

**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Мордовский государственный педагогический
университет имени М.Е. Евсевьева»**

Факультет педагогического и художественного образования

Кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**Элективные курсы по физической культуре и спорту
(Легкая атлетика / Спортивные игры)**

Направление подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование

Профиль подготовки: Музыка

Форма обучения: Заочная

Разработчик: Тимошин В. В., канд. филос. наук, доцент

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры физического воспитания, протокол № 7 от 24.02.2021 года.

Зав. кафедрой



М. Ю. Трескин

1. Цель и задачи изучения дисциплины

Цель изучения дисциплины - формирование физической культуры личности, способности использовать разнообразные формы физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, качественной жизни и эффективной профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- обеспечение понимания социальной значимости физической культуры, её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями;
- овладение практическими умениями и навыками, обеспечивающими сохранение и укрепление здоровья, повышение защитных сил организма, формирование профессионально значимых качеств и свойств личности;
- овладение методикой формирования и выполнения комплекса упражнений оздоровительной направленности для самостоятельных занятий, способами самоконтроля при выполнении физических нагрузок различного характера, правилами личной гигиены, рационального режима труда и отдыха;
- применение элементов спортивной тренировки по различным видам спорта в целях подготовки к выполнению нормативных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

2 Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина К.М.03.05 «Элективные курсы по физической культуре и спорту (Легкая атлетика/Спортивные игры)» относится к обязательной части учебного плана.

Дисциплина изучается на 1, 2, 3 курсе, в 2, 3, 5, 6, 8, 9 триместрах.

Для изучения дисциплины требуется: понимать социальную значимость физической культуры, ее роль в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности, педагогические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни, создавать основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

Освоение дисциплины К.М.03.05 «Элективные курсы по физической культуре и спорту (Легкая атлетика/Спортивные игры)» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

Возрастная анатомия, физиология и гигиена.

Область профессиональной деятельности, на которую ориентирует дисциплина «Элективные курсы по физической культуре и спорту (Легкая атлетика/Спортивные игры)», включает: 01 Образование и наука (в сфере начального общего, основного общего, среднего общего образования, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного образования).

Типы задач и задачи профессиональной деятельности, к которым готовится обучающийся, определены учебным планом.

3 Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

Компетенция в соответствии ФГОС ВО	
Индикаторы достижения компетенций	Образовательные результаты
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	

УК-7.1 Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.	знать: - задачи физического воспитания; уметь: - определять направленность поставленных задач; владеть: - средствами, направленными на решение задач физического воспитания.
УК-7.2 Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	знать: - понятия: уровень физической подготовленности и физического развития; уметь: - определять свой уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности; владеть: - способами и методами определения личного уровня сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.
УК-7.3 Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.	знать: - понятия: функциональные возможности, двигательные возможности; уметь: -- подбирать и формировать комплексы ОРУ, направленные на воздействие своих функциональных и двигательных возможностей; владеть: -- навыками реализации подобранных комплексов ОРУ, воздействующих на функциональные и двигательные возможности.
УК-7.4 Демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.	знать: - понятие "избранные физические упражнения вида спорта"; уметь: - применять избранные физические упражнения (средств вида спорта, физкультурно-оздоровительной активности) для сохранения и укрепления собственного здоровья; владеть: - навыками демонстрации физических упражнений (средств видов спорта, физкультурно-оздоровительной активности).

4 Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Общая трудоемкость	Общая трудоемкость	Контактная работа	Практические	Самостоятельная работа	Вид промежуточной аттестации

Период контроля	Часы	ЗЕТ	Всего		Всего	Зачет
Всего	328	9,11	12	12	296	20
Второй триместр	36	1	2	2	34	
Третий триместр	54	1,5	2	2	48	Зачет-4
Пятый триместр	54	1,5	2	2	48	Зачет-4
Шестой триместр	54	1,5	2	2	48	Зачет-4
Восьмой триместр	54	1,5	2	2	48	Зачет-4
Девятый триместр	76	2,11	2	2	70	Зачет-4

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание разделов дисциплины

Раздел 1. легкая атлетика:

Техника бега на короткие дистанции

Раздел 2. Спортивные игры:

Техника безопасности на занятиях по баскетболу. Раздел 3.

Лыжная подготовка. Спортивные игры:

Техника безопасности на лыжной подготовке

Раздел 4. Легкая атлетика:

Техника бега по дистанции 100 метров и финиширование.

Раздел 5. Легкая атлетика:

Техника бега на длинные дистанции

Раздел 6. Спортивные игры:

Приемы технико-тактических действий игроков в волейболе.

Раздел 7. Лыжная подготовка. Спортивные игры:

Техника попеременно-двухшажного хода

Раздел 8. Легкая атлетика:

Техника бега с низкого старта и стартового разбега в беге на 100 м. ОФП (2 часа).

Раздел 9. Легкая атлетика:

Техника прыжка в длину

Раздел 10. Спортивные игры:

Совершенствование технических действий игроков в защите и нападении.

Раздел 11. Лыжная подготовка. Спортивные игры:

Техника верхней прямой подачи в волейболе

Раздел 12. легкая атлетика:

Обучение технике передачи эстафетной палочки.

52 Содержание дисциплины: Практические (12 ч.)

Раздел 2. Спортивные игры (2 ч.)

Тема 1. Техника безопасности на занятиях по баскетболу (2 ч.) 1.

Инструктаж по технике безопасности на занятиях по баскетболу.

2. Правила поведения занимающихся на баскетбольной площадке.

3. Основные требования, предъявляемые к студентам, занимающимся баскетболом.

Раздел 4. Легкая атлетика (2 ч.)

Тема 2. Техника бега по дистанции 100 метров и финиширование (2 ч.) 1.

Разминка: бег, ОРУ, СБУ, строевые упражнения на месте и в движении.

2. Техника бега по дистанции 100 метров и финиширование.

3. Развитие скоростно-силовых качеств – прыжки с места и с разбега. 4.

Подвижные игры на ловкость и координацию

5. Упражнения на восстановление дыхания.

Раздел 6. Спортивные игры (2 ч.)

Тема 3. Приемы технико-тактических действий игроков в волейболе (2 ч.) 1.

Разминка: бег, ОРУ, СБУ.

2. Специально-подготовительные упражнения волейболиста.

3. Приемы технико-тактических действий игроков в волейболе. 4.

Двухсторонняя игра. Практика судейства

Раздел 8. Легкая атлетика (2 ч.)

Тема 4. Техника бега с низкого старта и стартового разбега в беге на 100 м. ОФП (2 ч.) 1.

Разминка: бег, ОРУ, СБУ, строевые упражнения на месте и в движении.

2. Низкий старт и стартовый разгон на дистанции 30-60 метров. 3.

Повторный бег на 60-100 м.

4. Общая физическая подготовка (ОРУ, прыжковые упражнения, подвижные и спортивные игры, эстафеты).

5. Упражнения на восстановление дыхания.

Раздел 10. Спортивные игры (2 ч.)

Тема 5. Совершенствование технических действий игроков в защите и нападении (2 ч.)

1. Разминка: бег, ОРУ, СБУ. Строевые упражнения на месте и в движении.

2. Методика проведения ОРУ в вводной части учебно-тренировочного занятия по баскетболу. 3.

Техника ведения мяча и передачи в комбинационных действиях игроков.

4. Развитие ловкости и координации владения мячом посредством подвижных игр.

Раздел 12. легкая атлетика (2 ч.)

Тема 6. Обучение технике передачи эстафетной палочки (2 ч.) 1.

Разминка: бег, ОРУ, СБУ.

2. Обучение технике передачи эстафетной палочки.

3. Выполнение специально-подготовительных упражнений в передаче эстафетной палочки. 4.

Бег по этапу с передачей эстафетной палочки в «коридоре».

5. Упражнения на восстановление дыхания

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (разделу)

6.1 Вопросы и задания для самостоятельной работы

Второй триместр (34 ч.)

Раздел 1. Легкая атлетика (17 ч.)

Вид СРС: *Подготовка письменных работ (эссе, рефератов, докладов)

Тема 1. Основные понятия системы физической культуры: физическая культура, спорт, физическое образование, физическое воспитание, физическое совершенство, физическое развитие, жизненно необходимые умения и навыки, физическая и функциональная подготовленность.

Тема 2. Цели и задачи системы физического воспитания.

Тема 3. Основные направления системы физического воспитания.

Тема 4. Роль двигательной активности в жизнедеятельности человека. Двигательная активность студентов и школьников.

Тема 5. Формы, содержание и организация самостоятельных занятий физическими упражнениями студенческой молодежи.

Тема 6. Формы, содержание и организация самостоятельных занятий физическими упражнениями школьников.

Тема 7. Влияние физического воспитания на умственную работоспособность.

Тема 8. Туризм в системе физического воспитания.

Тема 9. Руководство физическим воспитанием в школе. Тема

10. Физическое воспитание в детском лагере отдыха.

Тема 11. Понятие «здоровье». Факторы, влияющие на здоровье.

Тема 12. Физическая культура и спорт в жизни студентов. Понятие «здоровый образ жизни»

(ЗОЖ).

Тема 13. Средства физического воспитания.

Тема 14. Физические упражнения.

Вид СРС: *Выполнение индивидуальных заданий составить комплекс утренней гимнастики (8-10) упражнений

Раздел 2. Спортивные игры (17 ч.)

Вид СРС: *Подготовка письменных работ (эссе, рефератов, докладов)

Тема 1. Основные понятия системы физической культуры: физическая культура, спорт, физическое образование, физическое воспитание, физическое совершенство, физическое развитие, жизненно необходимые умения и навыки, физическая и функциональная подготовленность.

Тема 2. Цели и задачи системы физического воспитания.

Тема 3. Основные направления системы физического воспитания.

Тема 4. Роль двигательной активности в жизнедеятельности человека. Двигательная активность студентов и школьников.

Тема 5. Формы, содержание и организация самостоятельных занятий физическими упражнениями студенческой молодежи.

Тема 6. Формы, содержание и организация самостоятельных занятий физическими упражнениями школьников.

Тема 7. Влияние физического воспитания на умственную работоспособность.

Тема 8. Туризм в системе физического воспитания.

Тема 9. Руководство физическим воспитанием в школе. Тема

10. Физическое воспитание в детском лагере отдыха.

Тема 11. Понятие «здоровье». Факторы, влияющие на здоровье.

Тема 12. Физическая культура и спорт в жизни студентов. Понятие «здоровый образ жизни» (ЗОЖ).

Тема 13. Средства физического воспитания.

Тема 14. Физические упражнения.

Вид СРС: *Выполнение индивидуальных заданий

<http://www.bibliociub.ru>

Третий триместр (48 ч.)

Раздел 3. Лыжная подготовка. Спортивные игры (24 ч.)

Вид СРС: *Подготовка письменных работ (эссе, рефератов, докладов)

Тема 1. Основные понятия системы физической культуры: физическая культура, спорт, физическое образование, физическое воспитание, физическое совершенство, физическое развитие, жизненно необходимые умения и навыки, физическая и функциональная подготовленность.

Тема 2. Цели и задачи системы физического воспитания.

Тема 3. Основные направления системы физического воспитания.

Тема 4. Роль двигательной активности в жизнедеятельности человека. Двигательная активность студентов и школьников.

Тема 5. Формы, содержание и организация самостоятельных занятий физическими упражнениями студенческой молодежи.

Тема 6. Формы, содержание и организация самостоятельных занятий физическими упражнениями школьников.

Тема 7. Влияние физического воспитания на умственную работоспособность.

Тема 8. Туризм в системе физического воспитания.

Тема 9. Руководство физическим воспитанием в школе. Тема

10. Физическое воспитание в детском лагере отдыха.

Тема 11. Понятие «здоровье». Факторы, влияющие на здоровье.

Тема 12. Физическая культура и спорт в жизни студентов. Понятие «здоровый образ жизни»

(ЗОЖ).

Тема 13. Средства физического воспитания.

Тема 14. Физические упражнения.

Вид СРС: *Выполнение индивидуальных заданий

Составит план - конспект урока по лыжной подготовке для детей младшего школьного возраста.

Раздел 4. Легкая атлетика (24 ч.)

Вид СРС: *Подготовка письменных работ (эссе, рефератов, докладов)

Тема 1. Основные понятия системы физической культуры: физическая культура, спорт, физическое образование, физическое воспитание, физическое совершенство, физическое развитие, жизненно необходимые умения и навыки, физическая и функциональная подготовленность.

Тема 2. Цели и задачи системы физического воспитания.

Тема 3. Основные направления системы физического воспитания.

Тема 4. Роль двигательной активности в жизнедеятельности человека. Двигательная активность студентов и школьников.

Тема 5. Формы, содержание и организация самостоятельных занятий физическими упражнениями студенческой молодежи.

Тема 6. Формы, содержание и организация самостоятельных занятий физическими упражнениями школьников.

Тема 7. Влияние физического воспитания на умственную работоспособность.

Тема 8. Туризм в системе физического воспитания.

Тема 9. Руководство физическим воспитанием в школе. Тема

10. Физическое воспитание в детском лагере отдыха.

Тема 11. Понятие «здоровье». Факторы, влияющие на здоровье.

Тема 12. Физическая культура и спорт в жизни студентов. Понятие «здоровый образ жизни» (ЗОЖ).

Тема 13. Средства физического воспитания.

Тема 14. Физические упражнения.

Вид СРС: *Выполнение индивидуальных заданий

Составить план - конспект урока по легкой атлетике для детей старшего школьного возраста.

Вид СРС: *Подготовка к сдаче нормативов

Бег 100 м, с.

Бег 1000 м, мин, с.

Бег 2000 м, мин, с

Прыжок в длину с места, см.

Сгибание-разгибание рук в упоре лежа, кол-во раз

Поднимание туловища из положения лежа на спине, кол-во раз за 1 мин.

Пятый триместр (48 ч.)

Раздел 5. Легкая атлетика (24 ч.)

Вид СРС: *Подготовка письменных работ (эссе, рефератов, докладов)

Тема 1. Формы организации физического воспитания школьников.

Тема 2. Методы физического воспитания.

Тема 3. Дидактические принципы физического воспитания. Понятия и термины.

Тема 4. Физические качества.

Тема 5. Принципы сознательности и активности.

Тема 6. Принцип прочности.

Тема 7. Принцип индивидуализации.

Тема 8. Принцип наглядности. Принцип доступности.

Тема 9. Методы физического воспитания. Словесные методы. Использование методов демонстрации. Методы разучивания упражнений.

Тема 10. Методы совершенствования двигательных действий и воспитания физических

качеств. Игровой и соревновательный методы в системе физического воспитания.

Тема 11. Спорт. Спортивная подготовка.

Тема 12. Организация, планирование и контроль процесса физического воспитания школьников.

Тема 13. Формы организации занятий физической культурой в школе. Урок физической культуры.

Тема 14. Внеурочные формы занятий физическими упражнениями в школе.

Вид СРС: *Выполнение индивидуальных заданий.

Подготовить сообщение, на тему "Здоровый образ жизни"

Раздел 6. Спортивные игры (24 ч.)

Вид СРС: *Подготовка письменных работ (эссе, рефератов, докладов)

Тема 1. Формы организации физического воспитания школьников.

Тема 2. Методы физического воспитания.

Тема 3. Дидактические принципы физического воспитания. Понятия и термины.

Тема 4. Физические качества.

Тема 5. Принципы сознательности и активности.

Тема 6. Принцип прочности.

Тема 7. Принцип индивидуализации.

Тема 8. Принцип наглядности. Принцип доступности.

Тема 9. Методы физического воспитания. Словесные методы. Использование методов демонстрации. Методы разучивания упражнений.

Тема 10. Методы совершенствования двигательных действий и воспитания физических качеств. Игровой и соревновательный методы в системе физического воспитания.

Тема 11. Спорт. Спортивная подготовка.

Тема 12. Организация, планирование и контроль процесса физического воспитания школьников.

Тема 13. Формы организации занятий физической культурой в школе. Урок физической культуры.

Тема 14. Внеурочные формы занятий физическими упражнениями в школе.

Вид СРС: *Выполнение индивидуальных заданий

составить комплекс ОРУ в парах. (10-12)

Шестой триместр (48 ч.)

Раздел 7. Лыжная подготовка. Спортивные игры (24 ч.)

Вид СРС: *Подготовка письменных работ (эссе, рефератов, докладов)

Тема 1. Формы организации физического воспитания школьников.

Тема 2. Методы физического воспитания.

Тема 3. Дидактические принципы физического воспитания. Понятия и термины.

Тема 4. Физические качества.

Тема 5. Принципы сознательности и активности.

Тема 6. Принцип прочности.

Тема 7. Принцип индивидуализации.

Тема 8. Принцип наглядности. Принцип доступности.

Тема 9. Методы физического воспитания. Словесные методы. Использование методов демонстрации. Методы разучивания упражнений.

Тема 10. Методы совершенствования двигательных действий и воспитания физических качеств. Игровой и соревновательный методы в системе физического воспитания.

Тема 11. Спорт. Спортивная подготовка.

Тема 12. Организация, планирование и контроль процесса физического воспитания школьников.

Тема 13. Формы организации занятий физической культурой в школе. Урок физической культуры.

Тема 14. Внеурочные формы занятий физическими упражнениями в школе.

Вид СРС: *Выполнение индивидуальных заданий

Составить план- конспект урока п волейболу для детей старшего школьного возраста.

Раздел 8. Легкая атлетика (24 ч.)

Вид СРС: *Подготовка письменных работ (эссе, рефератов, докладов)

Тема 1. Методы совершенствования двигательных действий и воспитания физических качеств. Игровой и соревновательный методы в системе физического воспитания.

Тема 2. Спорт. Спортивная подготовка.

Тема 3. Организация, планирование и контроль процесса физического воспитания школьников.

Тема 4. Формы организации занятий физической культурой в школе. Урок физической культуры.

Тема 5. Внеурочные формы занятий физическими упражнениями в школе.

Тема 6. Методы физического воспитания. Словесные методы. Использование методов демонстрации. Методы разучивания упражнений.

Вид СРС: *Подготовка к сдаче нормативов

Бег 100 м, с.

Бег 1000 м, мин, с.

Бег 2000 м, мин, с

Прыжок в длину с места, см.

Сгибание-разгибание рук в упоре лежа, кол-во раз

Поднимание туловища из положения лежа на спине, кол-во раз за 1 мин.

Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи), см.

Восьмой триместр (48 ч.)

Раздел 9. Легкая атлетика (24 ч.)

Вид СРС: *Подготовка письменных работ (эссе, рефератов, докладов)

Тема 1. Научно-методические основы профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП) студентов:

– значение и роль ППФП в формировании компетенций специалистов педагогической направленности;

– место и роль ППФП в системе научной организации труда (НОТ).

Тема 2. Психофизиологические основы Нот и их значение при определении содержания ППФП.

Тема 3. Психофизические предпосылки профессионального обучения и подготовки к трудовой деятельности. Психофизиологическое обоснование рационального режима труда и отдыха. Тема

4. Некоторые вопросы физиологии и психологии труда в связи с современным прогрессом производства. Педагогические основы ППФП. Методические основы обучения прикладным двигательным умениям и навыкам.

Вид СРС: *Выполнение индивидуальных заданий.

Составить комплекс ОРУ в движении.

Раздел 10. Спортивные игры (24 ч.)

Вид СРС: *Подготовка письменных работ (эссе, рефератов, докладов)

Тема 1. Научно-методические основы профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП) студентов:

– значение и роль ППФП в формировании компетенций специалистов педагогической направленности;

– место и роль ППФП в системе научной организации труда (НОТ).

Тема 2. Психофизиологические основы Нот и их значение при определении содержания ППФП.

Тема 3. Психофизические предпосылки профессионального обучения и подготовки к трудовой деятельности. Психофизиологическое обоснование рационального режима труда и отдыха. Тема

4. Некоторые вопросы физиологии и психологии труда в связи с современным

прогрессом производства. Педагогические основы ППФП. Методические основы обучения прикладным двигательным умениям и навыкам.

Вид СРС: *Выполнение индивидуальных заданий. Подготовить план учебно-тренировочного занятия по баскетболу.

Девятый триместр (70 ч.)

Раздел 11. Лыжная подготовка. Спортивные игры (35 ч.)

Вид СРС: *Подготовка письменных работ (эссе, рефератов, докладов)

Тема 1. Методические основы акцентированного воспитания физических качеств в процессе ППФП.

Тема 2. Комплексное формирование и воспитание прикладных умений, навыков, физических и специальных качеств.

Тема 3

Организационные основы ППФП студентов. Определение содержания ППФП. Основные методы исследований. Определение основных требований и содержания ППФП по материалам исследований.

Тема 4 Организационные и методологические проблемы научно-методического обоснования содержания ППФП. Организация и методика проведения ППФП.

Тема 5 Формы ППФП в высшем учебном заведении.

Тема 6. Методика подбора средств для решения задач ППФП. Планирование программного материала и определение зачетных требований по ППФП.

Тема 7. Физическая культура в образе жизни студентов. Физическая культура в системе обучения и воспитания будущих специалистов.

Тема 8. Физическая культура в студенческом общежитии.

Тема 9. Студенческие спортивно-оздоровительные лагеря.

Тема 10. Основы гигиены массовой физической культуры.

Тема 11 Урок физической культуры – основная форма физического воспитания школьников.

Тема 12. Характеристика внеурочных форм занятий в школе.

Тема 13. Физическое воспитание в детском лагере отдыха. Роль семьи в физическом воспитании детей.

Тема 14 Игры, игровые эстафеты, конкурсы для учащихся 5-8 классов (на переменах, на уроках, на празднике «День здоровья»).

Тема 15 Игры, игровые эстафеты, конкурсы для учащихся 9-11 классов.

Тема 16. Как научить детей плавать.

Тема 17. Лыжная подготовка в начальных классах.

Тема 18 Методика обучения лыжным ходам.

Тема 19. Конспект урока физической культуры.

Тема 20. Физическая культура в детском саду.

Вид СРС: *Выполнение индивидуальных заданий

Подготовить план - конспект урока для детей старшего школьного возраста по баскетболу.

Раздел 12. легкая атлетика (35 ч.)

Вид СРС: *Подготовка письменных работ (эссе, рефератов, докладов)

Тема 1. Научно-методические основы профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП) студентов:

– значение и роль ППФП в формировании компетенций специалистов педагогической направленности;

– место и роль ППФП в системе научной организации труда (НОТ).

Тема 2. Психофизиологические основы Нот и их значение при определении содержания ППФП.

Тема 3. Психофизические предпосылки профессионального обучения и подготовки к трудовой деятельности. Психофизиологическое обоснование рационального режима труда и отдыха. Тема

4. Некоторые вопросы физиологии и психологии труда в связи с современным прогрессом производства. Педагогические основы ППФП. Методические основы обучения

прикладным двигательным умениям и навыкам.

Тема 5. Методические основы акцентированного воспитания физических качеств в процессе ППФП.

Тема 6. Комплексное формирование и воспитание прикладных умений, навыков, физических и специальных качеств.

Тема 7. Организационные основы ППФП студентов. Определение содержания ППФП. Основные методы исследований. Определение основных требований и содержания ППФП по материалам исследований.

Тема 8. Организационные и методологические проблемы научно-методического обоснования содержания ППФП. Организация и методика проведения ППФП.

Тема 9. Формы ППФП в высшем учебном заведении.

Тема 10. Методика подбора средств для решения задач ППФП. Планирование программного материала и определение зачетных требований по ППФП.

Тема 11. Физическая культура в образе жизни студентов. Физическая культура в системе обучения и воспитания будущих специалистов.

Тема 12. Физическая культура в студенческом общежитии.

Тема 13. Студенческие спортивно-оздоровительные лагеря.

Тема 14. Основы гигиены массовой физической культуры.

Тема 15. Урок физической культуры – основная форма физического воспитания школьников.

Тема 16. Характеристика внеурочных форм занятий в школе.

Тема 17. Физическое воспитание в детском лагере отдыха. Роль семьи в физическом воспитании детей.

Тема 18. Игры, игровые эстафеты, конкурсы для учащихся 5-8 классов (на переменах, на уроках, на празднике «День здоровья»).

Вид СРС: *Подготовка к сдаче нормативов

Бег 100 м, с. Бег

1000 м, мин, с. Бег

3000 м, мин, с.

Прыжок в длину с места, см.

Подтягивание из виса на высокой перекладине, кол-во раз

Поднимание туловища из положения лежа на спине, кол-во раз за 1 мин.

Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи), см.

7. Тематика курсовых работ(проектов)

Курсовые работы (проекты) по дисциплине не предусмотрены.

8. Оценочные средства

8.1. Компетенции и этапы формирования

№ п/п	Оценочные средства	Компетенции, этапы их формирования
1	Модуль здоровья и безопасности жизнедеятельности	УК-7.

8.2. Показатели и критерии оценивания компетенций, шкалы оценивания

Шкала, критерии оценивания и уровень сформированности компетенции			
2 (не зачтено) ниже порогового	3 (зачтено) пороговый	4 (зачтено) базовый	5 (зачтено) повышенный
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности			
УК-7.1 Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.			

Не способен понимать оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.	В целом успешно, но бессистемно понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.	В целом успешно, но с отдельными недочетами понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.	Способен в полном объеме понимать оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.
--	--	--	---

УК-7.2 Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности

Не способен определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	В целом успешно, но бессистемно определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	В целом успешно, но с отдельными недочетами определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	Способен в полном объеме определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.
--	--	--	---

УК-7.3 Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.

Не способен отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.	В целом успешно, но бессистемно умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.	В целом успешно, но с отдельными недочетами умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.	Способен в полном объеме отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.
--	--	--	---

УК-7.4 Демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.

Не способен демонстрировать применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.	В целом успешно, но бессистемно демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.	В целом успешно, но с отдельными недочетами демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.	Способен в полном объеме демонстрировать применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.
---	---	---	--

Уровень сформированности компетенции	Шкала оценивания для промежуточной аттестации		Шкала оценивания по БРС
	Экзамен (дифференцированный зачет)	Зачет	
Повышенный	5 (отлично)	зачтено	90 – 100%
Базовый	4 (хорошо)	зачтено	76 – 89%
Пороговый	3 (удовлетворительно)	зачтено	60 – 75%
Ниже порогового	2 (неудовлетворительно)	незачтено	Ниже 60%

83. Вопросы промежуточной аттестации

Третий триместр (Зачет, УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3, УК-7.4)

1. Расскажите о возникновении и основных этапах развития физической культуры и спорта 2. Дайте характеристику современному состоянию физической культуры и спорта.
3. Раскройте понятие «Физическая культура личности». Дайте характеристику ценностям физической культуры
4. Проанализируйте социально-биологические основы физической культуры. 5. Дайте характеристику биосоциальной сущности человека
6. Расскажите об организме человека как единой биологической системе
7. Раскройте механизмы и закономерности совершенствования отдельных систем организма под воздействием направленной физической тренировки
8. Раскройте понятие «Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке бакалавра».
9. Расскажите о здоровье человека как ценности. Факторах, определяющих здоровье. ¶ 10. Определите мотивы формирования здорового образа жизни
11. Расскажите о физическом самовоспитании и самосовершенствовании в здоровом образе жизни
12. Проанализируйте методические принципы физического воспитания 13. Расскажите о средствах физического воспитания.
14. Дайте характеристику методам физического воспитания
15. Расскажите о физическом качестве «быстрота» и методах ее воспитания. 16. Расскажите о физическом качестве «ловкость» и методах ее воспитания.

17. . Расскажите об организме человека как единой биологической системе. Функциональные системы организма человека.
18. Расскажите о средствах физического воспитания.
19. Дайте характеристику методам физического воспитания.
20. Расскажите о структуре учебно-тренировочного занятия по физической культуре.
21. Раскройте содержание частей учебно-тренировочного занятия по физической культуре.
22. Расскажите историю возникновения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и современное развитие Комплекса.
23. Раскройте понятие «Профессионально-прикладная физическая подготовка». 24. Раскройте понятие «Производственная физическая культура».

Пятый триместр (Зачет, УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3, УК-7.4)

1. Назовите физические качества человека. Дайте им определение.
2. Расскажите историю развития физической культуры и спорта от зарождения до наших дней. 3. Расскажите историю возникновения и развития лыжного спорта в мире и России.
4. Раскройте понятие «Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке бакалавра».
5. Расскажите о здоровье человека как ценности. Факторах, определяющих здоровье. 6. Сформулируйте понятие «Здоровый образ жизни и его составляющие».
7. Определите мотивы формирования здорового образа жизни.
8. Раскройте понятие «Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке бакалавра».
9. Расскажите о здоровье человека как ценности. Факторах, определяющих здоровье. 10. Определите мотивы формирования здорового образа жизни.
11. Назовите физические качества человека. Дайте им определение.
12. Расскажите о силовых способностях человека и методах их воспитания.
13. Расскажите о физическом качестве «выносливость» и методах ее воспитания. 14. Расскажите о физическом качестве «быстрота» и методах ее воспитания.
15. Расскажите о физическом качестве «ловкость» и методах ее воспитания.
16. Расскажите об организме человека как единой биологической системе. Функциональные системы организма человека.
17. Расскажите о средствах физического воспитания.
18. Дайте характеристику методам физического воспитания.
19. Расскажите о структуре учебно-тренировочного занятия по физической культуре.
20. Раскройте содержание частей учебно-тренировочного занятия по физической культуре.

Шестой триместр (Зачет, УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3, УК-7.4)

1. Что такое физическое воспитание 2. Что такое ОРУ
3. Что такое СБУ
4. Расскажите о возникновении и основных этапах развития физической культуры и спорта. 5. Дайте характеристику современному состоянию физической культуры и спорта.
6. Раскройте понятие «Физическая культура личности». Дайте характеристику ценностям физической культуры
7. Проанализируйте социально-биологические основы физической культуры. 8. Дайте характеристику биосоциальной сущности человека
9. Расскажите об организме человека как единой биологической системе
10. Раскройте механизмы и закономерности совершенствования отдельных систем организма под воздействием направленной физической тренировки.
11. Раскройте понятие «Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке бакалавра».
12. Расскажите о здоровье человека как ценности. Факторах, определяющих здоровье.
13. Сформулируйте понятие «Здоровый образ жизни и его составляющие». 14.

Определите мотивы формирования здорового образа жизни

15. Расскажите о физическом самовоспитании и самосовершенствовании в здоровом образе жизни
16. Расскажите о физическом качестве «ловкость» и методах ее воспитания.
17. Расскажите об организме человека как единой биологической системе. Функциональные системы организма человека.
18. Расскажите о средствах физического воспитания.
19. Дайте характеристику методам физического воспитания.
20. Расскажите о структуре учебно-тренировочного занятия по физической культуре. 21.
- . Раскройте понятие «Производственная физическая культура».
22. Расскажите о профилактике профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.

Восьмой семестр (Зачет, УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3, УК-7.4)

1. Раскройте понятие «Производственная физическая культура».
2. Расскажите о физическом качестве «выносливость» и методах ее воспитания. 3.
- Расскажите о физическом качестве «быстрота» и методах ее воспитания.
4. Расскажите о физическом качестве «гибкость» и методах ее воспитания.
5. Расскажите об организме человека как единой биологической системе. Функциональные системы организма человека.
6. Расскажите о средствах физического воспитания.
7. Дайте характеристику методам физического воспитания.
8. Раскройте содержание частей учебно-тренировочного занятия по физической культуре. 9.
- Раскройте понятие «Профессионально-прикладная физическая подготовка».
10. Раскройте понятие «Производственная физическая культура». 11.

Определите мотивы формирования здорового образа жизни.

12. Назовите физические качества человека. Дайте им определение.
13. Расскажите о силовых способностях человека и методах их воспитания.
14. Расскажите о физическом качестве «выносливость» и методах ее воспитания. 15.
- Расскажите о физическом качестве «быстрота» и методах ее воспитания.
16. Расскажите о физическом качестве «ловкость» и методах ее воспитания.
17. Расскажите об организме человека как единой биологической системе. Функциональные системы организма человека.
18. . Расскажите о средствах физического воспитания.
19. Дайте характеристику методам физического воспитания.
20. Расскажите о структуре учебно-тренировочного занятия по физической культуре.
21. Раскройте понятие «Производственная физическая культура».

Девятый семестр (Зачет, УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3, УК-7.4)

1. Проанализируйте методические принципы физического воспитания 2.
- Расскажите о средствах физического воспитания
3. Дайте характеристику методам физического воспитания
4. Дайте характеристику методикам способов овладения жизненно важными умениями и навыками
5. Проанализируйте методики применения средств физической культуры для направленного развития отдельных двигательных качеств.
6. Дайте характеристику основам методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.
7. Раскройте особенности методики составления индивидуальных программ оздоровительных занятий
8. Дайте характеристику методам самоконтроля за состоянием здоровья и физическим развитием.
9. Дайте характеристику методам самоконтроля за функциональным состоянием организма.

10. Дайте характеристику методам самооценки подготовленности в избранном виде спорта или системе физических упражнений
11. Раскройте понятие «Профессионально-прикладная физическая подготовка».
12. Раскройте понятие «Производственная физическая культура».
13. Расскажите о профилактике профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.
14. Дайте характеристику биосоциальной сущности человека
15. Расскажите об организме человека как единой биологической системе 16. Расскажите о физическом качестве «ловкость» и методах ее воспитания.
17. Расскажите об организме человека как единой биологической системе. Функциональные системы организма человека.
18. Расскажите о средствах физического воспитания.
19. . Дайте характеристику методам физического воспитания.
20. Расскажите историю возникновения и развития легкой атлетики в мире и России.
21. Раскройте понятие «Производственная физическая культура».
22. Расскажите о профилактике профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.
23. Расскажите историю возникновения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и современное развитие Комплекса.
24. Расскажите историю возникновения и развития лыжного спорта в мире и России.

84. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета.

Зачет позволяет оценить сформированность универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций, теоретическую подготовку студента, его способность к творческому мышлению, готовность к практической деятельности, приобретенные навыки самостоятельной работы, умение синтезировать полученные знания и применять их при решении практических задач.

При балльно-рейтинговом контроле знаний итоговая оценка выставляется с учетом набранной суммы баллов.

Собеседование (устный ответ) на зачете

Для оценки сформированности компетенции посредством собеседования (устного ответа) студенту предварительно предлагается перечень вопросов или комплексных заданий, предполагающих умение ориентироваться в проблеме, знание теоретического материала, умения применять его в практической профессиональной деятельности, владение навыками и приемами выполнения практических заданий.

При оценке достижений студентов необходимо обращать особое внимание на:

- усвоение программного материала;
- умение излагать программный материал методически грамотным языком;
- умение связывать теорию с практикой;
- умение отвечать на видоизмененное задание;
- владение навыками поиска, систематизации необходимых источников литературы по изучаемой проблеме;
- умение обосновывать принятые решения;
- владение навыками и приемами выполнения практических заданий;
- умение подкреплять ответ иллюстративным материалом.

9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

Основная литература

1. Евсеев, Ю. И. Физическая культура [Текст]: учеб. пособие для студентов вузов / Ю. И. Евсеев. – 9-е изд., стер. – Ростов н/Д : Феникс, 2014. – 445 с.

2. Тычинин, Н. В. Элективные курсы по физической культуре и спорту [Электронный ресурс] : учебное пособие / Н. В. Тычинин, Воронежский государственный университет инженерных технологий., 2017. - 65 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=482033>

3. Шиндина, И. В. Методика обучения физической культуре [Текст] : учеб. пособие / И. В. Шиндина, В. В. Акамов, М. Ю. Трескин [и др.] ; Мордов. гос. пед. ин-т. - Саранск, 2016. - 144 с.

4. Шуняева, Е. А. Физическая культура. Инструктивно-методические указания для студентов [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Е. А. Шуняева, Е. Н. Бибина, Н. А. Ломакина ; Мордов. гос. пед. ин-т. – Саранск, 2015. - Режим доступа: <http://library.mordgpi.ru/ProtectedView/Book/ViewBook/374>

Дополнительная литература

1. Черепяхин, Д. А. Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата средствами атлетической гимнастики : учеб. пособие / Д. А. Черепяхин, А. А. Щанкин ; Мордов. гос. пед. ин-т. – Саранск, 2011. – 91 с.

2. Шиндина, И. В. Теория и методика физической культуры и спорта : учеб. пособие / И. В. Шиндина, Е. А. Шуняева; Мордов. гос. пед. ин-т. – Саранск, 2014. – 210 с.

3. Шуняева, Е. А. Физическая культура. Инструктивно-методические указания для студентов [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / Е. А. Шуняева, Е. Н. Бибина, Н. А. Ломакина; Мордов. гос. пед. ин-т – Саранск, 2015. – 98 с. – Режим доступа: <http://library.mordgpi.ru/>.

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. <http://www.biblioclub.ru> - Электронная библиотечная система «Универсальная библиотека онлайн»
2. <http://www.sport.ru> (вопросы физической культуры и спорта); - интернет-источник 2
3. <http://www.minsport.gov.ru/> - Министерство спорта Российской Федерации
4. <http://basketball.ru/> - Все о баскетболе. Новости российских и международных турниров
5. <http://teoriya.ru/ru> - Журнал "Теория и практика физической культуры и спорта"
6. www.rusathletics.com - Легкая атлетика

11. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля)

Для максимального освоения дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту (Спортивные игры)» необходимо обратить внимание студентов на то, что:

- учебный процесс организуется в соответствии с требованиями балльно-рейтинговой системы (БРС) оценки успеваемости студентов;
- сущностью БРС является изучение учебного материала отдельными блоками с оценкой знаний обучающегося в виде суммы баллов за каждый из них;
- необходимо активное посещение всех занятий данной дисциплины, чтобы ее эффективно освоить;
- практические занятия направлены на изучение основ технической и тактической подготовки по различным видам спорта с помощью использования специальных тренировочных упражнений, на совершенствование спортивных навыков, улучшения физического состояния и здоровья;
- на каждом занятии к студентам предъявляются требования в соблюдении опрятного внешнего вида, наличии соответствующей одежды и обуви для занятий физическими упражнениями, чистоты и порядка, бережного отношения к оборудованию и инвентарю, правил поведения при выполнении физических упражнений;
- преподаватель систематически контролирует уровень физической подготовленности занимающихся, учитывая данные медицинских осмотров и результаты тестирования;
- тестирование уровня физической подготовленности проводится не реже двух раз в год;
- в процессе изучения курса предполагается тестирование по основным вопросам физической культуры и спорта, результаты которого лежат в основе оценки теоретических знаний по учебной дисциплине;
- для дополнительного источника информации по дисциплине необходимо использовать интернет-ресурсы.

В отличие от других предметов на занятиях студенты дифференцируются по медицинским показаниям, физической и спортивной подготовленности. По медицинским показателям студенты делятся на группы: основную (практически здоровые), подготовительную (с ослабленным здоровьем) и специальную (имеющие отклонения в состоянии здоровья).

Студенты, освобожденные от практических занятий по состоянию здоровья, не освобождаются от сдачи зачета по дисциплине и оцениваются по результатам подготовки теоретических вопросов и заданий для устного опроса.

В конце каждого семестра студент должен получить зачет по физическому воспитанию. При проведении зачета учитывается выполнение студентами контрольных нормативов, как по общей физической подготовке, так и по специальным нормативам.

В ходе собеседования определяется степень овладения студентами теоретическим материалом. Учитывается также посещаемость занятий. Итоговая аттестация проводится в форме устного опроса по теоретическому и методическому разделам программы. При итоговой аттестации в окончательной оценке учитывается уровень выполнения студентом всех практических разделов программы.

При определении уровня достижений студентов при устном ответе необходимо обращать особое внимание на следующее:

- дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос;
- показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном оперировании понятиями, умении выделить существенные и несущественные его признаки, причинно-следственные связи;
- знание об объекте демонстрируется на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей;
- ответ формулируется в терминах науки, изложен литературным языком, логичен, доказателен, демонстрирует авторскую позицию студента;
- теоретические постулаты подтверждаются примерами из практики.

При определении уровня достижений студентов при выполнении контрольных нормативов необходимо обращать особое внимание на следующее:

- показано понимание индивидуальной степени состояния здоровья и физического развития;
- умение выбирать соответствующие физические упражнения для определения уровня сформированности своей физической подготовленности;
- задание выполнено с соблюдением методических требований к выполнению;
- показан оценочный результат при выполнении; – выполнение задания теоретически обосновано.

12. Перечень информационных технологий

Реализация учебной программы обеспечивается доступом каждого студента к информационным ресурсам – электронной библиотеке и сетевым ресурсам Интернет. Для использования ИКТ в учебном процессе используется программное обеспечение, позволяющее осуществлять поиск, хранение, систематизацию, анализ и презентацию информации, экспорт информации на цифровые носители, организацию взаимодействия в реальной и виртуальной образовательной среде.

Индивидуальные результаты освоения дисциплины студентами фиксируются в электронной информационно-образовательной среде университета.

12.1 Перечень программного обеспечения

1. Microsoft Windows 7 Pro
2. Microsoft Office Professional Plus 2010
3. 1С: Университет ПРОФ

12.2 Перечень информационно-справочных систем

1. Информационно-правовая система «ГАРАНТ» (<http://www.garant.ru>)
2. Справочная правовая система «Консультант Плюс» (<http://www.consultant.ru>)

12.2 Перечень современных профессиональных баз данных

1. Профессиональная база данных «Открытые данные Министерства образования и науки

РФ» (<http://xn----8sblcdzzacvuc0jbg.xn--80abucjiibhv9a.xn--p1ai/opendata/>)

2. Электронная библиотечная система Znanium.com(<http://znanium.com/>)
3. Единое окно доступа к образовательным ресурсам (<http://window.edu.ru>)

13. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля)

Для проведения практических занятий, а также организации самостоятельной работы студентов материально-техническая база включает в себя наличие:

- спортивного комплекса «Олимпийский», который включает в себя 10 спортивных площадок по различным видам спорта;
- 4 универсальных спортивных зала;
- зал борьбы и бокса;
- гимнастический зал;
- лыжная база (400 пар лыж);
- тренажерный зал;
- зал для занятий фитнесом.

Спортивные объекты обеспечены всем необходимым инвентарем.

Реализация учебной программы обеспечивается доступом каждого студента к информационным ресурсам – институтскому библиотечному фонду и сетевым интернет-ресурсам. Для использования ИКТ в учебном процессе имеется наличие программного обеспечения, позволяющего осуществлять поиск информации в сети интернет, систематизацию, анализ и презентацию информации, экспорт информации на цифровые носители.

Учебная аудитория для проведения учебных занятий.

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

Спортивный зал общефизической подготовки.

Основное оборудование:

Брусья гимнастические мужские массовые; канаты для лазания; козел гимнастический прыжковый; конь гимнастический прыжковый; мостик гимнастический подпружиненный; мяч волейбольный № 5; сетка заградительная; стенка гимнастическая шведская (дерево); столы теннисный; ферма выноса баскетбольного щита; щит баскетбольный с корзиной; мат гимнастический; мяч футбольный; мяч баскетбольный; сетка волейбольная; скамейка гимнастическая; ракетки н/теннис; перекладина.

Стадион с твердым покрытием.

Основное оборудование:

Легкоатлетическое ядро (беговые дорожки, сектора для прыжков в длину, высоту, толкания ядра, яма «стипль-чез»), открытая баскетбольная площадка, открытая волейбольная площадка, футбольное поле стадиона, хоккейный корт, площадка для игры в мини-футбол, теннисный корт, площадка «Воркаут», площадка уличных тренажеров, скалодром, военизированная полоса препятствий, учебно-тренировочная пожарная вышка.

Помещение для самостоятельной работы.

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Автоматизированное рабочее место в составе (персональный компьютер с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета – 3 шт.)

Учебно-наглядные пособия:

Презентации.

Помещение для самостоятельной работы.

Читальный зал.

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением

доступа в электронную информационно-образовательную среду университета (компьютер 10 шт., проектор с экраном, многофункциональное устройство, принтер)

Учебно-наглядные пособия:

Учебники и учебно-методические пособия, периодические издания, справочная литература.

Стенды с тематическими выставками.

Помещение для самостоятельной работы.

Читальный зал электронных ресурсов.

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета (компьютер 12 шт., мультимедийный проектор, многофункциональное устройство, принтер)

Учебно-наглядные пособия:

Презентации

Электронные диски с учебными и учебно-методическими пособиями.