

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
ФГБОУ ВО «БАЙКАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебной работе
к.э.н., доцент Волченко Л.Ю

25.05.2018г.

Рабочая программа дисциплины

Б1.В.9. Физическая культура и спорт (элективные дисциплины): атлетическая гимнастика, аэробика, бадминтон, баскетбол, волейбол, настольный теннис, специальная медицинская группа

Направление подготовки (специальность): 37.05.02 Психология служебной деятельности

Специализация: Морально-психологическое обеспечение служебной деятельности

Квалификация выпускника: психолог

Форма обучения: очная, очно-заочная

	Очная ФО	Очно-заочная ФО
Курс	1	1
Семестр	11-12	12
Лекции (час)	0	0
Практические (сем, лаб.) занятия (час)	66	2
Самостоятельная работа, включая подготовку к экзаменам и зачетам (час)	262	326
Курсовая работа (час)		
Всего часов	328	328
Зачет (семестр)	12	12
Экзамен (семестр)		

Иркутск 2018

Программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению 37.05.02
Психология служебной деятельности.

Авторы Е.Г. Чмаркова, И.И. Изотова

А.А. Малёванный

А.В. Черкашин

Л.В. Семёнов

К.В. Якимов

Е.В. Черкашина

Рабочая программа обсуждена и утверждена на заседании кафедры
физической культуры и спорта

Заведующий кафедрой И.И. Изотова

1. Цели изучения дисциплины

Цель освоения дисциплины по физическому воспитанию является – формирования физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

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

Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Код компетенции по ФГОС ВО	Компетенция
ОК-9	способность организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни

Структура компетенции

Компетенция	Формируемые ЗУНы
ОК-9 способность организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни	З. Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни У. Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни Н. Владеть навыками самоорганизации в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни

3. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Принадлежность дисциплины - БЛОК 1 ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛИ): Вариативная часть.

Дисциплины, использующие знания, умения, навыки, полученные при изучении данной: "Специальная подготовка"

4. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость дисциплины составляет 0 зач. ед., 328 часов.

Вид учебной работы	Количество часов (очная ФО)	Количество часов (очно-заочная ФО)
Контактная(аудиторная) работа		
Лекции	0	0
Практические (сем, лаб.) занятия	66	2
Самостоятельная работа, включая подготовку к экзаменам и зачетам	262	326
Всего часов	328	328

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

5.1. Содержание разделов дисциплины

Очно-заочная форма обучения

№ п/п	Раздел и тема дисциплины	Семестр	Лекции	Семинар Лаборат. Практич.	Самостоят. раб.	В интерактивной форме	Формы текущего контроля успеваемости
1	Правила, нормативы, организация соревнований (по видам спорта)	12	0		22		Тест 1
2	Спортивная техника (по видам спорта)	12	0	2	200		Тест 2
3	Спортивная тактика (по видам спорта)	12	0		104		
	ИТОГО			2	326		

Очная форма обучения

№ п/п	Раздел и тема дисциплины	Семестр	Лекции	Семинар Лаборат. Практич.	Самостоят. раб.	В интерактивной форме	Формы текущего контроля успеваемости
1	Правила, нормативы, организация соревнований (по видам спорта)	11	0	15	31		Тест 1
2	Спортивная техника (по видам спорта)	11	0	15	100		Тест 2
3	Спортивная тактика (по видам спорта)	12	0	36	131		
	ИТОГО			66	262		

5.2. Лекционные занятия, их содержание

5.3. Семинарские, практические, лабораторные занятия, их содержание

№ раздела и темы	Содержание и формы проведения
1	Правила, нормативы, организация соревнований (по видам спорта). Учебное занятие
2	Спортивная техника (по видам спорта). Учебное занятие
3	Спортивная тактика (по видам спорта). Учебное занятие

6. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (полный текст приведен в приложении к рабочей программе)

6.1. Текущий контроль

№ п/п	Этапы формирования компетенций (Тема из рабочей программы дисциплины)	Перечень формируемых компетенций по ФГОС ВО	(ЗУНы: (З.1...З.п, У.1...У.п, Н.1...Н.п)	Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (Наименование оценочного средства)	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания (по 100-балльной шкале)
1	1. Правила, нормативы, организация соревнований (по видам спорта)	ОК-9	З.Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни У.Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни Н.Владеть навыками самоорганизации в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни	Тест 1	Посещение занятий. Знание правил соревнования (50)
2	2. Спортивная техника (по видам спорта)	ОК-9	З.Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни У.Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни Н.Владеть навыками самоорганизации в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни	Тест 2	Посещение занятий. Правильность выполнения упражнения (50)
				Итого	100

6.2. Промежуточный контроль (зачет, экзамен)

Рабочим учебным планом предусмотрен Зачет в семестре 12.

ВОПРОСЫ ДЛЯ ПРОВЕРКИ ЗНАНИЙ:

1-й вопрос билета (100 баллов), вид вопроса: Тест/проверка знаний. Критерий: Правильность выполнения, соблюдение нормативов.

Компетенция: ОК-9 способность организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни

Знание: Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни

1. Выполнение нормативов по видам спорта

ОБРАЗЕЦ БИЛЕТА

Министерство науки и высшего образования
Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение
высшего образования
**«БАЙКАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «БГУ»)**

Направление - 37.05.02 Психология
служебной деятельности
Профиль - Морально-психологическое
обеспечение служебной деятельности
Кафедра физической культуры и спорта
Дисциплина - Физическая культура и
спорт (элективные дисциплины):
атлетическая гимнастика, аэробика,
бадминтон, баскетбол, волейбол,
настольный теннис, специальная
медицинская группа

БИЛЕТ № 1

1. Тест (100 баллов).

Составитель _____ Е.Г. Чмаркова

Заведующий кафедрой _____ И.И. Изотова

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

а) основная литература:

1. Казанцева Н. В., Глазова Е. В., Малёванный А. А. Методика обучения бадминтону для студентов средних специальных и высших учебных заведений. учеб. пособие. Электронный ресурс/ Н. В. Казанцева, Е. В. Глазова, А. А. Малёванный.- Иркутск: Изд-во БГУ, 2016.-102 с.
2. Физическое воспитание студентов. учеб. пособие/ И. И. Изотова [и др].- Иркутск: Изд-во БГУЭП, 2015.-188 с.
3. [Бурмистров В.Н. Атлетическая гимнастика для студентов \[Электронный ресурс\] : учебное пособие / В.Н. Бурмистров, С.С. Бучнев. — Электрон. текстовые данные. — М. : Российский университет дружбы народов, 2012. — 172 с. — 978-5-209-03557-2. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/11566.html](http://www.iprbookshop.ru/11566.html)
4. [Быченков С.В. Атлетическая гимнастика для студентов \[Электронный ресурс\] : учебно-методическое пособие / С.В. Быченков. — Электрон. текстовые данные. — Саратов: Вузовское образование, 2016. — 50 с. — 2227-8397. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/49862.html](http://www.iprbookshop.ru/49862.html)
5. [Гринева Т.А. Аэробика \[Электронный ресурс\] : учебное пособие / Т.А. Гринева, Н.с. Лешева. — Электрон. текстовые данные. — СПб. : Санкт-Петербургский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2015. — 97 с. — 978-5-9227-0558-5. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/49951.html](http://www.iprbookshop.ru/49951.html)
6. [Жданов В.Ю. Обучение настольному теннису за 5 шагов \[Электронный ресурс\] / В.Ю. Жданов, И.Ю. Жданов, Ю.А. Милоданова. — Электрон. текстовые данные. — М. :](#)

Издательство «Спорт», 2015. — 128 с. — 978-5-9906734-4-1. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/43908.html>

7. [Золотавина И.В. Техника и тактика игры в баскетбол. Основы обучения и совершенствования \[Электронный ресурс\] : учебно-методическое пособие / И.В. Золотавина. — Электрон. текстовые данные. — Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2018. — 152 с. — 978-5-4486-0131-6. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/70784.html>](#)

8. [Караулова, Л. К. Физиологические основы адаптивной физической культуры : учебное пособие / Л. К. Караулова, М. М. Расулов. — Москва : Московский городской педагогический университет, 2010. — 68 с. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : \[сайт\]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/26642.html>](#)
[Физическая культура для студентов специальной медицинской группы \[Электронный ресурс\] : учебное пособие / А.В. Токарева \[и др.\]. — Электрон. текстовые данные. — СПб. : Санкт-Петербургский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2016. — 140 с. — 978-5-9227-0637-7. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/63647.html>](#)

9. [Межман И.Ф. Научись играть в волейбол \[Электронный ресурс\] : учебное пособие / И.Ф. Межман. — Электрон. текстовые данные. — Самара: Поволжский государственный университет телекоммуникаций и информатики, 2017. — 335 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/75390.html>](#)

10. [Смирнов Ю.Н. Бадминтон \[Электронный ресурс\] : учебник / Ю.Н. Смирнов. — Электрон. текстовые данные. — М. : Советский спорт, 2011. — 248 с. — 978-5-9718-0492-5. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/9874.html>](#)

б) дополнительная литература:

1. Железняк Ю. Д., Портнов Ю. М., Железняк Ю. Д. Спортивные игры. Совершенствование спортивного мастерства. учеб. для вузов. допущено УМО по педагогич. образованию. 3-е изд., стер./ Ю. Д. Железняк [и др.].- М.: Академия, 2008.-397 с.

2. [Ковыршина Е.Ю. Разновидности спортивных игр \[Электронный ресурс\] : учебное пособие / Е.Ю. Ковыршина, Ю.Н. Эртман, В.Ф. Кириченко. — Электрон. текстовые данные. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017. — 108 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/74277.html>](#)

3. [Серова Л.К. Управление подготовкой спортсменов в настольном теннисе \[Электронный ресурс\] : учебное пособие / Л.К. Серова. — Электрон. текстовые данные. — М. : Издательство «Спорт», 2016. — 96 с. — 978-5-906839-27-5. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/55594.html>](#)

8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля), включая профессиональные базы данных и информационно-справочные системы

Для освоения дисциплины обучающемуся необходимы следующие ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

– Сайт Байкальского государственного университета, адрес доступа: <http://bgu.ru/>, доступ круглосуточный неограниченный из любой точки Интернет

– Электронно-библиотечная система IPRbooks, адрес доступа: <http://www.iprbookshop.ru>, доступ неограниченный

9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Изучать дисциплину рекомендуется в соответствии с той последовательностью, которая обозначена в ее содержании.

На лекциях преподаватель озвучивает тему, знакомит с перечнем литературы по теме, обосновывает место и роль этой темы в данной дисциплине, раскрывает ее практическое значение. В ходе лекций студенту необходимо вести конспект, фиксируя основные понятия и проблемные вопросы.

Изучение дисциплины (модуля) включает самостоятельную работу обучающегося.

Основными видами самостоятельной работы студентов с участием преподавателей являются:

- текущие консультации;
- выполнение рекомендованного режима подготовки.

Основными видами самостоятельной работы студентов без участия преподавателей являются:

- выполнение рекомендованного режима дня;
- самостоятельное изучение отдельных тем или вопросов по учебникам или учебным пособиям;
- подготовка к учебным занятиям;
- выполнение домашних заданий и упражнений.

10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения

В учебном процессе используется следующее программное обеспечение:

- MS Office,

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

В учебном процессе используется следующее оборудование:

- Учебные аудитории для проведения: занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, практических занятий, выполнения курсовых работ, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектованные специализированной мебелью и техническими средствами обучения,
- Спортивные залы