

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ**

**ГОСУДАРСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫСШЕГО
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДОНЕЦКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ЭКОНОМИКИ И ТОРГОВЛИ
ИМЕНИ МИХАИЛА ТУГАН-БАРАНОВСКОГО»**

КАФЕДРА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

УТВЕРЖДАЮ:



Первый проректор

Л.А. Омелянович

Л.А. Омелянович

08 / 2018 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Укрупненная группа направлений подготовки 13.00.00 «Электро и теплоэнергетика».

Направление подготовки 13.03.03 «Энергетическое машиностроение».

Профиль «Холодильные машины и установки».

Институт пищевых производств

Курс I-IV, очная форма обучения

Учебный год 2018-2019г.

2019-2020 г.

2020-2021г.

2021-2022г.

**Донецк
2018**

Рабочая программа «Физическая культура» для студентов
(название учебной дисциплины)
по направлению подготовки 13.03.03 «Энергетическое машиностроение»
профиль Холодильные машины и установки

Разработчики: А.П.Фёдоров, кандидат педагогических наук



Рабочая программа утверждена на заседании кафедры физического воспитания
Протокол от "11" июня 2018 года N 23
И.о. заведующего кафедрой



А.П. Федоров

СОГЛАСОВАНО

И.о. директора института института пищевых производств



(подпись)

Д. Гладкая

Дата "05" "08" 2018 года



Одобрено Учебно - методическим советом Университета

Протокол от "30" "08" 2018 года № рабочий

Председатель  Л.А.Омельянович

30.08.2018г.
(подпись)

© Фёдоров А.П., 2018 год

© ГО ВПО «Донецкий национальный университет экономики и торговли имени Михаила Туган-Барановского», 2018 год

1.1 Описание учебной дисциплины

Наименование показателей	Укрупненная группа, направление подготовки (профиль, магистерская программа), специальности, программа высшего профессионального образования	Характеристика учебной дисциплины очная форма обучения
Количество зачетных единиц	Укрупненная группа 13.00.00 «Электро и теплоэнергетика». Направление подготовки 13.03.03 «Энергетическое машиностроение».	Вариативная
Модулей - 1	Профиль: «Холодильные машины и установки».	Год подготовки:
Смысловых модулей - 4		1-й
Индивидуальные научно-исследовательские задания (название)		Семестр
Общее количество часов – 72		1-й
Количество часов в неделю для очной формы обучения: аудиторных - 4 самостоятельной работы студента -	Программа высшего профессионального образования <u>Бакалавриат</u>	Лекции
		час.
		Практические, семинарские
		72 часа
		Лабораторные
		час.
		Самостоятельная работа
час.		
Индивидуальные задания:		
час.		
Вид контроля: зачет		

1.2 Описание учебной дисциплины

Наименование показателей	Укрупненная группа, направление подготовки (профиль, магистерская программа), специальности, программа высшего профессионального образования	Характеристика учебной дисциплины
		очная форма обучения
Количество зачетных единиц	Укрупненная группа 13.00.00 «Электро и теплоэнергетика». Направление подготовки 13.03.03 «Энергетическое машиностроение».	Вариативная
Модулей - 1	Профиль: «Холодильные машины и установки».	Год подготовки:
Смысловых модулей - 4		1-й
Индивидуальные научно-исследовательские задания (название)		Семестр
Общее количество часов – 72		2-й
Количество часов в неделю для очной формы обучения: аудиторных - 4 самостоятельной работы студента -	Программа высшего профессионального образования <u>Бакалавриат</u>	Лекции
		час.
		Практические, семинарские
		72 часа
		Лабораторные
		час.
Самостоятельная работа		
час.		
Индивидуальные задания:		
час.		
Вид контроля: зачет		

1.3 Описание учебной дисциплины

Наименование показателей	Укрупненная группа, направление подготовки (профиль, магистерская программа), специальности, программа высшего профессионального образования	Характеристика учебной дисциплины
		очная форма обучения
Количество зачетных единиц -	Укрупненная группа 13.00.00 «Электро и теплоэнергетика».	Вариативная
	Направление подготовки 13.03.03 «Энергетическое машиностроение».	
Модулей - 1	Профиль: «Холодильные машины и установки».	Год подготовки:
Смысловых модулей - 4		2-й
Индивидуальные научно-исследовательские задания (название)		Семестр
Общее количество часов – 72		3-й
Количество часов в неделю для очной формы обучения: аудиторных - 4 самостоятельной работы студента -	Программа высшего профессионального образования <u>Бакалавриат</u>	Лекции
		час.
		Практические, семинарские
		72 часа
		Лабораторные
		час.
		Самостоятельная работа
час.		
Индивидуальные задания:		
час.		
Вид контроля: зачет		

1.4 Описание учебной дисциплины

Наименование показателей	Укрупненная группа, направление подготовки (профиль, магистерская программа), специальности, программа высшего профессионального образования	Характеристика учебной дисциплины
		очная форма обучения
Количество зачетных единиц -	Укрупненная группа 13.00.00 «Электро и теплоэнергетика». Направление подготовки 13.03.03 «Энергетическое машиностроение».	Вариативная
Модулей - 1	Профиль: «Холодильные машины и установки».	Год подготовки:
Смысловых модулей - 4		2-й
Индивидуальные научно-исследовательские задания (название)		Семестр
Общее количество часов – 72		4-й
Количество часов в неделю для очной формы обучения: аудиторных - 4 самостоятельной работы студента -	Программа высшего профессионального образования <u>Бакалавриат</u>	Лекции
		час.
		Практические, семинарские
		72 часа
		Лабораторные
		час.
		Самостоятельная работа
час.		
Индивидуальные задания:		
час.		
Вид контроля: зачет		

1.5 Описание учебной дисциплины

Наименование показателей	Укрупненная группа, направление подготовки (профиль, магистерская программа), специальности, программа высшего профессионального образования	Характеристика учебной дисциплины
		очная форма обучения
Количество зачетных единиц -	Укрупненная группа 13.00.00 «Электро и теплоэнергетика». Направление подготовки 13.03.03 «Энергетическое машиностроение».	Вариативная
Модулей - 1	Профиль: «Холодильные машины и установки».	Год подготовки:
Смысловых модулей - 4		3-й
Индивидуальные научно-исследовательские задания (название)		Семестр
Общее количество часов – 72		5-й
Количество часов в неделю для очной формы обучения: аудиторных - 4 самостоятельной работы студента -	Программа высшего профессионального образования <u>Бакалавриат</u>	Лекции
		час.
		Практические, семинарские
		72 часа
		Лабораторные
		час.
Самостоятельная работа		
час.		
Индивидуальные задания:		
час.		
Вид контроля: зачет		

1.6 Описание учебной дисциплины

Наименование показателей	Укрупненная группа, направление подготовки (профиль, магистерская программа), специальности, программа высшего профессионального образования	Характеристика учебной дисциплины
		очная форма обучения
Количество зачетных единиц -	Укрупненная группа 13.00.00 «Электро и теплоэнергетика». Направление подготовки 13.03.03 «Энергетическое машиностроение».	Вариативная
Модулей - 1	Профиль: «Холодильные машины и установки».	Год подготовки:
Смысловых модулей - 4		3-й
Индивидуальные научно-исследовательские задания (название)		Семестр
Общее количество часов – 36		6-й
Количество часов в неделю для очной формы обучения: аудиторных - 2 самостоятельной работы студента -	Программа высшего профессионального образования <u>Бакалавриат</u>	Лекции
		час.
		Практические, семинарские
		36 часа
		Лабораторные
		час.
Самостоятельная работа		
час.		
Индивидуальные задания:		
час.		
Вид контроля: зачет		

1.7 Описание учебной дисциплины

Наименование показателей	Укрупненная группа, направление подготовки (профиль, магистерская программа), специальности, программа высшего профессионального образования	Характеристика учебной дисциплины
		очная форма обучения
Количество зачетных единиц -	Укрупненная группа 13.00.00 «Электро и теплоэнергетика».	Вариативная
	Направление подготовки 13.03.03 «Энергетическое машиностроение».	
Модулей - 1	Профиль: «Холодильные машины и установки».	Год подготовки:
Смысловых модулей - 4		4-й
Индивидуальные научно-исследовательские задания (название)		Семестр
Общее количество часов – 36		7-й
Количество часов в неделю для очной формы обучения: аудиторных - 2 самостоятельной работы студента -	Программа высшего профессионального образования <u>Бакалавриат</u>	Лекции
		час.
		Практические, семинарские
		36 часа
		Лабораторные
		час.
Самостоятельная работа		
час.		
Индивидуальные задания:		
час.		
Вид контроля: зачет		

2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель дисциплины «Физическая культура» – последовательное формирование физической культуры будущего квалифицированного специалиста, воспитание здорового, всесторонне развитого, совершенного человека. Использование приобретенных ценностей физической культуры в личной, гражданской, профессиональной деятельности и семье, воспитание физически совершенных и здоровых людей, всесторонне физически подготовленных к труду, что обеспечивает оптимальное приспособление к условиям жизни.

Задачи: Формирование системы знаний по физической культуре и здоровому образу жизни, необходимых в процессе жизнедеятельности. Сохранение здоровья, содействие правильному формированию и всестороннему развитию организма, профилактика заболеваний, обеспечение высокого уровня физического состояния и трудоспособности. Приобретение теоретических знаний, умений, навыков в области физической культуры.

3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП ВПО

Дисциплина Б.1.В.33. «Физическая культура» представляет собой самостоятельную дисциплину, выступающую составной частью программы высшего профессионального образования по направлению подготовки 13.03.03 «Энергетическое машиностроение» и относится к вариативной части учебного плана подготовки бакалавров.

4. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

В результате освоения учебной дисциплины студент должен обладать следующими общекультурными компетенциями (ОК):

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

В результате изучения учебной дисциплины студент должен:

знать: - основы здорового образа жизни;

- основы организации и методики наиболее эффективных видов и форм рациональной двигательной деятельности и умения использовать их на практике в своей физической активности;

- основы методики оздоровления и физического совершенствования традиционными и нетрадиционными способами и методами физической культуры;

- основы профессионально-прикладной физической подготовки и умение применять их на практике;

- основы физического воспитания различных слоёв населения;

- главные ценности физической культуры и спорта.

уметь: - использовать в своей практической деятельности приобретённые знания основных теоретических положений по физическому воспитанию;

- развивать общие физические качества с помощью разновидностей упражнений легкой атлетики (бег, прыжки, метания, и др.);

- выполнять тактико-технические приёмы по выбранному виду спорта и иметь навыки судейства (баскетбол, волейбол, футбол, настольный теннис, аэробика, шахматы);

- выполнять базовые комплексы оздоровительного фитнеса и основные акробатические и гимнастические элементы, которые относятся к разновидностям гимнастики;

- планировать физическую нагрузку и осуществлять самоконтроль физического состояния при выполнении силовых упражнений и упражнений с отягощениями;

- использовать комплексы физических упражнений для повышения эффективности труда с учетом особенностей прикладно-профессиональной специализированной деятельности.

владеть: - базой знаний в области физической культуры и спорта;

- культурой здоровья, способностью анализа физического состояния своего организма;

- основами методики разработки средств, которые развивают физические качества;

- навыками достаточными для формирования комплексов упражнений, которые решают конкретные задачи;

- умениями эффективного использования знаний в повседневной и профессиональной деятельности;

- навыками самостоятельной работы (критической оценкой качества своего здоровья и физической подготовки).

5. Программа учебной дисциплины 1 курс I семестр

Смысловой модуль 1 Легкая атлетика

Тема 1. Специально-подготовительные упражнения легкой атлетики.

Тема 2. Развитие специальной выносливости средствами легкой атлетики. Сдача контрольных нормативов.

Смысловой модуль 2 Легкая атлетика

Тема 1. Развитие скоростно-силовых качеств, формирование сложно-координационных способностей.

Тема 2. Развитие физических качеств средствами легкой атлетики. Сдача контрольных нормативов.

Смысловой модуль 3 Основы занятий в избранном виде спорта

Тема 1. Комплексы специально-подготовительных упражнений в спортивных играх.

Тема 2. Ознакомление с основами техники и тактики избранного вида спорта. (футбол, волейбол, баскетбол, настольный теннис, и др.). Сдача контрольных нормативов.

Смысловой модуль 4 Основы занятий в избранном виде спорта

Тема 1. Ознакомление с основами технических приемов в избранном виде спорта.

Тема 2. Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.

II семестр

Смысловой модуль 1 Основы занятий в избранном виде спорта

Тема 1. Основы техники и тактики избранного вида спорта.

Тема 2. Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.

Смысловой модуль 2 Основы занятий в избранном виде спорта

Тема 1. Ознакомление с основами тактических перемещений в избранном виде спорта.

Тема 2. Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.

Смысловой модуль 3 Легкая атлетика

Тема 1. Оздоровительные системы легкоатлетических упражнений.

Тема 2. Ознакомление с техникой бега на короткие и средние дистанции. Сдача контрольных нормативов.

Смысловой модуль 4 Легкая атлетика

Тема 1. Особенности тренировки в видах легкой атлетики.

Тема 2. Развитие специальных качеств средствами легкой атлетики. Сдача контрольных нормативов.

Уровень

А) Предыдущие условия: Студент должен иметь необходимый начальный уровень физической подготовленности и валеологической культуры, двигательные навыки в избранном виде спорта.

I семестр

Смысловой модуль 1 Легкая атлетика

Тема 1. Упражнение общего развития и специально-подготовительные упражнения для беговой подготовки.

Тема 2. Развитие общих физических качеств необходимых для обеспечения здоровья и оптимальных условий обучения. Сдача контрольных нормативов.

Смысловой модуль 2 Легкая атлетика

Тема 1. Развитие скоростно-силовых качеств, формирование сложно-координационных способностей.

Тема 2. Развитие физических качеств средствами легкой атлетики. Сдача контрольных нормативов.

Смысловой модуль 3 Основы занятий в избранном виде спорта

Тема 1. Упражнения общего развития и специально-подготовительные упражнения.

Тема 2. Ознакомление с основами техники и тактики избранного вида спорта. (футбол, волейбол, баскетбол, настольный теннис, и др.). Сдача контрольных нормативов.

Смысловой модуль 4 Основы занятий в избранном виде спорта

Тема 1. Ознакомление с основами технических приемов в избранном виде спорта.

Тема 2. Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.

II семестр

Смысловой модуль 1 Основы занятий в избранном виде спорта

Тема 1. Основы техники и тактики избранного вида спорта.

Тема 2. Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.

Смысловой модуль 2 Основы занятий в избранном виде спорта

Тема 1. Ознакомление с основами тактических перемещений в избранном виде спорта.

Тема 2. Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.

Смысловой модуль 3 Легкая атлетика

Тема 1. Оздоровительные аспекты выполнения легкоатлетических упражнений.

Тема 2. Ознакомление с техникой бега на короткие и средние дистанции. Сдача контрольных нормативов.

Смысловой модуль 4 Легкая атлетика

Тема 1. Особенности тренировки в видах легкой атлетики.

Тема 2. Развитие физических качеств средствами легкой атлетики. Сдача контрольных нормативов.

Уровень

А) Предуходящие условия: Студент должен иметь необходимый начальный уровень физической подготовленности и валеологической культуры, двигательные навыки в избранном виде спорта.

5.1 Структура учебной дисциплины 1 курс

Название смысловых модулей и тем	Количество часов					
	очная форма обучения					
	всего	в том числе				
л		п	лаб.	Инд.	СРС	
1	2	3	4	5	6	7
Семестр I						
Смысловой модуль 1. Легкая атлетика						
Тема 1. Упражнение общего развития и спец. упражнения беговой подготовки.	8		8			
Тема 2. Развитие общих физических качеств необходимых для обеспечения здоровья и оптимальных условий обучения. Сдача контрольных нормативов.	10		10			
Итого по смысловому модулю 1	18		18			
Смысловой модуль 2. Легкая атлетика						
Тема 1. Развитие скоростно-силовых качеств, формирование сложно-координационных способностей.	8		8			
Тема 2. Развитие физических качеств средствами легкой атлетики. Сдача контрольных нормативов.	10		10			
Итого по смысловому модулю 2	18		18			

Смысловой модуль 3. Основы занятий в избранном виде спорта						
Тема 1. Упражнения общего развития и специально-подготовительные упражнения.	8		8			
Тема 2. Ознакомление с основами техники и тактики избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.	10		10			
Итого по смысловому модулю 3	18		18			
Смысловой модуль 4. Основы занятий в избранном виде спорта						
Тема 1. Ознакомление с основами технических приемов в избранном виде спорта.	8		8			
Тема 2. Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.	10		10			
Итого по смысловому модулю 4	18		18			
Итого за I семестр	72		72			

6.1 Темы семинарских занятий

№	Название темы	Количество часов
1	Не запланированы	

7.1 Темы практических занятий 1 курс

№	Название темы	Количество часов
1	Упражнение общего развития и специально-подготовительные упражнения беговой подготовки.	8
2	Развитие общих физических качеств необходимых для обеспечения здоровья и оптимальных условий обучения. Развитие выносливости. Сдача контрольных нормативов.	10
1	Развитие скоростно-силовых качеств, формирование сложно-координационных способностей.	8
2	Развитие физических качеств средствами легкой атлетики. Сдача контрольных нормативов.	10
1	Упражнения общего развития и специально-подготовительные упражнения.	8
2	Ознакомление с основами техники и тактики избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.	10
1	Ознакомление с основами технических приемов в избранном виде спорта.	8
2	Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.	10
	Всего	72

8.1 Темы лабораторных занятий

№	Название темы	Количество часов
1	Не запланированы	

9.1 Самостоятельная работа 1 курс

№	Название темы	Количество часов
1	Не запланированы	

5.2 Структура учебной дисциплины 1 курс

Название смысловых модулей и тем	Количество часов					
	очная форма обучения					
	всего	в том числе				
		л	п	лаб.	Инд.	СРС
1	2	3	4	5	6	7
Семестр II						
Смысловой модуль 1. Основы занятий в избранном виде спорта						
Тема 1. Основы техники и тактики избранного вида спорта.	8		8			
Тема 2. Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.	10		10			
Итого по смысловому модулю 1	18		18			
Смысловой модуль 2. Основы занятий в избранном виде спорта						
Тема 1. Ознакомление с основами тактико-технических перемещений в избранном виде спорта.	8		8			
Тема 2. Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.	10		10			
Итого по смысловому модулю 2	18		18			
Смысловой модуль 3. Легкая атлетика						
Тема 1. Оздоровительные аспекты выполнения легкоатлетических упражнений.	8		8			
Тема 2. Ознакомление с техникой бега на короткие и средние дистанции. Сдача контрольных нормативов.	10		10			
Итого по смысловому модулю 3	18		18			
Смысловой модуль 4. Легкая атлетика						
Тема 1. Особенности тренировки в видах	8		8			

легкой атлетики.						
Тема 2. Развитие физических качеств средствами легкой атлетики. Сдача контрольных нормативов.	10		10			
Итого по смысловому модулю 4	18		18			
Итого за II семестр	72		72			

6.2 Темы семинарских занятий

№	Название темы	Количество часов
1	Не запланированы	

7.2 Темы практических занятий 1 курс

N з/п	Название темы	Количество часов
1	Основы техники и тактики избранного вида спорта.	8
2	Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.	10
1	Ознакомление с основами тактико-технических перемещений в избранном виде спорта.	8
2	Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.	10
1	Оздоровительные аспекты выполнения легкоатлетических упражнений. Основы методики закаливания.	8
2	Ознакомление с техникой бега на короткие и средние дистанции. Сдача контрольных нормативов.	10
1	Особенности тренировки в видах легкой атлетики.	8
2	Развитие физических качеств средствами легкой атлетики. Сдача контрольных нормативов.	10
	Всего	72

8.2 Темы лабораторных занятий

№	Название темы	Количество часов
1	Не запланированы	

9.2 Самостоятельная работа 1 курс

№	Название темы	Количество часов
1	Не запланированы	

4. Программа учебной дисциплины 2 курс

III семестр

Смысловый модуль 1 Легкая атлетика

Тема 1. Упражнения общего развития и специальные легкоатлетические упражнения.

Тема 2. Совершенствование техники бега на короткие и средние дистанции. Сдача контрольных нормативов.

Смысловый модуль 2 Легкая атлетика

Тема 1. Ознакомление с техникой эстафетного бега и кроссового бега.

Тема 2. Развитие физических качеств средствами легкой атлетики. Сдача контрольных нормативов.

Смысловый модуль 3 Основы занятий в избранном виде спорта

Тема 1. Специально-подготовительные упражнения в избранном виде спорта.

Тема 2. Основы техники и тактики избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.

Смысловый модуль 4 Основы занятий в избранном виде спорта

Тема 1. Развитие основ тактико-технических приемов избранного вида спорта.

Тема 2. Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.

IV семестр

Смысловый модуль 1 Основы занятий в избранном виде спорта

Тема 1. Совершенствование техники избранного вида спорта.

Тема 2. Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.

Смысловый модуль 2 Основы занятий в избранном виде спорта

Тема 1. Совершенствование основ тактических приемов в избранном виде спорта.

Тема 2. Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.

Смысловый модуль 3 Легкая атлетика

Тема 1. Технические аспекты выполнения легкоатлетических упражнений.

Тема 2. Совершенствование техники эстафетного бега и кроссового бега. Сдача контрольных нормативов.

Смысловый модуль 4 Легкая атлетика

Тема 1. Особенности техники прыжков в легкой атлетике.

Тема 2. Развитие физических качеств средствами легкой атлетики. Сдача контрольных нормативов.

Уровень

А) Предыдущие условия: Студент должен иметь необходимый начальный уровень физической подготовленности и валеологической культуры, двигательные навыки в избранном виде спорта.

5.3 Структура учебной дисциплины 2 курс

Название смысловых модулей и тем	Количество часов					
	очная форма обучения					
	всего	в том числе				
		л	п	лаб.	Инд.	СРС
1	2	3	4	5	6	7
Семестр III						
Смысловый модуль 1. Легкая атлетика						
Тема 1. Упражнения общего развития и специальные легкоатлетические упражнения.	8		8			
Тема 2. Совершенствование техники бега на короткие и средние дистанции. Сдача контрольных нормативов.	10		10			
Итого по смысловому модулю 1	18		18			
Смысловый модуль 2. Легкая атлетика						
Тема 1. Ознакомление с техникой эстафетного бега и кроссового бега.	8		8			
Тема 2. Развитие физических качеств средствами легкой атлетики. Сдача контрольных нормативов.	10		10			
Итого по смысловому модулю 2	18		18			
Смысловый модуль 3. Основы занятий в избранном виде спорта						
Тема 1. Специально-подготовительные упражнения в избранном виде спорта.	8		8			
Тема 2. Основы техники и тактики избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.	10		10			
Итого по смысловому модулю 3	18		18			
Смысловый модуль 4. Основы занятий в избранном виде спорта						
Тема 1. Развитие основ тактико-технических приемов избранного вида спорта.	8		8			
Тема 2. Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.	10		10			
Итого по смысловому модулю 4	18		18			
Итого за III семестр	72		72			

6.3 Темы семинарских занятий

№	Название темы	Количество часов
1	Не запланированы	

7.3 Темы практических занятий 2 курс

№ з/п	Название темы	Количество часов
1	Упражнения общего развития и специальные легкоатлетические упражнения.	8
2	Совершенствование техники бега на короткие и средние дистанции. Сдача контрольных нормативов.	10
1	Ознакомление с техникой эстафетного бега и кроссового бега.	8
2	Развитие физических качеств средствами легкой атлетики. Сдача контрольных нормативов.	10
1	Специально-подготовительные упражнения в избранном виде спорта.	8
2	Основы техники и тактики избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.	10
1	Развитие основ тактико-технических приемов избранного вида спорта.	8
2	Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.	10
	Всего	72

8.3 Темы лабораторных занятий

№	Название темы	Количество часов
1	Не запланированы	

9.3 Самостоятельная работа 2 курс

№	Название темы	Количество часов
1	Не запланированы	

5.4 Структура учебной дисциплины 2 курс

Название смысловых модулей и тем	Количество часов					
	очная форма обучения					
	всего	в том числе				
		л	п	лаб.	Инд.	СРС
1	2	3	4	5	6	7
Семестр IV						
Смысловой модуль 1. Основы занятий в избранном виде спорта						
Тема 1. Совершенствование техники	8		8			

избранного вида спорта.						
Тема 2. Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.	10		10			
Итого по смысловому модулю 1	18		18			
Смысловой модуль 2. Основы занятий в избранном виде спорта						
Тема 1. Совершенствование основ тактических приемов в избранном виде спорта.	8		8			
Тема 2. Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.	10		10			
Итого по смысловому модулю 2	18		18			
Смысловой модуль 3. Легкая атлетика						
Тема 1. Технические аспекты выполнения легкоатлетических упражнений.	8		8			
Тема 2. Совершенствование техники эстафетного бега и кроссового бега. Сдача контрольных нормативов.	10		10			
Итого по смысловому модулю 3	18		18			
Смысловой модуль 4. Легкая атлетика						
Тема 1. Особенности техники прыжков в легкой атлетике.	8		8			
Тема 2. Развитие физических качеств средствами легкой атлетики. Сдача контрольных нормативов.	10		10			
Итого по смысловому модулю 4	18		18			
Итого за IV семестр	72		72			

6.4 Темы семинарских занятий

№	Название темы	Количество часов
1	Не запланированы	

7.4 Темы практических занятий 2 курс

№	Название темы	Количество часов
1	Совершенствование техники избранного вида спорта.	8
2	Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта.	10

	Сдача контрольных нормативов.	
1	Совершенствование основ тактических приемов в избранном виде спорта.	8
2	Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.	10
1	Технические аспекты выполнения легкоатлетических упражнений.	8
2	Совершенствование техники эстафетного бега и кроссового бега. Сдача контрольных нормативов.	10
1	Особенности техники прыжков в легкой атлетике.	8
2	Развитие физических качеств средствами легкой атлетики. Сдача контрольных нормативов.	10
	Всего	72

8.4 Темы лабораторных занятий

№	Название темы	Количество часов
1	Не запланированы	

9.4 Самостоятельная работа 2 курс

№	Название темы	Количество часов
1	Не запланированы	

4. Программа учебной дисциплины 3 курс

У семестр

Смысловой модуль 1 Легкая атлетика

Тема 1. Упражнение общего развития и специально-подготовительные легкоатлетические упражнения.

Тема 2. Техника видов легкой атлетики. Совершенствование техники легкоатлетических прыжков. Сдача контрольных нормативов.

Смысловой модуль 2 Легкая атлетика

Тема 1. Развитие скоростно-силовых качеств, формирование сложно-координационных способностей. Особенности кроссовой подготовки.

Тема 2. Развитие физических качеств средствами легкой атлетики. Сдача контрольных нормативов.

Смысловой модуль 3 Основы занятий в избранном виде спорта

Тема 1. Специально-подготовительные упражнения избранного вида спорта.

Тема 2. Совершенствование техники избранного вида спорта. (футбол, волейбол, баскетбол, настольный теннис, и др.). Сдача контрольных нормативов.

Смысловой модуль 4 Основы занятий в избранном виде спорта

Тема 1. Совершенствование тактического мастерства избранного вида спорта.

Тема 2. Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.

VI семестр

Смысловой модуль 1 Основы занятий в избранном виде спорта

Тема 1. Совершенствование техники избранного вида спорта.

Тема 2. Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта.

Сдача контрольных нормативов.

Смысловой модуль 2 Основы занятий в избранном виде спорта

Тема 1. Совершенствование тактического мастерства избранного вида спорта.

Тема 2. Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта.

Сдача контрольных нормативов.

Смысловой модуль 3 Легкая атлетика

Тема 1. Оздоровительные аспекты выполнения ходьбы и бега.

Тема 2. Совершенствование техники бега на короткие и средние дистанции.

Сдача контрольных нормативов.

Смысловой модуль 4 Легкая атлетика

Тема 1. Совершенствование техники специальных беговых и прыжковых упражнений.

Тема 2. Развитие физических качеств средствами легкой атлетики. Сдача контрольных нормативов.

Уровень

А) Предыдущие условия: Студент должен иметь необходимый начальный уровень физической подготовленности и валеологической культуры, двигательные навыки в избранном виде спорта.

5.5 Структура учебной дисциплины 3 курс

Название смысловых модулей и тем	Количество часов					
	очная форма обучения					
	всего	в том числе				
		л	п	лаб.	Инд.	СРС
1	2	3	4	5	6	7
Семестр V						
Смысловой модуль 1. Легкая атлетика						
Тема 1. Упражнение общего развития и специально-подготовительные легкоатлетические упражнения.	8		8			
Тема 2. Техника видов легкой атлетики. Совершенствование техники легкоатлетических прыжков. Сдача контрольных нормативов.	10		10			
Итого по смысловому модулю 1	18		18			
Смысловой модуль 2. Легкая атлетика						

<i>Тема 1. Развитие скоростно-силовых качеств, формирование сложно-координационных способностей. Особенности кроссовой подготовки.</i>	8		8			
<i>Тема 2. Развитие физических качеств средствами легкой атлетики. Сдача контрольных нормативов.</i>	10		10			
<i>Итого по смысловому модулю 2</i>	18		18			
<i>Смысловый модуль 3. Основы занятий в избранном виде спорта</i>						
<i>Тема 1. Специально-подготовительные упражнения избранного вида спорта.</i>	8		8			
<i>Тема 2. Совершенствование техники избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.</i>	10		10			
<i>Итого по смысловому модулю 3</i>	18		18			
<i>Смысловый модуль 4. Основы занятий в избранном виде спорта</i>						
<i>Тема 1. Совершенствование тактического мастерства избранного вида спорта.</i>	8		8			
<i>Тема 2. Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.</i>	10		10			
<i>Итого по смысловому модулю 4</i>	18		18			
<i>Итого за V семестр</i>	72		72			

6.5 Темы семинарских занятий

№	Название темы	Количество часов
1	Не запланированы	

7.5 Темы практических занятий 3 курс

N з/п	Название темы	Количество часов
1	Упражнение общего развития и специально-подготовительные легкоатлетические упражнения.	8
2	Техника видов легкой атлетики. Совершенствование техники легкоатлетических прыжков. Сдача контрольных нормативов.	10
1	Развитие скоростно-силовых качеств, формирование сложно-координационных способностей. Особенности кроссовой подготовки.	8
2	Развитие физических качеств средствами легкой атлетики. Сдача контрольных нормативов.	10
1	Специально-подготовительные упражнения избранного вида спорта.	8

2	Совершенствование техники избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.	10
1	Совершенствование тактического мастерства избранного вида спорта.	8
2	Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.	10
	Всего	72

8.5 Темы лабораторных занятий

№	Название темы	Количество часов
1	Не запланированы	

9.5 Самостоятельная работа 3 курс

№	Название темы	Количество часов
1	Не запланированы	

5.6 Структура учебной дисциплины 3 курс

Название смысловых модулей и тем	Количество часов					
	очная форма обучения					
	всего	в том числе				
		л	п	лаб.	Инд.	СРС
1	2	3	4	5	6	7
Семестр VI						
Смысловой модуль 1. Основы занятий в избранном виде спорта						
Тема 1. Совершенствование техники избранного вида спорта.	4		4			
Тема 2. Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.	5		5			
Итого по смысловому модулю 1	9		9			
Смысловой модуль 2. Основы занятий в избранном виде спорта						
Тема 1. Совершенствование тактического мастерства избранного вида спорта.	4		4			
Тема 2. Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.	5		5			
Итого по смысловому модулю 2	9		9			
Смысловой модуль 3. Легкая атлетика						
Тема 1. Оздоровительные аспекты выполнения ходьбы и бега.	4		4			

Тема 2. Совершенствование техники бега на короткие и средние дистанции. Сдача контрольных нормативов.	5		5			
Итого по смысловому модулю 3	9		9			
Смысловый модуль 4. Легкая атлетика						
Тема 1. Совершенствование техники специальных беговых и прыжковых упражнений.	4		4			
Тема 2. Развитие физических качеств средствами легкой атлетики. Сдача контрольных нормативов.	5		5			
Итого по смысловому модулю 4	9		9			
Итого за VI семестр	36		36			

6.6 Темы семинарских занятий

№	Название темы	Количество часов
1	Не запланированы	

7.6 Темы практических занятий 3 курс

N з/п	Название темы	Количество часов
1	Совершенствование техники избранного вида спорта.	4
2	Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.	5
1	Совершенствование тактического мастерства избранного вида спорта.	4
2	Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.	4
1	Совершенствование техники специальных беговых и прыжковых упражнений.	4
2	Совершенствование техники бега на короткие и средние дистанции. Сдача контрольных нормативов.	5
1	Совершенствование техники специальных беговых и прыжковых упражнений.	4
2	Развитие физических качеств средствами легкой атлетики. Сдача контрольных нормативов.	5
	Всего	36

8.6 Темы лабораторных занятий

№	Название темы	Количество часов
1	Не запланированы	

9.6 Самостоятельная работа 3 курс

№	Название темы	Количество часов
1	Не запланированы	

4. Программа учебной дисциплины 4 курс VII семестр

Смысловой модуль 1 Легкая атлетика

Тема 1. Совершенствование техники бега в природных условиях.

Тема 2. Развитие скоростно-силовых качеств. Дальнейшее развитие выносливости. Особенности кроссовой подготовки. Сдача контрольных нормативов.

Смысловой модуль 2 Легкая атлетика

Тема 1. Развитие скоростно-силовых качеств, формирование сложно-координационных способностей. Дальнейшее развитие выносливости.

Тема 2. Развитие физических качеств средствами легкой атлетики. Сдача контрольных нормативов.

Смысловой модуль 3 Основы занятий в избранном виде спорта

Тема 1. Совершенствование техники специально-подготовительных упражнений избранного вида спорта.

Тема 2. Совершенствование техники и тактики избранного вида спорта. (футбол, волейбол, баскетбол, настольный теннис, и др.). Сдача контрольных нормативов.

Смысловой модуль 4 Основы занятий в избранном виде спорта

Тема 1. Совершенствование тактико-технического мастерства избранного вида спорта.

Тема 2. Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.

Уровень

А) Предыдущие условия: Студент должен иметь необходимый начальный уровень физической подготовленности и валеологической культуры, двигательные навыки в избранном виде спорта.

5.7 Структура учебной дисциплины 4 курс

Название смысловых модулей и тем	Количество часов					
	очная форма обучения					
	всего	в том числе				
		л	п	лаб.	Инд.	СРС
1	2	3	4	5	6	7
Семестр VII						
Смысловой модуль 1. Легкая атлетика						
Тема 1. Совершенствование техники бега в природных условиях.	4		4			
Тема 2. Развитие скоростно-силовых качеств. Дальнейшее развитие выносливости. Особенности кроссовой подготовки. Сдача контрольных нормативов.	5		5			
Итого по смысловому модулю 1	9		9			
Смысловой модуль 2. Легкая атлетика						
Тема 1. Развитие скоростно-силовых качеств, формирование сложно-координационных способностей. Дальнейшее развитие выносливости.	4		4			
Тема 2. Развитие физических качеств средствами легкой атлетики. Сдача контрольных нормативов.	5		5			
Итого по смысловому модулю 2	9		9			
Смысловой модуль 3. Основы занятий в избранном виде спорта						
Тема 1. Совершенствование техники специальных упражнений избранного вида спорта.	4		4			
Тема 2. Совершенствование техники и тактики избранного вида спорта. (футбол, волейбол, баскетбол, настольный теннис, и др.). Сдача контрольных нормативов.	5		5			
Итого по смысловому модулю 3	9		9			
Смысловой модуль 4. Основы занятий в избранном виде спорта						
Тема 1. Совершенствование тактико-технического мастерства избранного вида спорта.	4		4			
Тема 2. Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.	5		5			
Итого по смысловому модулю 4	9		9			
Итого за VII семестр	36		36			

6.7 Темы семинарских занятий

№	Название темы	Количество часов
1	Не запланированы	

7.7 Темы практических занятий 4 курс

N	Название темы	Количество часов
1	Совершенствование техники бега в природных условиях.	4
2	Развитие скоростно-силовых качеств. Дальнейшее развитие выносливости. Особенности кроссовой подготовки. Сдача контрольных нормативов.	5
1	Развитие скоростно-силовых качеств, формирование сложно-координационных способностей. Дальнейшее развитие выносливости.	4
2	Развитие физических качеств средствами легкой атлетики. Сдача контрольных нормативов.	5
1	Совершенствование техники специальных упражнений избранного вида спорта.	4
2	Совершенствование техники и тактики избранного вида спорта. (футбол, волейбол, баскетбол, настольный теннис, и др.). Сдача контрольных нормативов.	5
1	Совершенствование тактико-технического мастерства избранного вида спорта.	4
2	Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.	5
	Всего	36

8.7 Темы лабораторных занятий

№	Название темы	Количество часов
1	Не запланированы	

9.7 Самостоятельная работа 4 курс

№	Название темы	Количество часов
1	Не запланированы	

11. Индивидуальные задания: не предусмотрено учебным планом.

12. Учебно-методическое обеспечение

Комплект учебно-методических материалов для обеспечения и сопровождения рабочей программы включает современную учебную и научную литературу, перечень тем рефератов, комплект методических рекомендаций для самостоятельной работы студентов, методические рекомендации по проведению контроля методом тестирования, комплекты лекций по всем темам.

1. Сидельников Д.П. Методика развития выносливости и скоростно-силовых качеств средствами футбола. - Донецк: ГО ВПО «ДонНУЭТ», 2018. – 48 с.
2. Печенкин А.П. Нетрадиционные методики физической культуры в системе высшего профессионального образования. - Донецк: ГО ВПО «ДонНУЭТ», 2018. – 34 с.
3. Белянский И.В. Формирование профессиональных качеств будущих специалистов на занятиях по волейболу. - Донецк: ГО ВПО «ДонНУЭТ», 2018. – 30 с.
4. Назаренко В.К. Методика развития скорости и скоростной выносливости на занятиях по легкой атлетике. - Донецк: ГО ВПО «ДонНУЭТ», 2018. – 34 с.
5. Корж Д.И. Методика обучения техническим приемам в волейболе на занятиях по физическому воспитанию. – Донецк: ГО ВПО «ДонНУЭТ», 2017. – 36 с.
6. Хижняк В.В., Ясько Г.В. Развитие физических качеств средствами каратэ. – Донецк: ГО ВПО «ДонНУЭТ», 2017. – 471 с.
7. Харлампов Г.А. Методическое руководство по проведению измерений биологического возраста и количества здоровья студентов. – Донецк: ГО ВПО «ДонНУЭТ», 2017. – 33 с.
8. Пугачева И.И. Методика развития гибкости. – Донецк: ГО ВПО «ДонНУЭТ», 2017. – 26 с.
9. Соломенная З.В., Федоров А.П. Физическое воспитание студентов в специальных медицинских группах. – Донецк: ГО ВПО «ДонНУЭТ», 2017. – 54 с.
10. Шестаков О.Н. Организация проведения занятий по легкой атлетике со студентами образовательных организаций высшего профессионального образования. – Донецк: ГО ВПО «ДонНУЭТ», 2017. – 30 с.
11. Белянский И.В., А.П. Печенкин. Организация проведения самостоятельных занятий по волейболу среди студентов университета. – Донецк: ГО ВПО «ДонНУЭТ», 2016. – 23 с.
12. Назаренко В.К., Левадный А.Н. Общая и специальная физическая подготовка спортсменов в индивидуально-игровых видах спорта. - Донецк: ГО ВПО «ДонНУЭТ», 2016. – 30 с.
13. Семашко А.В. Развитие скоростно-силовых качеств студентов на самостоятельных занятиях по физической культуре. – Донецк: ГО ВПО «ДонНУЭТ», 2016. – 39 с.
14. Сидельников Д.П. Психологическая подготовка футболистов. – Донецк: ГО ВПО «ДонНУЭТ», 2016. – 46 с.
15. Смоляков Ю.В., Семашко А.В. Развитие физических качеств методом круговой тренировки в парах на занятиях физического воспитания в ВУЗе: метод. рекомендации для студентов и преподавателей / Ю.В. Смоляков, А.В. Семашко. – Донецк: ДонНУЭТ, 2015. – 35 с.
16. Латишев С.В. Система индивидуализации подготовки в вольной борьбе / С.В. Латишев - Донецк: ДонНУЭТ, 2013.

13.1 Фонд оценочных средств для текущего контроля знаний студентов и промежуточной итоговой аттестации

(студенты основной и специальной медицинских групп)

Согласно КМСОНП количество баллов набранных студентом лежит в рамках от 0 до 100. Семестр делится на четыре модуля, за каждый модуль студент имеет возможность набрать 25 баллов.

Студент получает положительную оценку по физическому воспитанию, если он посетил все практические занятия в течение семестра и сдал тестовые нормативы ГФСК ГТО (8 тестов с оценкой от одного до пяти баллов, по два норматива в каждом смысловом модуле). В другом случае студент обязан отработать свои прогулы в установленном на кафедре физического воспитания порядке.

Баллы начисляются за активное посещение занятий - от 0 до 2 баллов за одно занятие. Под активным посещением занятий нужно понимать, что студент в спортивной одежде и спортивной обуви своевременно (без опозданий) приходит на занятия и активно выполняет все физические упражнения и придерживается советов и рекомендаций преподавателя, в этом случае он получает 2 балла за каждое занятие.

Если студент пришел на занятие с опозданием (не больше 15 минут) в спортивной одежде и обуви и в течении пары выполнял все рекомендации преподавателя, получает за это занятие 2 балла. Если студент опаздывает больше чем на 15 минут, но не больше 30 без уважительной причины, дальше занимается в соответствии с общими требованиями, он получает за это занятие 0 балл.

К занятиям по физическому воспитанию допускаются студенты, которые прошли медосмотр в установленном в ВУЗе порядке. Имеют спортивную одежду и спортивную обувь, которые отвечают технике безопасности и дает возможность качественно выполнять все физические упражнения, как на свежем воздухе, так и в спортивном зале. Студент, который пришел без спортивной одежды или обуви, к занятиям не допускается и получает н/б.

В случае присутствия студента на занятии в спортивной форме и обуви, но если он не может выполнять упражнения по причине плохого самочувствия, легкого заболевания, циклические физиологические боли у студенток и др. Получает за занятие 0 баллов, что дает возможность не отрабатывать н/б, если общее количество баллов заработанных за семестр за семестр удовлетворяют студента.

Отработка пропущенных занятий возможно следующим образом:

- участие в дополнительных занятиях организованных на кафедре в соответствии с расписанием;

Получение дополнительных баллов возможно следующим образом:

- участие в спортивных студенческих соревнованиях;

- участие в конференциях с публикацией тезисов докладов или статей.

Начисление баллов за каждый модуль для студентов производится с помощью формулы $\frac{N*17}{2*n}$. N – количество баллов полученных студентом,

2*n n – кол-во практических занятий.

Нормативы оценки уровня физической подготовленности 17-18 лет

Физические качества, двигательные умения и навыки	Виды испытаний	Пол	Уровни, баллы				
			1-й уровень	2-й уровень	3-й уровень	4-й уровень	5-й уровень
			Низкий	ниже среднего	средний	Выше среднего	высокий
			1	2	3	4	5
Скоростные	Бег на 60 м (с)	Ж	12,0	11,2	10,5	10,0	9,6
		М	10,5	9,9	9,3	8,8	8,4
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места (см)	Ж	130	140	160	170	190
		М	160	180	200	210	230
	Поднимание туловища	Ж	20	27	34	40	45
		М	24	30	37	43	50
Силовые	Подтягивание	Ж	6	10	14	18	22
		М	5	7	10	14	18
	Сгибание и разгибание рук	Ж	4	8	12	16	20
		М	20	27	33	40	50
Координация	Челночный бег 4*9 м (с)	Ж	12,0	11,3	10,7	10,2	9,8
		М	11,2	10,6	10,0	9,6	9,2
Выносливость	Кросс по пересеченной местности	Ж	6.50,0	5.46,0	5.06,0	4.42,0	4.26,0
		М	14.28,0	13.20,0	12.24,0	11.45,0	11.20,0
Гибкость	Наклон вперед	Ж	-3	1	5	9	14
		М	-5	0	3	7	12

Нормативы оценки уровня физической подготовленности 19-23 года

Физические качества, двигательные умения и навыки	Виды испытаний	Пол	Уровни, баллы				
			1-й уровень	2-й уровень	3-й уровень	4-й уровень	5-й уровень
			Низкий	ниже среднего	средний	Выше среднего	Высокий
			1	2	3	4	5
Скоростные	Бег на 60 м (с)	Ж	12,2	11,4	10,7	10,2	9,8
		М	10,5	9,9	9,3	8,8	8,4
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места (см)	Ж	135	150	165	180	200
		М	170	185	205	230	245
	Поднимание туловища	Ж	20	27	34	40	45
		М	24	30	37	43	50
Силовые	Подтягивание	Ж	6	10	14	18	22
		М	6	8	12	16	20
	Сгибание и разгибание рук	Ж	6	10	14	18	22
		М	24	30	36	45	55
Координация	Челночный бег 4*9 м (с)	Ж	12,2	11,5	10,9	10,4	10,0
		М	11,0	10,4	9,8	9,4	9,0
Выносливость	Кросс по пересеченной местности	Ж	6.50,0	5.46,0	5.06,0	4.42,0	4.26,0
		М	14.04,0	13.00,0	12.08,0	11.36,0	11.12,0
Гибкость	Наклон вперед	Ж	-4	1	4	8	13
		М	-6	-1	2	6	11

13.2 Фонд оценочных средств для текущего контроля знаний студентов и промежуточной итоговой аттестации

(студенты имеющие справки ЛФК и ВКК)

Согласно КМСОНП количество баллов набранных студентом лежит в рамках от 0 до 100. Семестр делится на четыре модуля, за каждый модуль студент имеет возможность набрать 25 баллов.

Студент получает положительную оценку по физическому воспитанию, если он посетил все практические занятия в течении семестра. В другом случае студент обязан отработать свои прогулы в установленном на кафедре физического воспитания порядке. Максимальное количество за посещение занятий 60 баллов. Дополнительно 10 баллов начисляется студенту за помощь в организации и проведении внутривузовских Спартакиад по различным видам спорта. По 2 балла за один вид соревнований; 15 баллов начисляется за подготовку статьи для участия в студенческой научно-практической конференции, при условии приема статьи к изданию с официальным подтверждением; 15 баллов начисляется за написание тезисов доклада, и непосредственно участия с докладом на студенческой конференции, с получением соответствующего сертификата.

Баллы за посещение занятий - от 0 до 2 баллов за одно занятие. Под посещением занятий нужно понимать, что студент в спортивной одежде и спортивной обуви своевременно (без опозданий) приходит на занятие и придерживается советов и рекомендаций преподавателя, в этом случае он получает 2 балла за каждое занятие.

Если студент пришел на занятие с опозданием (не больше 15 минут) в спортивной одежде и обуви и в течении пары выполнял все рекомендации преподавателя, получает за это занятие 1 балл.

Если студент опаздывает больше чем на 15 минут, но не больше 30 без уважительной причины, получает за это занятие 0 баллов, что дает возможность не отрабатывать н/б, если общее количество баллов заработанных за семестр за семестр удовлетворяют студента.

Если студент опаздывает, больше чем на 30 минут, без уважительной причины к занятиям не допускается и получает н/б.

К занятиям по физическому воспитанию допускаются студенты, которые прошли медосмотр в установленном в ВУЗ порядке, имеют спортивную одежду и спортивную обувь, которые отвечают технике безопасности (кеды или кроссовки с мягкой резиновой подошвой). Студент, который пришел без спортивной одежды или обуви, к занятиям не допускается и получает н/б.

Отработка пропущенных занятий за участие в дополнительных занятиях организованных на кафедре в соответствии с расписанием.

Начисление баллов за посещение практических занятий в течении одного модуля для студентов производится с помощью формулы $\frac{N*25}{2*n}$.

2*n

N - количество баллов полученных студентом, n- количество практических занятий.

14. Распределение баллов, которые получают обучающиеся**13. Распределение баллов, которые получают обучающиеся****I семестр**

Текущее тестирование и самостоятельная работа								Сумма в баллах
Смысловой модуль N 1		Смысловой модуль N 2		Смысловой модуль N 3		Смысловой модуль N 4		
T1	T2	T1	T2	T1	T2	T1	T2	100
10	15	10	15	10	15	10	15	

II семестр

Текущее тестирование и самостоятельная работа								Сумма в баллах
Смысловой модуль N 1		Смысловой модуль N 2		Смысловой модуль N 3		Смысловой модуль N 4		
T1	T2	T1	T2	T1	T2	T1	T2	100
10	15	10	15	10	15	10	15	

III семестр

Текущее тестирование и самостоятельная работа								Сумма в баллах
Смысловой модуль N 1		Смысловой модуль N 2		Смысловой модуль N 3		Смысловой модуль N 4		
T1	T2	T1	T2	T1	T2	T1	T2	100
10	15	10	15	10	15	10	15	

IV семестр

Текущее тестирование и самостоятельная работа								Сумма в баллах
Смысловой модуль N 1		Смысловой модуль N 2		Смысловой модуль N 3		Смысловой модуль N 4		
T1	T2	T1	T2	T1	T2	T1	T2	100
10	15	10	15	10	15	10	15	

V семестр

Текущее тестирование и самостоятельная работа								Сумма в баллах
Смысловой модуль N 1		Смысловой модуль N 2		Смысловой модуль N 3		Смысловой модуль N 4		
T1	T2	T1	T2	T1	T2	T1	T2	100
10	15	10	15	10	15	10	15	

VI семестр

Текущее тестирование и самостоятельная работа								Сумма в баллах
Смысловой модуль N 1		Смысловой модуль N 2		Смысловой модуль N 3		Смысловой модуль N 4		
T1	T2	T1	T2	T1	T2	T1	T2	100
10	15	10	15	10	15	10	15	

VII семестр

Текущее тестирование и самостоятельная работа								Сумма в баллах
Смысловой модуль N 1		Смысловой модуль N 2		Смысловой модуль N 3		Смысловой модуль N 4		
T1	T2	T1	T2	T1	T2	T1	T2	100
10	15	10	15	10	15	10	15	

Соответствие государственной шкалы оценивания академической успеваемости и шкалы ECTS

По шкале ECTS	Сумма баллов за все виды учебной деятельности	По государственной шкале	Определение
A	90-100	«Отлично» (5)	отличное выполнение с незначительным количеством неточностей
B	80-89	«Хорошо» (4)	в целом правильно выполненная работа с незначительным количеством ошибок (до 10%)
C	75-79		в целом правильно выполненная работа с незначительным количеством ошибок (до 15%)
D	70-74	«Удовлетворительно» (3)	неплохо, но со значительным количеством недостатков
E	60-69		выполнение удовлетворяет минимальные критерии
FX	35-59	«Неудовлетворительно» (2)	с возможностью повторной аттестации
F	0-34		с обязательным повторным изучением дисциплины (выставляется комиссией)

15. Рекомендуемая литература

Основная:

1. Столбов В.В. История физической культуры и спорта. - М.:Физкультура и Спорт, 2000. - 423с.
2. Физическая культура студента : учеб. для вузов. - М.: Гардарики, 2000. - 448с.
3. Евсеев Ю. И. Физическая культура. - Ростов н/Д:Феникс, 2002. - 384с.

Дополнительная:

1. Селуянов В.Н. Основы научно-методической деятельности в физической культуре. - М.:СпортАкадемПресс, 2001. - 184с.
2. Решетников, Н.В. Физическая культура : учеб. пособие. - М.:Академия, 2000. - 152с.
3. Монаков Г.В. Техническая подготовка футболистов. Методика и планирование. - М., 2000. - 128с.
4. Богданов, В. М. Электронное дистанционное обучение в вузовском курсе физической культуры // Дистанционное и виртуальное обучение . - 2009 . - № 5
5. Вайцеховская, Е. С. Мои олимпийские игры. - М:Эксмо, 2009. - 320 с.
6. Лукьяненко, В. П. Терминологическое обеспечение развития физической культуры в современном обществе : [монография]. - М.: Советский спорт, 2008. - 168 с.
7. Малов, В. И. Сто великих футбольных тренеров. - М.: Вече, 2010. - 432 с.
8. Пищевые добавки для занимающихся спортом. - М.: РИПОЛ классик, 2009. - 208 с.
9. Латышев, С. В. Система индивидуализации подготовки в вольной борьбе: монография. - Донецк : Донбасс, 2013. - 374, [1] с.
10. Вяткин, Л. А. Туризм и спортивное ориентирование : рекомендов. учеб.-метод. пособие вузов РФ по пед. образованию в качестве учеб. пособия для студентов пед. вузов по специальности 033100 - Физическая культура. - М.: Академия, 2004. - 205, [3] с.

Электронные ресурсы:

1. Корж Д.И. Основные направления подготовки к сдаче норм ГТО. – Донецк: Донецк: ГО ВПО «ДонНУЭТ», 2018. – 43 с.
2. Сидельников Д.П. Методика развития выносливости и скоростно-силовых качеств средствами футбола. - Донецк: ГО ВПО «ДонНУЭТ», 2018. – 48 с.
3. Печенкин А.П. Нетрадиционные методики физической культуры в системе высшего профессионального образования. - Донецк: ГО ВПО «ДонНУЭТ», 2018. – 34 с.
4. Семашко А.В. Методика развития выносливости средствами легкой атлетики.- Донецк: ГО ВПО «ДонНУЭТ», 2018. – 32 с.

5. Белянский И.В. Формирование профессиональных качеств будущих специалистов на занятиях по волейболу. - Донецк: ГО ВПО «ДонНУЭТ», 2018. – 30 с.
6. Назаренко В.К. Методика развития скорости и скоростной выносливости на занятиях по легкой атлетике. - Донецк: ГО ВПО «ДонНУЭТ», 2018. – 34 с.
7. Харлампов Г.А. Методическое руководство по проведению измерений биологического возраста и количества здоровья студентов. – Донецк: ГО ВПО «ДонНУЭТ», 2017.
8. Пугачева И.И. Методика развития гибкости. – Донецк: ГО ВПО «ДонНУЭТ», 2017.
9. Соломенная З.В., Федоров А.П. Физическое воспитание студентов в специальных медицинских группах. – Донецк: ГО ВПО «ДонНУЭТ», 2017.

16. Информационные ресурсы:

1. Научная электронная библиотека «КиберЛенинка» [Электронный ресурс] / [ООО «Итеос» ; Е. Кисляк, Д. Семячкин, М. Сергеев]. – Электрон. текстовые дан. – [Москва : ООО «Итеос», 2012-]. – Режим доступа : <http://cyberleninka.ru>. – Загл. с экрана. В режиме свободного доступа
2. Электронный каталог Научной библиотеки Донецкого национального университета экономики и торговли имени Михаила Туган-Барановского [Электронный ресурс] / НБ ДонНУЭТ. – Электрон. дан. – [Донецк, 1999-]. – Режим доступа: <http://catalog.donnuet.education> – Загл. с экрана.

17. Материально-техническое обеспечение учебной дисциплины

Реализация учебной дисциплины требует наличия лаборатории, спортивного зала, тренажерного зала.

Оборудование лаборатории: спирограф, ростомер, измеритель давления.

Спортивные залы 4-го и 7-го учебных корпусов:

Спортивный инвентарь (мячи (баскетбольные, волейбольные, футбольные), теннисные ракетки, теннисные столы, шарик для настольного тенниса, сетки (баскетбольные, волейбольные, футбольные).

Тренажерные залы 4-го и 7-го учебных корпусов:

тренажеры, штанги, блины, гантели, гири.

Технические средства обучения:

Мультимедиа проектор, свисток, секундомер, рулетка.

18. Кадровое обеспечение учебной дисциплины

Фамилия, имя, отчество	Должность (для совместите лей место основной работы, должность)	Наименование учебного заведения, которое окончил (год окончания, специальность, квалификация по диплому)	Ученая степень, шифр и наименование научной специальности, ученое звание, какой кафедрой присвоено, тема диссертации	Повышение квалификации (наименование организации, вид документа, тема, дата выдачи)
1	2	3	4	5
Федоров Андрей Павлович	И.о. заведующего кафедрой	Славянский государственный педагогический институт 1995 г., «Педагогика и методика среднего образования. Физическая культура», учитель физической культуры и валеологии.	Кандидат педагогических наук, 13.00.07 теория и методика воспитания, тема: «Воспитание ценностей здорового способа жизни у студентов высших учебных заведений экономики и торговли».	институт последипломного образования инженерно-педагогических работников, Удостоверение о повышении квалификации № 699 от 29.01.2016 г., подготовка экспертов для проведения лицензионной и аккредитационной экспертизы ОО ВПО