			Б-4,Б-6,Б-7				
13.		ПЗ-13			Б-4,Б-6,Б-7				
14.		ПЗ-14			Б-4,Б-6,Б-7	СИ -4			
15.		ПЗ-15			Б-4,Б-6,Б-7				
16.		ПЗ-16			Б-4,Б-6,Б-7				К-2, К-3
17.		ПЗ-17			Б-4,Б-6,Б-7				К-4, К-5
18.		ПЗ-18			Б-4,Б-6,Б-7				К-6, К-7
					Б-4,Б-6,Б-7				Зачет

(второй семестр)

	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.		ПЗ-19			Б-1,Б-6, Б-7, Б-10				
2.		ПЗ-20			Б-1,Б-6, Б-7, Б-10	СИ -5			
3.		ПЗ-21			Б-1,Б-6, Б-7, Б-10				
4.		ПЗ-22			Б-1,Б-6, Б-7, Б-10				
5.		ПЗ-23			Б-1,Б-6, Б-7, Б-10				К-8
6.		ПЗ-24			Б-1,Б-6, Б-7, Б-10				К-9
7.		ПЗ-25			Б-1,Б-6, Б-7, Б-10				К-10
8.		ПЗ-26			Б-5,Б-6, Б-7	СИ -6			
9.		ПЗ-27			Б-5,Б-6, Б-7				
10.		ПЗ-28			Б-5,Б-6, Б-7				
11.		ПЗ-29			Б-5,Б-6, Б-7	СИ -7			
12.		ПЗ-30			Б-5,Б-6, Б-7				
13.		ПЗ-31			Б-5,Б-6, Б-7				
14.		ПЗ-32			Б-5,Б-6, Б-7				
15.		ПЗ-33			Б-5,Б-6, Б-7	СИ -8			
16.		ПЗ-34			Б-5,Б-6, Б-7				
17.		ПЗ-35			Б-5,Б-6, Б-7				
18.		ПЗ-36			Б-5,Б-6, Б-7				К-11 К-12
									Зачет

(третий семестр)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.		ПЗ-37			Б-5,Б-6, Б-7				
2.		ПЗ-38			Б-5,Б-6, Б-7				
3.		ПЗ-39			Б-5,Б-6, Б-7	СИ-9			
4.		ПЗ-40			Б-5,Б-6, Б-7				
5.		ПЗ-41			Б-5,Б-6, Б-7				
6.		ПЗ-42			Б-5,Б-6, Б-7	СИ -10			
7.		ПЗ-43			Б-5,Б-6, Б-7				
8.		ПЗ-44			Б-5,Б-6, Б-7				
9.		ПЗ-45			Б-5,Б-6, Б-7				
10.		ПЗ-46			Б-5,Б-6, Б-7				К-13
11.		ПЗ-47			Б-5,Б-6, Б-7				К-14
12.		ПЗ-48			Б-3, Б-6, Б-7				
13.		ПЗ-49			Б-3, Б-6, Б-7	СИ - 11			
14.		ПЗ-50			Б-3, Б-6, Б-7				
15.		ПЗ-51			Б-3, Б-6, Б-7				К-15
16.		ПЗ-52			Б-3, Б-6, Б-7				К-16
17.		ПЗ-53			Б-3, Б-6, Б-7				К-17
18.		ПЗ-54			Б-3, Б-6, Б-7				К-18
									Зачет

(четвертый семестр)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.		ПЗ-55			Б-3, Б-6, Б-7				
2.		ПЗ-56			Б-3, Б-6, Б-7	СИ - 12			
3.		ПЗ-57			Б-3, Б-6, Б-7				
4.		ПЗ-58			Б-3, Б-6, Б-7				
5.		ПЗ-59			Б-3, Б-6, Б-7				
6.		ПЗ-60			Б-3, Б-6, Б-7				
7.		ПЗ-61			Б-3, Б-6, Б-7				
8.		ПЗ-62			Б-3, Б-6, Б-7	СИ - 13			
9.		ПЗ-63			Б-3, Б-6, Б-7				
10.		ПЗ-64			Б-3, Б-6, Б-7				
11.		ПЗ-65			Б-3, Б-6, Б-7				
12.		ПЗ-66			Б-3, Б-6, Б-7				
13.		ПЗ-67			Б-3, Б-6, Б-7				К- 19
14.		ПЗ-68			Б-1, Б-6,Б-7,Б-9				
15.		ПЗ-69			Б-1, Б-6,Б-7,Б-9	СИ - 14			
16.		ПЗ-70			Б-1, Б-6,Б-7,Б-9				К- 20
17.		ПЗ-71			Б-1, Б-6,Б-7,Б-9				К-21
18.		ПЗ-72			Б-1, Б-6,Б-7,Б-9				К-22
									Зачет

(пятый семестр)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.		ПЗ-73			Б-1, Б-6, Б-7, Б-9	СИ - 15			
2.		ПЗ-74			Б-1, Б-6, Б-7, Б-9				
3.		ПЗ-75			Б-1, Б-6, Б-7, Б-9				
4.		ПЗ-76			Б-1, Б-6, Б-7, Б-9				
5.		ПЗ-77			Б-1, Б-6, Б-7, Б-9				
6.		ПЗ-78			Б-1, Б-6, Б-7, Б-9				
7.		ПЗ-79			Б-1, Б-6, Б-7, Б-9				
8.		ПЗ-80			Б-1, Б-6, Б-7, Б-9				К-23
9.		ПЗ-81			Б-1, Б-6, Б-7, Б-9				К-24
10.		ПЗ-82			Б-3, Б-6, Б-7				К-25
11.		ПЗ-83			Б-3, Б-6, Б-7				
12.		ПЗ-84			Б-3, Б-6, Б-7				
13.		ПЗ-85			Б-3, Б-6, Б-7				
14.		ПЗ-86			Б-3, Б-6, Б-7				
15.		ПЗ-87			Б-3, Б-6, Б-7				
16.		ПЗ-88			Б-3, Б-6, Б-7				
17.		ПЗ-89			Б-3, Б-6, Б-7				К-26
18.									Зачет

(шестой семестр)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.		ПЗ-90			Б-3, Б-6, Б-7				
2.		ПЗ-91			Б-3, Б-6, Б-7				
3.		ПЗ-92			Б-3, Б-6, Б-7				
4.		ПЗ-93			Б-3, Б-6, Б-7				
5.		ПЗ-94			Б-3, Б-6, Б-7				
6.		ПЗ-95			Б-3, Б-6, Б-7	СИ -16			
7.		ПЗ-96			Б-3, Б-6, Б-7				
8.		ПЗ-97			Б-3, Б-6, Б-7				
9.		ПЗ-98			Б-3, Б-6, Б-7				
10.		ПЗ-99			Б-3, Б-6, Б-7				К-27
11.		ПЗ-100			Б-3, Б-6, Б-7				К-28
12.		ПЗ-101			Б-3, Б-6, Б-7				К-29
13.		ПЗ-102			Б-3, Б-6, Б-7				
14.		ПЗ-103			Б-2,Б-6, Б-7				
15.		ПЗ-104			Б-2,Б-6, Б-7				
16.		ПЗ-105			Б-2,Б-6, Б-7				
17.		ПЗ-106			Б-2,Б-6, Б-7				К-30
18.					Б-2,Б-6, Б-7				Зачет

(седьмой семестр)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.		ПЗ-107			Б-3, Б-6, Б-7				
2.		ПЗ-108			Б-3, Б-6, Б-7	СИ - 17			
3.		ПЗ-109			Б-3, Б-6, Б-7				
4.		ПЗ-110			Б-3, Б-6, Б-7				
5.		ПЗ-111			Б-3, Б-6, Б-7				
6.		ПЗ-112			Б-3, Б-6, Б-7				
7.		ПЗ-113			Б-3, Б-6, Б-7				
8.		ПЗ-114			Б-3, Б-6, Б-7				
9.		ПЗ-115			Б-3, Б-6, Б-7				
10.		ПЗ-116			Б-3, Б-6, Б-7				
11.		ПЗ-117			Б-3, Б-6, Б-7	СИ - 18			
12.		ПЗ-118			Б-3, Б-6, Б-7				
13.		ПЗ-119			Б-3, Б-6, Б-7				
14.		ПЗ-120			Б-3, Б-6, Б-7				
15.		ПЗ-121			Б-3, Б-6, Б-7				
16.		ПЗ-122			Б-3, Б-6, Б-7				
17.		ПЗ-123			Б-3, Б-6, Б-7				К-31
18.									Зачет

Таблица 7.1 Обеспечение образовательного процесса по образовательной программе 37.03.01 «Психология» учебной и учебно-методической литературы

№ п/п	Наименование дисциплины и ее шифр в соответствии с учебным планом	Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной и учебно-методической литературы	Количество экземпляров	Число обучающихся, одновременно изучающих дисциплину
1	2	3	4	5
		Основная литература		
	Б1.В.ДВ.06.01 Элективные курсы: общая физическая культура	Б-1 Караулова, Л. К. Физиология физкультурно-оздоровительной деятельности: учебник / Л.К. Караулова. — Москва: ИНФРА-М, 2018. — 336 с. — URL: https://znanium.com/read?id=320736	100%	
		Б-2 Физическая культура студентов специального учебного отделения: учебное пособие / Л. Н. Гелецкая, И. Ю. Бирдигулова, Д. А. Шубин, Р. И. Коновалова. - Красноярск: Сиб. федер. ун-т, 2014. - 220 с. - URL: https://znanium.com/read?id=269320	100%	
		Б-3 Казантинова, Г. М. Оздоровительные комплексы физических упражнений при заболеваниях органов пищеварения и мочевого пузыря: учебное пособие / Г. М. Казантинова. - Волгоград: Волгоградский ГАУ, 2015. - 88 с. - URL: https://znanium.com/read?id=143625	100%	
		Б-4 Хуббиев, Ш. З. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой тренировок: учебное пособие / Ш.З. Хуббиев, С. Лукина. – Санкт-Петербург: СПбГУ, 2018. - 272 с. - URL: https://znanium.com/read?id=332865	100%	
		Б-5 Зульфугарзаде, Т.Э. Правовые основы физической культуры и спорта: учебное пособие / Т. Э. Зульфугарзаде. — Москва: ИНФРА-М, 2020. — 140 с. — URL: https://znanium.com/read?id=361268	100%	
		Дополнительная литература		



	Б-6 Романов, В.Н. Профилактика и коррекция плоскостопия с помощью средств адаптивной физической культуры: методические указания / В. Н.Романов, Н.А. Пампура, Ю. А.Володина. – Москва: РИО МГУДТ, 2011. – 43 с. - URL: https://znanium.com/read?id=270	100%
	Б-7. Оздоровительное и спортивное плавание для людей с ограниченными возможностями: монография / под ред. Н.Ж. Булгаковой. — Москва: ИНФРА-М, 2020. — 313 с. — URL: https://znanium.com/read?id=358050	100%
	Б-8 Щелчкова, Н.Н. Анатомия и физиология человека: учебно-практическое пособие / Н.Н. Щелчкова. — Москва: ИНФРА-М, 2019. — 343 с. - URL: https://znanium.com/read?id=350729	100%
	Б-9 Бузулькова, Н. А. Бег и спортивная ходьба в режиме труда и отдыха студентов: методические указания / Бузулькова Н.А., Сухомлинова Г.М., Новикова В.Н. - Москва: МГУДТ, 2016. - 26 с. - URL: https://znanium.com/read?id=260992	100%
	Б-10 Фитнес-аэробика: учебно-методическое пособие/ Е. В. Серженко, С. В. Плетцер, Т. А. Андреевко, Е. Г. Ткачева. - Волгоград: ФГБОУ ВПО Волгоградский ГАУ, 2015. - 76 с. – URL: https://znanium.com/read?id=244751	100%
	Базы данных, Интернет-ресурсы, информационно-справочные и поисковые системы https://znanium.com/ http://sportfiction.ru/partners/bmsi/ http://elibrary.ru/	

Зав. библиотекой



Русских Н.И.

10 ПРОТОКОЛ СОГЛАСОВАНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ С ДРУГИМИ ДИСЦИПЛИНАМИ НАПРАВЛЕНИЯ НА 2021/2022 УЧЕБНЫЙ ГОД

Наименование дисциплины, изучение, которой опирается на данную	Кафедра	Предложения об изменении в рабочей программе и подпись зав. кафедрой	Решение, принятое кафедрой, и разрабатывающей программу и подпись зав. кафедрой
1. Дисциплина РУП 37.03.01	ГН и ИЯ		

Декан факультета Т и Д  Арчинова Е.В. 27.08.2021
личная подпись дата

ПРИЛОЖЕНИЕ А

Примерный образец оценки знаний студентов по балльно-рейтинговой системе по дисциплине Элективные курсы по физической культуре и спорту: Общая физическая культура ФГОС ВО направления: 37.03.01 «Психология» «Социальная психология»

Вид контроля	Оценочный балл	Дни недели																		Всего
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	
Посещаемость	0,5	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	18
Активная работа на ПЗ	0,5	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	9
Выполнение контрольных нормативов по видам спорта	0-5				*	*						*					*		9	
Участие в соревнованиях по видам спорта	0-6														*				20	
Участие в судействе соревнований	0-2													*		*			18	
Творческая работа (выступление на конференции)	0-10													*	*	*	*	*	8	
Другие виды работ	0-2																	*	10	
Рейтинг по дисциплине (промежуточный)																	*	*	6	
Зачет	20																		80	
Рейтинг по дисциплине (итоговый)																			20	
																			100	

Ст. Преподаватель: ЮИ Никулин Ю.И.