

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Комин Андрей Эдуардович
Должность: ректор
Дата подписания: 25.10.2023 11:56:14
Уникальный программный ключ:
f6c6d686f0c899fdf76a1ed8b448452ab8cac6fb1af6547b6d40cdf1bdc60ae2

ФГБОУ ВО ПРИМОРСКАЯ ГСХА

УТВЕРЖДАЮ

Декан института лесного
и лесопаркового хозяйства

 О.Ю. Приходько
«30» марта 2017г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Физическая культура и спорт

Наименование учебной дисциплины (модуля)

Уровень основной профессиональной образовательной программы

академический бакалавриат

(бакалавриат, магистратура, специалитет)

Направление подготовки 21.03.02 Землеустройство и кадастры

(номер, уровень, полное наименование направления подготовки (специальности))

Направленность (профиль) Землеустройство

(полное наименование направленности (профиля) из ОПОП)

Форма обучения очная, заочная

(очная, очно-заочная, заочная)

Институт лесного и лесопаркового хозяйства

(полное наименование института)

Кафедра физического воспитания

(полное наименование кафедры)

Статус дисциплины: базовая дисциплина Б1.Б.14

Курс 1,2

Семестр 1, 2, 3, 4

Учебный план набора 2017 года и последующих лет.

Распределение рабочего времени:

Распределение по семестрам

Семестр	Учебные занятия (час.)							Контроль	Форма итоговой аттестации (зачет, зачет с оценкой, экзамен)
	Общий объем	Контактная работа				Самостоятельная работа (СР)			
		Всего	Лекции	ЛЗ	ПЗ	КП-КР	Другие виды (СР)		
1 очно	72	18	18				54		зачет
1 заочно	72	10	10				58	4	зачет
Итого очно/ заочно	72/72	18/10	18/10				54/58	0/4	зачет/зачет

Общая трудоемкость в соответствии с учебным планом в зачетных единицах 2 ЗЕТ

Лист согласований

Рабочая программа составлена с учетом требований Федерального Государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС ВО) по направлению подготовки 31.03.02 «Землеустройство и кадастры» утвержденного 01 октября 2015 г., приказ № 1084 (зарегистрирован 21 октября 2015 г.) рассмотрена и утверждена на заседании кафедры «28» марта 2017 г., протокол № 7^а

Разработчик:

Старший преподаватель

кафедры физического воспитания



М. Н. Смелик

Зав. кафедрой

физического воспитания


(подпись)

Т. В. Пинчук

Рабочая программа одобрена на совете института, протокол № 7 от «30» марта 2017 г.

1. Цели и задачи дисциплины (модуля):

Цель: формирование 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.

Задачи:

- понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке к будущей профессиональной деятельности;
- знание научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы: базовая часть Б1.Б.14

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы:

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование у обучающегося следующих компетенций:

- способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8).

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

знать:

- основные проблемы развития физической культуры, уметь объяснить ее предмет, содержание, структуру, социальную роль в общекультурной и

профессиональной подготовке;

- особенности функционирования человеческого организма и отдельных его систем под влиянием занятий физическими упражнениями и спортом в различных условиях внешней среды;
- основные принципы организации здорового образа жизни, рациональные способы и приемы сохранения психического здоровья, профилактики нервно-эмоционального и психофизического утомления, основы формирования физической культуры личности и здорового образа жизни;
- предмет, содержание и функции, организационные формы и средства профессионально-прикладной физической подготовки;
- социально-культурные основы и функции массового спорта и спорта высших достижений, содержание современных оздоровительных систем физических упражнений;
- приобрести опыт использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей;
- понимать роль физической культуры в развитии человека, осознать социально гуманитарную ценностную роль физической культуры и спорта в профессионально личностном развитии и формировании основных качеств и свойств личности;
- овладеть системой практических умений и навыков, обеспечивающих формирование, сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизиологических способностей и качеств, самоопределение в физической культуре.

уметь:

- использовать опыт систематических занятий физическими упражнениями и спортом для укрепления здоровья, активизации учебной и профессиональной деятельности;
- выполнять требования по общей физической подготовке;
- определять индивидуальный уровень развития своих физических качеств, владеть основными методами и способами направленного формирования физических нагрузок для развития двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, ловкости);
- объяснить индивидуальный выбор вида спорта и системы физических упражнений, раскрыть их возможности для саморазвития и самосовершенствования;
- использовать методические приемы для разработки индивидуальных программ оздоровительной и тренировочной направленности;
- правильно адаптировать физкультурно-спортивную деятельность к индивидуальным особенностям организма и дифференцировать

использование средств физической культуры и спорта с учетом этих особенностей;

- диагностировать состояние организма и отдельных его систем и вносить необходимую коррекцию в их развитие средствами физической культуры и спорта;
- овладеть системой практических умений и навыков, обеспечивающих формирование, сохранение и укрепление здоровья;
- развивать и совершенствовать психофизиологические способности и качества, самоопределение в физической культуре;
- активно использовать средства физической культуры и спорта для формирования здорового стиля жизни и социокультурного пространства, отвлечения от вредных привычек (курения, токсикомании, алкоголя), приобщения к культурному досугу;
- использовать средства физической культуры и спорта в процессе профессиональной подготовки специалистов и повышать на этой основе их социально-профессиональную готовность;
- создать условия, обеспечивающие развитие познавательности и социальной активности в физкультурно-спортивной деятельности, формирования потребности в непрерывном самообразовании и самосовершенствовании в сфере физической культуры;
- удовлетворять этнокультурные и эмоционально-эстетические потребности в процессе физкультурно-спортивной деятельности.

владеть:

- владеть средствами, методами и способами восстановления организма, организации активного отдыха и реабилитации после перенесенных заболеваний;
- владеть основными средствами, методами и способами направленного развития психофизических и психофизиологических качеств и свойств личности и осуществлять контроль за их изменением.

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:

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетных единицы.

Вид учебной работы	Семестры		
	Очно	Заочно	Всего часов

	1	2	3	4	1	2	3	4	
Контактная работа с преподавателем (всего)	18				10				18/10
В том числе:									
Лекции	18				10				18/10
Занятия семинарского типа, в том числе:									
Семинары (С)									
Практические занятия (ПЗ)									
Практикумы (П)									
Лабораторные работы (ЛР)									
Коллоквиумы (К)									
Иные аналогичные занятия									
Самостоятельная работа (всего)	54				58				54/58
В том числе:									
Курсовой проект (работа) (КП (КР))									
Расчётно-графические работы (РГР)									
Реферат (Р)									
Контрольная работа (К)									
Иные аналогичные занятия	54				58				54/58
Контроль					4				0/4
Вид промежуточной аттестации (зачёт, зачёт с оценкой, экзамен)	зачет				зачет				зачет/зачет
Общая трудоёмкость час	72				72				72/72

5. Содержание дисциплины (модуля) структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

5.1 Содержание разделов дисциплины (модуля)

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела
1.	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Возникновение термина «физическая культура». 2. Общие понятия теории физической культуры. 3. Цель, задачи и формы организации физического воспитания. 4. Организация физического воспитания и спортивной работы в ВУЗе <ol style="list-style-type: none"> 4.1. Организация и руководство физическим воспитанием. 4.2. Формы физического воспитания студентов. 4.3. Программное построение курса физического воспитания. 4.4. Организация и содержание учебно-воспитательного процесса в учебных отделениях. 4.5. Зачётные требования и обязанности студентов. 4.6. Физиологические основы оздоровительной тренировки.
2.	Социально-	1. Организм как единая саморазвивающаяся и

	<p>биологические основы физической культуры. Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья.</p>	<p>саморегулирующаяся биологическая система.</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Внешняя среда и ее воздействие на организм и жизнедеятельность человека. 3. Средства физической культуры, обеспечивающие устойчивость к умственной и физической работоспособности. 4. Двигательная функция и повышение уровня адаптации и устойчивости организма человека к различным условиям внешней среды. 5. Понятие «здоровье», его содержание и критерии. 6. Функциональные резервы организма. 7. От чего зависит здоровье? 8. Составляющие здорового образа жизни студента. 9. Режим труда и отдыха. 10. Профилактика вредных привычек. 11. Режим питания. 12. Двигательная активность. 13. Закаливание. 14. Здоровье и окружающая среда. 15. Наследственность. 16. Психологическая саморегуляция. 17. Ориентация на здоровье у лиц отнесённых к интерналам и экстерналам. 18. Физическое самовоспитание.
3.	<p>Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Основные понятия. 2. Объективные и субъективные факторы обучения и реакция на них организма студентов. 3. Изменение состояния организма студента под влиянием различных режимов и условий обучения. 4. Работоспособность в умственном труде и влияние на нее внешних и внутренних факторов. <ol style="list-style-type: none"> 4.1. Влияние на работоспособность студентов периодичности ритмических процессов в организме. 4.2. Общие закономерности изменения работоспособности студентов в процессе обучения. 5. Средства физической культуры в регулировании умственной работоспособности, психоэмоционального и функционального состояния студентов. <ol style="list-style-type: none"> 5.1 Использование физических упражнений как средства активного отдыха. 5.2. "Малые формы" физической культуры в режиме учебного труда студентов. 5.3 Учебные и самостоятельные занятия по физической культуре в режиме учебно-трудовой деятельности.
4.	<p>Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Методы физического воспитания. 2. Двигательные умения и навыки. 3. Физические качества. 4. Формы занятий. 5. Общая физическая подготовка.

		6. Специальная подготовка 7. Спортивная подготовка 8. Интенсивность физических нагрузок. 9. Энергозатраты при физических нагрузках.
5.	Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.	1. Введение. 2. Влияние оздоровительной физической культуры на организм. 3. Основные разделы и этапы физического обучения и воспитания. 4. Способы обучения и принципы, положенные в основу методики занятий физическими упражнениями.
6.	Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений. Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений.	1. Планирование и организационные формы. 2. Международное спортивное движение. 3. Всемирные студенческие спортивные игры (Универсиады). 4. Олимпийские игры современности. 5. Основные особенности в спорте и в физическом воспитании. 6. Краткая психологическая характеристика основных физических качеств. 7. Влияние избранного вида спорта или системы физических упражнений на физическое развитие, функциональную подготовленность и психические качества. 8. Модельные характеристики спортсмена высокого класса. 9. Планирование тренировки в избранном виде спорта или системе физических упражнений. 10. Перспективное планирование многолетней подготовки. 11. Годичное планирование. 12. Текущее и оперативное планирование. 13. Пути достижения физической, технической, тактической и психической подготовленности. 14. Виды и методы контроля за эффективностью тренировочных занятий 15. Специальные зачетные требования и нормативы по годам (семестрам) обучения студентов. 16. Календарь студенческих внутривузовских и вневузовских соревнований. 17. Требования спортивной классификации и правил соревнований по избранному виду спорта.
7.	Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом.	1. Диагностика и самодиагностика организма занятиях физическими упражнениями и спортом. 1.2 Самоконтроль. 2. Исследование и оценка физического развития. 2.1 Методы стандартов, антропометрических индексов для оценки физического развития. 3. Исследование и оценка функционального состояния.

		4. Контроль за физической подготовленностью.
8.	Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов.	<p>1. Профессионально-прикладная физическая подготовка.</p> <p>1.1. Необходимость профессионально-прикладной физической подготовки; решаемые в ней задачи.</p> <p>1.2. Требования к физической подготовленности трудящихся в различных сферах современного профессионального труда и тенденции их изменения.</p> <p>1.3. Задачи решаемые в процессе ППФП.</p> <p>2. Средства и методические основы построения ППФП.</p> <p>2.1. Особенности состава средств ППФП.</p> <p>2.2. Основные черты методики и формы построения занятий в ППФП.</p>
9.	Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра и специалиста.	<p>1. Физическая культура как вид общей культуры.</p> <p>1. 1. Возникновение термина «физическая культура».</p> <p>1. 2. Общие понятия теории физической культуры.</p> <p>1.3. Физическая культура как вид культуры общества.</p> <p>1. 4. Физическая культура как часть культуры личности</p> <p>1.5. Социальные функции физической культуры студенческой молодежи.</p> <p>2. Организация физического воспитания в вузе.</p> <p>2.1. Основные положения и требования учебной программы по физической культуре для ВУЗов.</p> <p>2.2. Цель, задачи и формы организации физического воспитания.</p> <p>3. Комплексное совершенствование профессионально-прикладной физической подготовки.</p> <p>4. Содержание работы учебных отделений.</p>
Итого:		18 часов

5.2 Разделы дисциплины (модуля) и виды занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекции	Практич занятия	Лабора. занятия	Семинары	СРС	Всего час.
1.	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.	2					2
2.	Социально-биологические основы физической культуры. Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья.	2					2
3.	Психофизиологические основы учебного	2					2

	труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.								
4.	Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания.	2							2
5.	Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.	2							2
6.	Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений. Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений.	2							2
7.	Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом.	2							2
8.	Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов.	2							2
9.	Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра и специалиста.	2							2
	Итого:	18							18

5.3 Разделы дисциплины (модуля) и междисциплинарные связи с обеспечиваемыми (последующими) дисциплинами (заполняется по усмотрению преподавателя)

№ п/п	Наименование обеспечиваемых (последующих) дисциплин	№ № разделов данной дисциплины, необходимых для изучения обеспечиваемых (последующих) дисциплин									
		1	2	3	4	5	6	7	8	...	
Предшествующие дисциплины											
1.											
...											
Последующие дисциплины											
1.											
...											

6. Методы и формы организации обучения

Технологии интерактивного обучения при разных формах занятий в часах

Методы	Формы	Лекции (час)	Практические/семинарские Занятия (час)	Тренинг Мастер-класс (час)	СРС (час)	Всего
Интерактивная лекция		8				8

Работа в команде					
Игра					
Поисковый метод					
Решение ситуационных задач					
Исследовательский метод					
...					
Итого интерактивных занятий	8				8

6.1 Применение активных и интерактивных методов обучения

№ п/п	Форма занятия	Тема занятия	Наименование используемых интерактивных методов	Количество часов
1.	Лекция	Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья.	Использование электронных слайд-схем, текстов лекций в электронном виде (презентация в программе PowerPoint).	2
2.	Лекция	Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений.	Использование электронных слайд-схем, текстов лекций в электронном виде (презентация в программе PowerPoint).	2
3.	Лекция	Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания.	Использование электронных слайд-схем, текстов лекций в электронном виде (презентация в программе PowerPoint).	2
4.	Лекция	Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений.	Использование электронных слайд-схем, текстов лекций в электронном виде (презентация в программе PowerPoint).	2

7. Лабораторный практикум не предусмотрен учебным планом

8. Практические занятия (семинары) не предусмотрены учебным планом

9. Самостоятельная работа

(для обучающихся очной формы)

№ п/п	№ раздела дисциплины из табл. 5.1	Тематика самостоятельной работы (детализация)	Трудоемкость (час.)	Контроль выполнения работы (Опрос, тест,
-------	-----------------------------------	---	---------------------	--

				дом. задание, и т. д.)
1	1	<p>Возникновение термина «физическая культура». Общие понятия теории физической культуры. Цель, задачи и формы организации физического воспитания. Организация физического воспитания и спортивной работы в ВУЗе. Организация и руководство физическим воспитанием. Формы физического воспитания студентов. Организация и содержание учебно-воспитательного процесса в учебных отделениях. Физиологические основы оздоровительной тренировки.</p>		
	2	<p>Организм как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система. Внешняя среда и ее воздействие на организм и жизнедеятельность человека. Средства физической культуры, обеспечивающие устойчивость к умственной и физической работоспособности. Двигательная функция и повышение уровня адаптации и устойчивости организма человека к различным условиям внешней среды. Понятие «здоровье», его содержание и критерии. Функциональные резервы организма. Составляющие здорового образа жизни студента. Здоровье и окружающая среда. Наследственность. Психологическая саморегуляция. Физическое самовоспитание.</p>	12	<p>Домашнее задание письменно (конспект) Решение теста</p>

2	3	<p>Объективные и субъективные факторы обучения и реакция на них организма студентов.</p> <p>Работоспособность в умственном труде и влияние на нее внешних и внутренних факторов.</p> <p>Влияние на работоспособность студентов периодичности ритмических процессов в организме.</p> <p>Общие закономерности изменения работоспособности студентов в процессе обучения.</p> <p>Средства физической культуры в регулировании умственной работоспособности, психоэмоционального и функционального состояния студентов.</p> <p>Использование физических упражнений как средства активного отдыха.</p> <p>"Малые формы" физической культуры в режиме учебного труда студентов.</p> <p>Учебные и самостоятельные занятия по физической культуре в режиме учебно-трудовой деятельности.</p>	12	<p>Домашнее задание письменно (конспект) Презентация Решение теста</p>
	4	<p>Методы физического воспитания. Двигательные умения и навыки.</p> <p>Физические качества.</p> <p>Формы занятий.</p> <p>Общая физическая подготовка.</p> <p>Специальная подготовка</p> <p>Спортивная подготовка</p> <p>Интенсивность физических нагрузок.</p> <p>Энергозатраты при физических нагрузках.</p>		
3	5	<p>Влияние оздоровительной физической культуры на</p>	12	<p>Домашнее задание</p>

		<p>организм. Основные разделы и этапы физического обучения и воспитания. Способы обучения и принципы, положенные в основу методики занятий физическими упражнениями.</p>		<p>письменно (конспект) Решение теста</p>
	6	<p>Планирование и организационные формы. Международное спортивное движение. Всемирные студенческие спортивные игры (Универсиады). Олимпийские игры современности. Основные особенности в спорте и в физическом воспитании. Влияние избранного вида спорта или системы физических упражнений на физическое развитие, функциональную подготовленность и психические качества. Модельные характеристики спортсмена высокого класса. Планирование тренировки в избранном виде спорта или системе физических упражнений. Виды и методы контроля за эффективностью тренировочных занятий. Требования спортивной классификации и правил соревнований по избранному виду спорта.</p>		
4	7	<p>Диагностика и самодиагностика организма на занятиях физическими упражнениями и спортом. Самоконтроль. Исследование и оценка физического развития. Исследование и оценка функционального состояния. Контроль за физической подготовленностью.</p>	10	<p>Домашнее задание письменно (конспект) Сообщение Презентация</p>
	8	Профессионально-		

		прикладная физическая подготовка. Требования к физической подготовленности трудящихся в различных сферах современного профессионального труда и тенденции их изменения. Задачи, средства и методические основы построения ППФП. Основные черты методики и формы построения занятий в ППФП.		
5	9	Общие понятия теории физической культуры. Физическая культура как вид культуры общества. Физическая культура как часть культуры личности Социальные функции физической культуры студенческой молодежи. Цель, задачи и формы организации физического воспитания. Комплексное совершенствование профессионально-прикладной физической подготовки.	8	Домашнее задание письменно (конспект)

(для обучающихся заочной формы)

№ п/п	№ раздела дисциплины из табл. 5.1	Тематика самостоятельной работы (детализация)	Трудо-емкость (час.)	Контроль выполнения работы (Опрос, тест, дом. задание, и т. д.)
1	1	Возникновение термина «физическая культура». Общие понятия теории физической культуры. Цель, задачи и формы организации физического воспитания. Организация физического воспитания и спортивной работы в ВУЗе. Организация и руководство физическим		

		воспитанием. Формы физического воспитания студентов. Организация и содержание учебно-воспитательного процесса в учебных отделениях. Физиологические основы оздоровительной тренировки.		
	2	Организм как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система. Внешняя среда и ее воздействие на организм и жизнедеятельность человека. Средства физической культуры, обеспечивающие устойчивость к умственной и физической работоспособности. Двигательная функция и повышение уровня адаптации и устойчивости организма человека к различным условиям внешней среды. Понятие «здоровье», его содержание и критерии. Функциональные резервы организма. Составляющие здорового образа жизни студента. Здоровье и окружающая среда. Наследственность. Психологическая саморегуляция. Физическое самовоспитание.	14	Домашнее задание письменно (конспект) Решение теста
2	3	Объективные и субъективные факторы обучения и реакция на них организма студентов. Работоспособность в умственном труде и влияние на нее внешних и внутренних факторов. Влияние на работоспособность студентов периодичности ритмических процессов в	12	Домашнее задание письменно (конспект) Презентация Решение теста

		<p>организме. Общие закономерности изменения работоспособности студентов в процессе обучения. Средства физической культуры в регулировании умственной работоспособности, психоэмоционального и функционального состояния студентов. Использование физических упражнений как средства активного отдыха. "Малые формы" физической культуры в режиме учебного труда студентов. Учебные и самостоятельные занятия по физической культуре в режиме учебно-трудовой деятельности.</p>		
	4	<p>Методы физического воспитания. Двигательные умения и навыки. Физические качества. Формы занятий. Общая физическая подготовка. Специальная подготовка Спортивная подготовка Интенсивность физических нагрузок. Энергозатраты при физических нагрузках.</p>		
3	5	<p>Влияние оздоровительной физической культуры на организм. Основные разделы и этапы физического обучения и воспитания. Способы обучения и принципы, положенные в основу методики занятий физическими упражнениями.</p>	12	<p>Домашнее задание письменно (конспект) Решение теста</p>
	6	<p>Планирование и организационные формы. Международное спортивное движение.</p>		

		<p>Всемирные студенческие спортивные игры (Универсиады). Олимпийские игры современности.</p> <p>Основные особенности в спорте и в физическом воспитании.</p> <p>Влияние избранного вида спорта или системы физических упражнений на физическое развитие, функциональную подготовленность и психические качества.</p> <p>Модельные характеристики спортсмена высокого класса.</p> <p>Планирование тренировки в избранном виде спорта или системе физических упражнений.</p> <p>Виды и методы контроля за эффективностью тренировочных занятий</p> <p>Требования спортивной классификации и правил соревнований по избранному виду спорта.</p>		
4	7	<p>Диагностика и самодиагностика организма на занятиях физическими упражнениями и спортом.</p> <p>Самоконтроль.</p> <p>Исследование и оценка физического развития.</p> <p>Исследование и оценка функционального состояния.</p> <p>Контроль за физической подготовленностью.</p>	12	<p>Домашнее задание письменно (конспект) Сообщение Презентация</p>
	8	<p>Профессионально-прикладная физическая подготовка.</p> <p>Требования к физической подготовленности трудящихся в различных сферах современного профессионального труда и тенденции их изменения.</p> <p>Задачи, средства и методические основы построения ППФП.</p> <p>Основные черты методики и</p>		

		формы построения занятий в ППФП.		
5	9	Общие понятия теории физической культуры. Физическая культура как вид культуры общества. Физическая культура как часть культуры личности Социальные функции физической культуры студенческой молодежи. Цель, задачи и формы организации физического воспитания. Комплексное совершенствование профессионально-прикладной физической подготовки.	8	Домашнее задание письменно (конспект)

10. Примерная тематика курсовых проектов (работ) не предусмотрена учебным планом

11. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

11.1 Основная литература

1. Барчуков, И.С. Физическая культура: учебник / И.С. Барчуков; под общ.ред. Н.Н. Маликова. – М.: Академия, 2012. – 528 с.

11.2 Дополнительная литература

1. Евсеев, Ю.И. Физическая культура: учеб.пособие / Ю.И. Евсеев. – Ростов н/Д.: Феникс, 2012. – 444 с.

2. Письменский, И.А. Физическая культура: учебник / И.А. Письменский, Ю.Н. Аллянов.— М.: Юрайт, 2016.— 493 с.: ил.

3. Татарова, С.Ю. Физическая культура как один из аспектов составляющих здоровый образ жизни студентов [Электронный ресурс]: учеб.пособие / С.Ю. Татарова, В.Б. Татаров. — Электрон.текст. дан. — М.: Научный консультант, 2017. — 211 с. — Режим доступа: www.e.lanbook.com.

4. Казантинова, Г.М. Физическая культура студента [Электронный ресурс]: учебник / Г.М. Казантинова, Т.А. Чарова, Л.Б. Андриющенко. — Электрон.текст. дан. — Волгоград: Волгоградский ГАУ, 2017. — 304 с. — Режим доступа: www.e.lanbook.com.

11.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

1. Пинчук Т. В., Скрынник О. В., Смелик М. Н. Физическая культура и спорт (элективная дисциплина): Методические указания по освоению дисциплины (модуля) для обучающихся по всем направлениям подготовки и специальности ФГБОУ ВПО Приморская ГСХА [Электронный ресурс]:/ сост. Т.В.Пинчук, О. В. Скрынник, М. Н. Смелик; ФГБОУ ВПО Приморская ГСХА.- Электрон.текст. дан.- Уссурийск: ФГБОУ ВПО Приморская ГСХА, 2015. Режим доступа: www.de.primacad.ru
2. Пинчук Т. В. Комплексы физических упражнений для студентов с отклонениями в состоянии здоровья. Методические указания для обучающихся по всем направлениям подготовки и специальности ФГБОУ ВПО Приморская ГСХА [Электронный ресурс]:/ сост. Т.В.Пинчук; ФГБОУ ВПО Приморская ГСХА.- Электрон.текст. дан.- Уссурийск: ФГБОУ ВПО Приморская ГСХА, 2015.- 114 с. Режим доступа: www.de.primacad.ru
3. Смелик М. Н., Шакун Л. В., Пинчук Т. В. Оздоровительная общефизическая подготовка студента. Методические указания для обучающихся по всем направлениям подготовки и специальности ФГБОУ ВПО Приморская ГСХА [Электронный ресурс]:/ сост. М. Н. Смелик, Л. В. Шакун, Т.В.Пинчук; ФГБОУ ВПО Приморская ГСХА.- Электрон.текст. дан.- Уссурийск: ФГБОУ ВПО Приморская ГСХА, 2015.- 33 с. Режим доступа: www.de.primacad.ru
4. Скрынник О. В. Методика проведения занятий по баскетболу. Методические указания для обучающихся по всем направлениям подготовки и специальности ФГБОУ ВПО Приморская ГСХА [Электронный ресурс]:/ сост. О. В. Скрынник; ФГБОУ ВПО Приморская ГСХА.- Электрон.текст. дан.- Уссурийск: ФГБОУ ВПО Приморская ГСХА, 2015.- 45 с. Режим доступа: www.de.primacad.ru
5. Смелик М. Н., Шакун Л. В. Легкая атлетика. Методические указания для обучающихся по всем направлениям подготовки и специальности ФГБОУ ВПО Приморская ГСХА [Электронный ресурс]:/ сост. М. Н. Смелик, Л. В. Шакун; ФГБОУ ВПО Приморская ГСХА.- Электрон.текст. дан.- Уссурийск: ФГБОУ ВПО Приморская ГСХА, 2015.- 30 с. Режим доступа: www.de.primacad.ru
6. Устюжанина Т. В. Спортивная борьба и ее влияние на физическое состояние и здоровье человека. Методические указания для обучающихся по всем направлениям подготовки и специальности ФГБОУ ВПО Приморская ГСХА [Электронный ресурс]:/ сост. Т. В. Устюжанина; ФГБОУ ВПО Приморская ГСХА.- Электрон.текст. дан.- Уссурийск: ФГБОУ ВПО Приморская ГСХА, 2015.- 33 с. Режим доступа: www.de.primacad.ru

7. Скрынник О. В. Классификация видов легкой атлетики. Методические указания для обучающихся по всем направлениям подготовки и специальности ФГБОУ ВПО Приморская ГСХА [Электронный ресурс]:/ сост. О. В. Скрынник; ФГБОУ ВПО Приморская ГСХА.- Электрон.текст. дан.- Уссурийск: ФГБОУ ВПО Приморская ГСХА, 2015.- 36 с. Режим доступа: www.de.primacad.ru
8. Смелик М. Н., Скрынник О. В. Оздоровительный бег-основа общефизической подготовки студента. Методические указания для обучающихся по всем направлениям подготовки и специальности ФГБОУ ВПО Приморская ГСХА [Электронный ресурс]:/ сост. М. Н. Смелик, О. В. Скрынник; ФГБОУ ВПО Приморская ГСХА.- Электрон.текст. дан.- Уссурийск: ФГБОУ ВПО Приморская ГСХА, 2015.- 23 с. Режим доступа: www.de.primacad.ru
9. Скрынник О. В. Медицинские средства восстановления работоспособности занимающихся физической культурой и спортом. Методические указания для обучающихся по всем направлениям подготовки и специальности ФГБОУ ВПО Приморская ГСХА [Электронный ресурс]:/ сост. О. В. Скрынник; ФГБОУ ВПО Приморская ГСХА.- Электрон.текст. дан.- Уссурийск: ФГБОУ ВПО Приморская ГСХА, 2015.- 18 с. Режим доступа: www.de.primacad.ru
10. Егоркина Н. В., Устюжанина Т. В. Методика проведения аэробики и ее влияние на физическое состояние здоровья человека. Методические указания для обучающихся по всем направлениям подготовки и специальности ФГБОУ ВПО Приморская ГСХА [Электронный ресурс]:/ сост. Н. В. Егоркина, Т. В. Устюжанина; ФГБОУ ВПО Приморская ГСХА.- Электрон.текст. дан.- Уссурийск: ФГБОУ ВПО Приморская ГСХА, 2015.- 56 с. Режим доступа: www.de.primacad.ru

11.4 Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

Microsoft Windows 7 Профессиональная (SP1) (Лицензия 46290014 от 18.12.2009 г., постоянная); Антивирус Kaspersky Endpoint Security 2017 г. No лицензии: 1A5C-170927-234542-680-82

11.5 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» необходимых для освоения дисциплины (модуля)

1. Электронно-библиотечная система «Лань» <http://e.lanbook.com>
2. Научная электронная библиотека <http://elibrary.ru>

3. База данных журнала «Физкультура и спорт» <http://www.fismag.ru>
4. База данных журнала «Теория и методика физической культуры» <http://tmfk.kz/>
5. Договор №8-УТ/2016 от 08 апреля 2016 ФГБНУ ЦНСХБ (08.04.2016-07.04.2017)

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

Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельных работ	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельных работ
692519, Приморский край, г. Уссурийск, ул. Раздольная, д. 8а Ауд. 4 - лекционная. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа.	Комплект специальной учебной мебели (70 посадочных мест). Доска аудиторная меловая. Учебно-наглядные пособия. Мультимедийное оборудование переносного типа: проектор Epson EB-X72; экран Projecta 145×145 см на штативе; ноутбук 15,6" Lenovo B590.
692519, Приморский край, г. Уссурийск, ул. Раздольная, д. 8а Ауд. 3 – Лекционная. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа	Комплект специальной учебной мебели (70 посадочных мест). Доска аудиторная меловая. Учебно-наглядные пособия. Мультимедийное оборудование переносного типа: проектор Epson EB-X72; экран Projecta 145×145 см на штативе; ноутбук 15,6" Lenovo B590.

13. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) является отдельным документом.

14. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю).

1. Пинчук Т. В., Скрынник О. В., Смелик М. Н. Методические указания для выполнения самостоятельной работы обучающихся по всем направлениям подготовки и специальности ФГБОУ ВПО Приморская ГСХА [Электронный ресурс]:/ сост. Т.В.Пинчук, О. В. Скрынник, М. Н. Смелик; ФГБОУ ВПО Приморская ГСХА.- Электрон.текст. дан.- Уссурийск: ФГБОУ ВПО Приморская ГСХА, 2015. Режим доступа: www.de.primacad.ru

15. Особенности реализации дисциплины (модуля) для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и (или) инвалидов

15.1 Наличие соответствующих условий реализации дисциплины (модуля)

Для обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья на основании письменного заявления дисциплина (модуль) реализуется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья (далее - индивидуальных особенностей). Обеспечивается соблюдение следующих общих требований: использование специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования, предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего такому обучающемуся необходимую техническую помощь, обеспечение доступа в здания и помещения, где проходят занятия, другие условия, без которых невозможно или затруднено изучение дисциплины (модуля).

15.2 Обеспечение соблюдения общих требований

При реализации дисциплины (модуля) на основании письменного заявления обучающегося обеспечивается соблюдение следующих общих требований: проведение занятий для студентов-инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в одной аудитории совместно с обучающимися, не имеющими ограниченных возможностей здоровья, если это не создает трудностей для обучающихся; присутствие в аудитории ассистента (ассистентов), оказывающего(их) обучающимся необходимую техническую помощь с учетом их индивидуальных особенностей на основании письменного заявления; пользование необходимыми обучающимся техническими средствами с учетом их индивидуальных особенностей.

15.3 Доведение до сведения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в доступной для них форме всех локальных нормативных актов ФГБОУ ВО Приморская ГСХА по вопросам реализации данной образовательной программы

Локальные нормативные акты ФГБОУ ВО Приморская ГСХА по вопросам реализации данной образовательной программы доводятся до сведения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в доступной для них форме.

15.4 Реализация увеличения продолжительности прохождения промежуточной аттестации по отношению к установленной продолжительности для обучающегося с ограниченными возможностями здоровья

Форма проведения текущей и промежуточной аттестации по дисциплине для обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на

компьютере, в форме тестирования и т.п.). Продолжительность прохождения промежуточной аттестации по отношению к установленной продолжительности увеличивается по письменному заявлению обучающегося с ограниченными возможностями здоровья. Продолжительность подготовки обучающегося к ответу на зачете увеличивается не менее чем на 0,5 часа.

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

№ п/п	Дата изменений	Содержание изменений № приказа, дата	Основание изменений	Подпись/ расшифровка подписи
1	28.12.2017	Об актуализации ОПОП, учебных рабочих планах, рабочих программах дисциплин (модулей), программах практик в связи с внесением изменений в методическое обеспечение дисциплин согласно учебного плана. Внести изменения в пункт 11.5 в части заключения договора: Договор №19-УТ/2017 от 14 ноября 2017г. ФГБНУ ЦНСХБ 14.11.2017-14.11.2018	Решение Ученого совета ФГБОУ ВО Приморская ГСХА 28.12.2017 Протокол № 5 Заключение договора	 (подпись) Т. В. Пинчук  (подпись) Т. В. Пинчук

Дополнения и изменения одобрены на заседании кафедры Физического воспитания 25.12.2017 г. протокол № 4^А

Зав. кафедрой Т. 
(подпись)

Внесенные изменения утверждаю:
Декан института

«25» декабря 2017 г.

лесного и лесопаркового хозяйства



Приходько О.Ю.

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

№ п/п	Дата изменений	Содержание изменений № приказа, дата	Основание изменений	Подпись/ расшифровка подписи
2	2.11.2018	<p>1. Присоединить к кафедре «Философии и социально-гуманитарных дисциплин» кафедры «Физического воспитания» и «Иностранных языков».</p> <p>2. Заведование объединенной кафедрой «Философии и социально-гуманитарных дисциплин» возложить на Сахатского А.Г.</p> <p>3. Освободить и. о. заведующих кафедрами «Физического воспитания» Пинчук Т.В. и «Иностранных языков» Женевскую Е.В. от исполнения обязанностей.</p> <p>4. Передать дисциплины (модули) с кафедр «Физического воспитания» и «Иностранных языков» на кафедру «Философии и социально-гуманитарных дисциплин».</p> <p>5. Заместителям деканов по учебной работе Академии внести изменения в учебные планы.</p> <p>Приказ № 156-О от 02.11.2018 г.</p>	Приказ № 156-О от 02.11.2018 г.	 Сахатский А.Г.

Дополнения и изменения одобрены на заседании кафедры философии и социально-гуманитарных дисциплин 06.11.2018 г. протокол № 2^а

Зав. кафедрой



Сахатский А.Г.

Внесенные изменения утверждаю:

«06» ноября 2018 г.

Декан института лесного и лесопаркового хозяйства



Приходько О.Ю.

		электронным базам данных ООО «Национальный цифровой ресурс РУКОНТ» С «21» октября 2018г. по «21» октября 2019г.		
--	--	---	--	--

Дополнения и изменения одобрены на заседании кафедры философии и социально-гуманитарных дисциплин 20.12.2018 г. протокол № 4

Зав. кафедрой  Сахатский А.Г.

Внесенные изменения утверждаю: «20» декабря 2018 г.

Декан института лесного и лесопаркового хозяйства  Приходько О.Ю.