



Программу составил(и):

Залевская Елена Николаевна

При наличии обучающихся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья, которым необходим особый порядок освоения дисциплины (модуля), по их желанию разрабатывается адаптированная к ограничениям их здоровья рабочая программа дисциплины (модуля).

Рабочая программа дисциплины

**Общая физическая подготовка**

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки). Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22 февраля 2018 г. № 125

составлена на основании учебного плана:

Направление подготовки: 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Направленность (профиль): «Экономика» и «Информатика»

утвержденного Учёным советом СГСПУ от 30.08.2019 протокол № 1.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

**Физического воспитания и спорта**

Протокол от 27.08.2019 г. № 1

Переутверждена на основании решения Ученого совета СГСПУ

Протокол заседания Ученого совета СГСПУ от 31.08.2022 г. №1

.Зав. кафедрой Воеводина Т.М.

Начальник УОП



Н.А. Доманина

**1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Цель изучения дисциплины:** формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

**Задачи изучения дисциплины:** формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом; овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту.

**Область профессиональной деятельности:** 01 Образование и наука

**2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

Цикл (раздел) ОП: Б1.О.05

**2.1 Требования к предварительной подготовке обучающегося:**

Содержание дисциплины базируется на материале: школьного курса «Физическая культура», «Биология», «Обществознание»

**2.2 Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:**

Безопасность жизнедеятельности

**3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности**

**УК-7.1. Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни**

Знает влияние оздоровительных средств физического воспитания в укреплении здоровья и организацию спортивно-массовых мероприятий для пропаганды здорового образа жизни.

Умеет применять средства физической культуры для поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

**УК-7.2. Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности**

Имеет опыт планирования и выполнения индивидуально подобранных комплексов физических упражнений общей, оздоровительной и профессионально-прикладной физической культуры.

**4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр	Часов	Интеракт.
	<b>Раздел 1. Легкая атлетика</b>			
1.1	Легкая атлетика /Пр/	1	2	2
1.2	Легкая атлетика /Ср/	1	16	0
	<b>Раздел 2. Гимнастика</b>			
2.1	Гимнастика /Пр/	1	4	0
2.2	Гимнастика /Ср/	1	30	0
	Зачет /Зачет/	1	4	0
	<b>Раздел 3. Волейбол</b>			
3.1	Волейбол /Пр/	2	2	2
3.2	Волейбол /Ср/	2	24	0
	<b>Раздел 4. Легкая атлетика</b>			
4.1	Легкая атлетика /Пр/	2	2	0
4.2	Легкая атлетика /Ср/	2	24	2
	Зачет /Зачет/	2	4	0
	<b>Раздел 5. Баскетбол</b>			
5.1	Баскетбол /Пр/	3	4	2
5.2	Баскетбол /Ср/	3	46	0
	Зачет /Зачет/	3	4	0
	<b>Раздел 6. Баскетбол</b>			
6.1	Баскетбол /Пр/	4	4	2
6.2	Баскетбол /Ср/	4	46	0
	Зачет /Зачет/	4	4	0
	<b>Раздел 7. Легкая атлетика</b>			
7.1	Легкая атлетика /Пр/	5	2	0
7.2	Легкая атлетика /Ср/	5	20	0
	<b>Раздел 8. Волейбол</b>			
8.1	Волейбол /Пр/	5	4	2
8.2	Волейбол /Ср/	5	24	0

	Зачет /Зачет/	5	4	0
<b>Раздел 9. Подвижные игры</b>				
9.1	Подвижные игры /Пр/	6	6	2
9.2	Подвижные игры/Ср/	6	44	0
	Зачет /Зачет/	6	4	0

**5. Оценочные и методические материалы по дисциплине (модулю)**

**5.1. Содержание аудиторной работы по дисциплине (модулю)**

<b>1 семестр, 3 практических занятия</b>			
<b>Раздел 1. Легкая атлетика</b>			
Практическое занятие № 1 (2 часа)			
Изучение техники бега на короткие дистанции. Техника работы рук, постановки ног, положение туловища.			
<b>Раздел 2. Гимнастика</b>			
Практическое занятие № 2 (2 часа)			
Общеразвивающие упражнения. Техника выполнения и правила написания.			
Практическое занятие № 3 (2 часа)			
Техника выполнения ОРУ в движении, стоя, сидя, лежа. Изучение техники вертикального и горизонтального равновесия на одной ноге.			
<b>2 семестр, 2 практических занятия</b>			
<b>Раздел 3. Волейбол</b>			
Практическое занятие № 1 (2 часа)			
История возникновения и современного состояния волейбола. Изучение стоек и передвижений волейболиста, техники владения мячом.			
Изучение подач и передач в волейболе. Учебная двухсторонняя игра.			
<b>Раздел 4. Легкая атлетика</b>			
Практическое занятие № 2 (2 часа)			
Изучение техники бега на короткие дистанции. Изучение техники бега по дистанции, финиширование. Изучение техники прыжка в длину с места.			
<b>3 семестр, 2 практических занятия</b>			
<b>Раздел 5. Баскетбол</b>			
Практическое занятие № 1 (2 часа)			
История возникновения и современного состояния баскетбола. Изучение стоек и передвижений баскетболиста. Передача мяча от груди двумя руками.			
Практическое занятие № 2 (2 часа)			
Изучение техники ведения мяча, передачи мяча от груди двумя руками. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками от груди. Учебная игра «Мяч капитану».			
<b>4 семестр, 2 практических занятия</b>			
<b>Раздел 6. Баскетбол</b>			
Практическое занятие № 1 (2 часа)			
Изучение техники ведения мяча, передачи мяча от груди двумя руками. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками от груди. Учебная игра «Мяч капитану».			
Практическое занятие № 2 (2 часа)			
Изучение передач и бросков в корзину двумя руками от груди, от плеча одной рукой. Учебная двухсторонняя игра.			
<b>5 семестр, 3 практических занятия</b>			
<b>Раздел 7. Легкая атлетика</b>			
Практическое занятие № 1 (2 часа)			
Изучение техники бега на средние и длинные дистанции, равномерный, переменный бег.			
<b>Раздел 8. Волейбол</b>			
Практические занятия № 2-3 (4 часа)			
Изучение подач в волейболе. Продолжать учить передачи. Учебная двухсторонняя игра.			
<b>6 семестр, 3 практических занятия</b>			
<b>Раздел 9. Подвижные игры</b>			
Практическое занятие № 1 (2 часа)			
Роль подвижных игр в формировании здорового образа жизни. Значение и место подвижных игр в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности, характеристика и классификация подвижных игр. Требования к подбору игр. Проведение подвижных игр преподавателем.			
Практические занятия № 2-3 (4 часа)			
Написание конспектов подвижных игр. Самостоятельное проведение и обсуждение обучающимися подвижной игры.			

**5.2. Содержание самостоятельной работы по дисциплине (модулю)**

**Содержание обязательной самостоятельной работы по дисциплине**

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы	Продукты деятельности
1	Легкая атлетика	Изучение видов легкой атлетики Изучение правил соревнований по видам легкой атлетики Изучение низкого техники низкого старта Написание реферата по проблеме легкой атлетики.	Краткое (1-2 мин) сообщение на практическом занятии Показ Реферат
2	Гимнастика	Изучение видов гимнастики Изучение правил соревнований по видам гимнастики	Краткое (1-2 мин) сообщение на практическом занятии

		Написание реферата по проблеме гимнастики. Развитие координационных и силовых физических качеств.	Дневник самоконтроля Реферат
3	Спортивные игры	Изучение правил соревнований по волейболу и баскетболу. Изучение интересных фактов об изучаемых спортивных играх. Развитие координационных и силовых физических качеств.	Практическое судейство  Краткое (1-2 мин) сообщение на практическом занятии
4	Подвижные игры	Составление конспекта подвижной игры Составление в составе группы сценария спортивного мероприятия.	Конспект Сценарий

**Содержание самостоятельной работы по дисциплине на выбор**

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы	Продукты деятельности
1	Легкая атлетика	Равномерная тренировка	Дневник самоконтроля
2	Гимнастика	Выполнение элементов и связок	Дневник самоконтроля
3	Спортивные игры	Двусторонняя игра	Дневник самоконтроля

**5.3.Образовательные технологии**

При организации изучения дисциплины будут использованы следующие образовательные технологии: информационно-коммуникационные технологии, технология организации самостоятельной работы, технология рефлексивного обучения, технология модульного обучения, технология игрового обучения, технологии групповой дискуссии, интерактивные технологии, технология проблемного обучения, технология организации учебно-исследовательской деятельности, технология проектного обучения, технология развития критического мышления.

**5.4. Текущий контроль, промежуточный контроль и промежуточная аттестация**

Балльно-рейтинговая карта дисциплины оформлена как приложение к рабочей программе дисциплины. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине оформлен отдельным документом.

**6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

**6.1. Рекомендуемая литература**

**6.1.1. Основная литература**

	Авторы, составители	Заглавие, ссылка на электронную библиотечную систему	Издательство, год
Л1.1	А.В. Завьялов, М.Н. Абраменко, И.В. Щербаков, И.Г. Евсева	Физическая культура и спорт в вузе : учебное пособие с ил. – Режим доступа: URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=572425">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=572425</a>	Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2018. – 106 с. ISBN 978-5-4499-0718-9
Л1.2	А.В. Зюкин, В.С. Кукарев, А.Н. Дитятин и др	Физическая культура и спорт : учебное пособие : [16+] /под ред. А.В. Зюкина, Л.Н. Шелковой, М.В. Габова; Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена. – Санкт-Петербург:– Режим доступа: URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=577592">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=577592</a>	Издательство РГПУ им. А.И. Герцена, 2017. – 372 с. : ил., табл. ISBN 978-5-8064-2668-1.

**6.1.2. Дополнительная литература**

	Авторы, составители	Заглавие, ссылка на электронную библиотечную систему	Издательство, год
Л2.1	Марков, К.К.	Техника современного волейбола : монография / К.К. Марков URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=364063">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=364063</a>	Сибирский Федеральный университет. – Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2013. – 220 с. ISBN 978-5-7638-2841-2
Л2.2	Роуз, Л.	Баскетбол чемпионов: основы: ил. – Режим доступа: URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=461434">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=461434</a>	Москва : Человек, 2014. – 273 с. I SBN 978-5-906131-22-5.

**6.2 Перечень программного обеспечения**

- Acrobat Reader DC
- Dr.Web Desktop Security Suite, Dr.Web Server Security Suite
- GIMP
- Microsoft Office 365 Pro Plus - subscription license (12 month) (Пакет программ Word, Excel, Access, PowerPoint, Outlook, OneNote, Publisher, Teams, OneDrive, Yammer, Stream, SharePoint Online).
- Microsoft Windows 10 Education
- XnView
- Архиватор 7-Zip

**6.3 Перечень информационных справочных систем, профессиональных баз данных**

- ЭБС «Университетская библиотека онлайн»
- Базы данных Springer eBooks

**7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

7.1	Наименование специального помещения: учебная аудитория для проведения практических занятий, групповых консультаций, индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации, Зал общей физической подготовки. Оснащенность: Стол теннисный, Мат гимнастический, Мячи волейбольные, Мячи баскетбольные, Щиты баскетбольные, Обручи гимнастические, Сетка волейбольная, Римская скамья складная, Бревно гимнастическое, Стойка, Степ платформа.
7.2	Наименование специального помещения: помещение для самостоятельной работы, Читальный зал. Оснащенность: ПК-4шт. с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду СГСПУ, Принтер-1 шт., Телефон-1шт., Письменный стол-4 шт., Парта-2 шт.
7.3	Наименование специального помещения: учебная аудитория для проведения практических занятий, текущего контроля, промежуточной аттестации, Спортивный зал. Оснащенность: Стол теннисный, Мат гимнастический, Мячи волейбольные, Мячи баскетбольные, Щиты баскетбольные, Обручи гимнастические, Сетка волейбольная, Римская скамья складная, Бревно гимнастическое, Стойка, Степ платформа.
7.4	Наименование специального помещения: учебная аудитория для проведения практических занятий, индивидуальных консультаций, групповых консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации, Учебная аудитория. Оснащенность: Меловая доска-1шт., Комплект учебной мебели, ноутбук, проекционное оборудование (мультимедийный проектор и экран).
7.5	Наименование специального помещения: помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования, Помещение для хранения оборудования ФФКС.

Балльно-рейтинговая карта дисциплины «Физическая культура и спорт (элективные дисциплины) (общая физическая подготовка)»  
 Курс 1 Семестр 1

Вид контроля		Минимальное количество баллов	Максимальное количество баллов
<b>Наименование раздела: «Легкая атлетика»</b>			
Текущий контроль по разделу:			
1	Аудиторная работа	16	20
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	2	10
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)		
Контрольное мероприятие по разделу		10	20
Промежуточный контроль		28	50
<b>Наименование раздела: «Гимнастика»</b>			
Текущий контроль по разделу:			
1	Аудиторная работа	14	20
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	2	5
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)		
Контрольное мероприятие по разделу		12	25
Промежуточный контроль		28	50
Промежуточная аттестация			
Итого:		56	100

Вид контроля	Перечень или примеры заданий, критерии оценки и количество баллов	Темы для изучения и образовательные результаты
<b>Текущий контроль по разделу «Легкая атлетика»</b>		
Аудиторная работа	Активная работа на занятии max 20 баллов	Темы: техника бега на короткие дистанции; специальные упражнения бегуна; техника высокого старта; техника прыжка в длину; бег с ускорением; бег на средние и длинные дистанции; равномерный, переменный бег; Образовательные результаты: умеет: использовать средства физического воспитания для поддержания уровня физической подготовки, обеспечивающей полноценную жизнедеятельность; владеет: системой практических навыков, направленных на укрепление здоровья, повышение собственных двигательных и функциональных возможностей
Самостоятельная работа (обяз.)	Краткое сообщение по теме max 5 Показ техники низкого старта max 5	Тема: История и проблемы современной легкой атлетики
Самостоятельная работа (на выбор)		
Контрольное мероприятие по разделу	Бег 100 м max 5 баллов Бег на средние дистанции или тест Куппера max 5 баллов Прыжки в длину с места max 5 баллов Тест на силу max 5 баллов	

Промежуточный контроль (кол-во баллов)	28-50 баллов	
<b>Текущий контроль по разделу «Гимнастика»</b>		
Аудиторная работа	Активная работа на занятии тах 20 баллов	Темы: общеразвивающие упражнения из положения стоя, сидя, лежа для различных групп мышц; упражнения на согласование движений с музыкой; выполнение гимнастических упражнений под музыку; акробатические упражнения; упражнения на равновесие; упражнение на осанку; комбинация упражнений на бревне; комбинация акробатических упражнений Образовательные результаты: владеет: методами укрепления своего здоровья, физического самосовершенствования; имеет опыт коммуникативного сотрудничества.
Самостоятельная работа (обяз.)	ведение дневника самоконтроля тах 5 баллов	Тема: Развитие координационных и силовых физических качеств.
Самостоятельная работа (на выбор)		
Контрольное мероприятие по разделу	Комбинация на бревне тах 10 баллов Комбинация в акробатике тах 10 баллов Комплекс аэробики тах 5 баллов	
Промежуточный контроль (кол-во баллов)	28-50 баллов	
Промежуточная аттестация	Представлены в фонде оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине	



Курс 1 Семестр 2

Вид контроля		Минимальное количество баллов	Максимальное количество баллов
<b>Наименование раздела: «Волейбол»</b>			
Текущий контроль по разделу:			
1	Аудиторная работа	10	20
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	9	15
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)		
Контрольное мероприятие по разделу		9	15
Промежуточный контроль		28	50
<b>Наименование раздела: «Легкая атлетика»</b>			
Текущий контроль по разделу:			
1	Аудиторная работа	14	20
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	2	10
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)		
Контрольное мероприятие по разделу		12	20
Промежуточный контроль		28	50
Промежуточная аттестация			
Итого:		56	100

Вид контроля	Перечень или примеры заданий, критерии оценки и количество баллов	Темы для изучения и образовательные результаты
<b>Текущий контроль по разделу «Волейбол»</b>		
Аудиторная работа	Активная работа на занятии max 20 баллов	Темы: история возникновения волейбола; стойки и перемещения, техника владения мячом, подачи, передачи, нападающие удары; двусторонняя игра; судейство игры. Образовательные результаты: владеет: методами укрепления своего здоровья, физического самосовершенствования; имеет опыт коммуникативного сотрудничества.
Самостоятельная работа (обяз.)	ведение дневника самоконтроля max 5 баллов; краткое сообщение по теме max 5 баллов; совершенствование физической подготовки max 5 баллов	Тема: Развитие координационных и силовых физических качеств.
Самостоятельная работа (на выбор)		
Контрольное мероприятие по разделу	Выполнение на оценку: передачи сверху двумя руками max 5 баллов; приема и передачи мяча снизу двумя руками 5 баллов подачи max 5 баллов	
Промежуточный контроль (кол-во баллов)	28-50 баллов	
<b>Текущий контроль по разделу «Легкая атлетика»</b>		
Аудиторная работа	Активная работа на занятии max 20 баллов	Темы: техника бега на короткие дистанции; специальные упражнения бегуна; техника высокого старта; техника прыжка в длину; бег с ускорением; бег на средние и длинные дистанции; равномерный, переменный бег; Образовательные результаты: умеет: использовать средства физического воспитания для поддержания уровня физической подготовки, обеспечивающей полноценную жизнедеятельность; владеет системой практических навыков, направленных на укрепление здоровья, повышение собственных двигательных и функциональных возможностей
Самостоятельная работа (обяз.)	Краткое сообщение по теме max 5 баллов совершенствование физической подготовки max 5 баллов	Тема: История и проблемы современной легкой атлетики
Самостоятельная работа (на выбор)		
Контрольное мероприятие по разделу	Бег 100 м max 5 баллов Бег на средние дистанции или тест Купера max 5 баллов Прыжки в длину с места max 5 баллов Тест на силу max 5 баллов	
Промежуточный контроль (кол-во баллов)	28-50 баллов	

Курс 2 Семестр 3

Вид контроля		Минимальное количество баллов	Максимальное количество баллов
<b>Наименование раздела: «Легкая атлетика»</b>			
Текущий контроль по разделу:			
1	Аудиторная работа	16	20
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	2	10
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)		
Контрольное мероприятие по разделу		10	20
Промежуточный контроль		28	50
<b>Наименование раздела: «Баскетбол»</b>			
Текущий контроль по разделу:			
1	Аудиторная работа	14	20
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	4	10
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)		
Контрольное мероприятие по разделу		10	20
Промежуточный контроль		28	50
Промежуточная аттестация			
Итого:		56	100

Вид контроля	Перечень или примеры заданий, критерии оценки и количество баллов	Темы для изучения и образовательные результаты
<b>Текущий контроль по разделу «Легкая атлетика»</b>		
Аудиторная работа	Активная работа на занятии max 20 баллов	Темы: техника бега на короткие дистанции; специальные упражнения бегуна; техника высокого старта; техника прыжка в длину; бег с ускорением; бег на средние и длинные дистанции; равномерный, переменный бег; Образовательные результаты: умеет: использовать средства физического воспитания для поддержания уровня физической подготовки, обеспечивающей полноценную жизнедеятельность; владеет системой практических навыков, направленных на укрепление здоровья, повышение собственных двигательных и функциональных возможностей
Самостоятельная работа (обяз.)	Краткое сообщение по теме max 5; совершенствование физической подготовки max 5 баллов	Тема: История и проблемы современной легкой атлетики
Самостоятельная работа (на выбор)		
Контрольное мероприятие по разделу	Бег 100 м max 5 баллов Бег на средние дистанции или тест Куппера max 5 баллов Прыжки в длину с места max 5 баллов Тест на силу max 5 баллов	
Промежуточный контроль (кол-во баллов)	28-50 баллов	
<b>Текущий контроль по разделу «Баскетбол»</b>		
Аудиторная работа	Активная работа на занятии max 20 баллов	Темы: история баскетбола; передвижения (стойки, ходьба, бег, прыжки, остановки); ловля мяча, передачи, ведение, броски в корзину; техника перемещений (основная защитная стойка и все виды перемещений защитника); техника овладения мячом (вырывание, выбивание мяча, перехват, противодействие ведению, проходу, броскам в корзину). Образовательные результаты: владеет: методами укрепления своего здоровья, физического самосовершенствования; имеет опыт коммуникативного сотрудничества.
Самостоятельная работа (обяз.)	ведение дневника самоконтроля max 5 баллов; совершенствование физической подготовки max 5 баллов	Тема: Развитие координационных и силовых физических качеств.
Самостоятельная работа (на выбор)		
Контрольное мероприятие по разделу	Ведение мяча max 10 баллов Выполнение штрафных бросков max 5 баллов Передача от груди двумя руками max 5 баллов	
Промежуточный контроль (кол-во баллов)	28-50 баллов	
Промежуточная аттестация	Представлены в фонде оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине	

Курс 2 Семестр 4

Вид контроля		Минимальное количество баллов	Максимальное количество баллов
<b>Наименование раздела: «Баскетбол»</b>			
Текущий контроль по разделу:			
1	Аудиторная работа	12	20
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	10	20
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)		
Контрольное мероприятие по разделу		6	10
Промежуточный контроль		28	50
<b>Наименование раздела: «Легкая атлетика»</b>			
Текущий контроль по разделу:			
1	Аудиторная работа	16	20
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	2	10
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)		
Контрольное мероприятие по разделу		10	20
Промежуточный контроль		28	50
Промежуточная аттестация			
Итого:		56	100

Вид контроля	Перечень или примеры заданий, критерии оценки и количество баллов	Темы для изучения и образовательные результаты
<b>Текущий контроль по разделу «Баскетбол»</b>		
Аудиторная работа	Активная работа на занятии max 20 баллов	Темы: тактика игры в защите; тактика нападения; индивидуальные, групповые действия; тренировка и двусторонняя игра; судейство игры. Образовательные результаты: владеет: методами укрепления своего здоровья, физического самосовершенствования; имеет опыт коммуникативного сотрудничества.
Самостоятельная работа (обяз.)	ведение дневника самоконтроля max 5 баллов; краткое сообщение по теме max 5 баллов; совершенствование физической подготовки max 10 баллов	Тема: Развитие координационных и силовых физических качеств.
Самостоятельная работа (на выбор)		
Контрольное мероприятие по разделу	Выполнение: атаки кольца в движении max 5 баллов; судейство max 5 баллов	
Промежуточный контроль (кол-во баллов)	28-50 баллов	
<b>Текущий контроль по разделу «Легкая атлетика»</b>		
Аудиторная работа	Активная работа на занятии max 20 баллов	Темы: техника бега на короткие дистанции; специальные упражнения бегуна; техника высокого старта; техника прыжка в длину; бег с ускорением; бег на средние и длинные дистанции; равномерный, переменный бег; Образовательные результаты: умеет: использовать средства физического воспитания для поддержания уровня физической подготовки, обеспечивающей полноценную жизнедеятельность; владеет системой практических навыков, направленных на укрепление здоровья, повышение собственных двигательных и функциональных возможностей
Самостоятельная работа (обяз.)	Краткое сообщение по теме max 5 баллов совершенствование физической подготовки max 5 баллов	История и проблемы современной легкой атлетики
Самостоятельная работа (на выбор)		
Контрольное мероприятие по разделу	Бег 100 м max 5 баллов Бег на средние дистанции или тест Куппера max 5 баллов Прыжки в длину с места max 5 баллов Тест на силу max 5 баллов	
Промежуточный контроль (кол-во баллов)	34-50 баллов	

Курс 3 Семестр 5

Вид контроля		Минимальное количество баллов	Максимальное количество баллов
<b>Наименование раздела: «Легкая атлетика»</b>			
Текущий контроль по разделу:			
1	Аудиторная работа	16	20
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	2	10
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)		
Контрольное мероприятие по разделу		10	20
Промежуточный контроль		28	50
<b>Наименование раздела: «Волейбол»</b>			
Текущий контроль по разделу:			
1	Аудиторная работа	14	20
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	8	20
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)		
Контрольное мероприятие по разделу		6	10
Промежуточный контроль		28	50
Промежуточная аттестация			
Итого:		56	100

Вид контроля	Перечень или примеры заданий, критерии оценки и количество баллов	Темы для изучения и образовательные результаты
<b>Текущий контроль по разделу «Легкая атлетика»</b>		
Аудиторная работа	Активная работа на занятии тах 20 баллов	Темы: техника бега на короткие дистанции; специальные упражнения бегуна; техника высокого старта; техника прыжка в длину; бег с ускорением; бег на средние и длинные дистанции; равномерный, переменный бег; Образовательные результаты: умеет: использовать средства физического воспитания для поддержания уровня физической подготовки, обеспечивающей полноценную жизнедеятельность; владеет системой практических навыков, направленных на укрепление здоровья, повышение собственных двигательных и функциональных возможностей
Самостоятельная работа (обяз.)	Краткое сообщение по теме тах 5; совершенствование физической подготовки тах 5 баллов	Тема: История и проблемы современной легкой атлетики
Самостоятельная работа (на выбор)		
Контрольное мероприятие по разделу	Бег 100 м тах 5 баллов Бег на средние дистанции или тест Куппера тах 5 баллов Прыжки в длину с места тах 5 баллов Тест на силу тах 5 баллов	
Промежуточный контроль (кол-во баллов)	28-50 баллов	
<b>Текущий контроль по разделу «Волейбол»</b>		
Аудиторная работа	Активная работа на занятии тах 20 баллов	Темы: элементы тактики: индивидуальные, групповые и командные действия; тренировка и двусторонняя игра; судейство игры; Образовательные результаты: владеет: методами укрепления своего здоровья, физического самосовершенствования; имеет опыт коммуникативного сотрудничества.
Самостоятельная работа (обяз.)	ведение дневника самоконтроля тах 5 баллов; краткое сообщение по теме тах 5 баллов; совершенствование физической подготовки тах 10 баллов	Тема: Развитие координационных и силовых физических качеств.
Самостоятельная работа (на выбор)		
Контрольное мероприятие по разделу	Выполнение: нападающего удара тах 5 баллов; судейство тах 5 баллов	
Промежуточный контроль (кол-во баллов)	28-50 баллов	
Промежуточная аттестация	Представлены в фонде оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине	



Курс 3 Семестр 6

Вид контроля		Минимальное количество баллов	Максимальное количество баллов
<b>Наименование раздела: «Подвижные игры»</b>			
Текущий контроль по разделу:			
1	Аудиторная работа	12	20
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	10	20
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)		
Контрольное мероприятие по разделу		6	10
Промежуточный контроль		28	50
<b>Наименование раздела: «Легкая атлетика»</b>			
Текущий контроль по разделу:			
1	Аудиторная работа	16	20
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	2	10
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)		
Контрольное мероприятие по разделу		10	20
Промежуточный контроль		28	50
Промежуточная аттестация			
Итого:		56	100

Вид контроля	Перечень или примеры заданий, критерии оценки и количество баллов	Темы для изучения и образовательные результаты
<b>Текущий контроль по разделу «Подвижные игры»</b>		
Аудиторная работа	Активная работа на занятии max 20 баллов	Темы: Методика составления конспекта и проведения занятий по подвижным играм: роль подвижных игр в формировании здорового образа жизни; значение и место подвижных игр в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности; характеристика и классификация подвижных игр; требования к подбору игр; методика обучения подвижным играм; методика проведения самой подвижной игры; составление конспекта проведения подвижной игры. Составление планов-сценариев и самостоятельное проведение обучающимися физкультурно-оздоровительных мероприятий или праздников (по выбору) Образовательные результаты: владеет: методами укрепления своего здоровья, физического самосовершенствования; имеет опыт коммуникативного сотрудничества.
Самостоятельная работа (обяз.)	Конспект max 10 баллов; Сценарий max 10 баллов	Тема: Составление планов-сценариев и самостоятельное проведение обучающимися физкультурно-оздоровительных мероприятий или праздников (по выбору)
Самостоятельная работа (на выбор)		
Контрольное мероприятие по разделу	Выполнение: проведение игры max 5 баллов; проведение праздника в группе max 5 баллов	
Промежуточный контроль (кол-во баллов)	28-50 баллов	
<b>Текущий контроль по разделу «Легкая атлетика»</b>		
Аудиторная работа	Активная работа на занятии max 20 баллов	Темы: техника бега на короткие дистанции; специальные упражнения бегуна; техника высокого старта; техника прыжка в длину; бег с ускорением; бег на средние и длинные дистанции; равномерный, переменный бег; Образовательные результаты: умеет: использовать средства физического воспитания для поддержания уровня физической подготовки, обеспечивающей полноценную жизнедеятельность; владеет системой практических навыков, направленных на укрепление здоровья, повышение собственных двигательных и функциональных возможностей
Самостоятельная работа (обяз.)	Краткое сообщение по теме max 5 баллов совершенствование физической подготовки max 5 баллов	История и проблемы современной легкой атлетики
Самостоятельная работа (на выбор)		
Контрольное мероприятие по разделу	Бег 100 м max 5 баллов Бег на средние дистанции или тест Куппера max 5 баллов Прыжки в длину с места max 5 баллов Тест на силу max 5 баллов	
Промежуточный контроль (кол-во баллов)	28-50 баллов	