Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Кислова Наталья Николаевна
Должность: Проректор по УМР и качеству образования
Дата подписания: 28.10.2025 20:27
Уникальный программный ключ:
52802513f5b14a975b3e9b13008093d5726b159bf6064f865ae65b96a966c035

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Самарский государственный социально-педагогический университет»

Кафедра философии, истории и теории мировой культуры и искусства

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по УМР и КО,
председатель УМС СГСПУ
_____Н.Н. Кислова

МОДУЛЬ "ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЙ"
Общая физическая подготовка

рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Философии, истории и теории мировой культуры и искусства**

Учебный план ФКИ-625ПХз(4г6м)
Направление подготовки: 52.03.01 Хореографическое искусство
Направленность (профиль): «Педагогика хореографии»

Квалификация **бакалавр**

Форма обучения **заочная**

Общая трудоемкость **0 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 328
в том числе:
аудиторные занятия 36
самостоятельная работа 292

Виды контроля в семестрах:
зачеты 1, 2, 3, 4, 5, 6

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр(Курс.Номер семестра на курсе)	1(1.1)		2(1.2)		3(2.1)		4(2.2)		5(3.1)		6(3.2)		Итого	
Вид занятий	УП	РПД	УП	РПД	УП	РПД	УП	РПД	УП	РПД	УП	РПД	УП	РПД
Практические	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	36	36
В том числе инт.	2	2	2	2	2	2	2	2	0	0	0	0	8	8
Итого ауд.	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	36	36
Контактная работа	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	36	36
Сам. работа	50	50	50	50	48	48	48	48	48	48	48	48	292	292
Итого	56	56	56	56	54	54	54	54	54	54	54	54	328	328

Программу составил(и):

Кожевникова Татьяна Викторовна

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

Физическая культура и спорт (элективные дисциплины)

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 52.03.01 Хореографическое искусство (уровень бакалавриата) (приказ Минобрнауки России от 16.11.2017 г. № 1121)

составлена на основании учебного плана:

Направление подготовки: 52.03.01 Хореографическое искусство
Направленность (профиль): «Педагогика хореографии»

утвержденного Учёным советом СГСПУ от 21.03.2025 протокол № 9

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Философии, истории и теории мировой культуры и искусства

Протокол от 27.05.2025 г. №10
Зав. кафедрой Ягафова Е.А.

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.04

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.
Знает основы формирования специальных упражнений для развития профессионально необходимых физических качеств
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.
Умеет: грамотно распределять физические нагрузки во время исполнения классического экзерсиса; создавать и выполнять комплексы специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей организма; осуществлять наблюдения над своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимами физической нагрузки.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр	Часов	Интеракт.
	Раздел 1. Легкая атлетика			
1.1	Легкая атлетика /Пр/	1	6	2
1.2	Легкая атлетика /Ср/	1	50	0
	Раздел 2. Гимнастика			
2.1	Гимнастика /Пр/	2	6	2
2.2	Гимнастика /Ср/	2	50	0
	Раздел 3. Волейбол			
3.1	Волейбол /Пр/	3	6	2
3.2	Волейбол /Ср/	3	48	0
	Раздел 4. Легкая атлетика			
4.1	Легкая атлетика /Пр/	4	6	2
4.2	Легкая атлетика /Ср/	4	48	0
	Раздел 5. Баскетбол			
5.1	Баскетбол /Пр/	5	6	0
5.2	Баскетбол /Ср/	5	48	0
	Раздел 6. Баскетбол			
6.1	Баскетбол /Пр/	6	6	0
6.2	Баскетбол /Ср/	6	48	0

5. Оценочные и методические материалы по дисциплине (модулю)

5.1. Содержание аудиторной работы по дисциплине (модулю)

1 семестр, 3 практических занятия

Раздел 1. Легкая атлетика

Практические занятия №1-3 (6 часов)

Легкая атлетика.

Вопросы и задания:

Изучение техники бега на короткие дистанции. Техника работы рук, постановки ног, положение туловища.

Изучение техники бега на короткие дистанции. Техника старта, стартового разгона. Изучение техники бега с высоким подниманием бедра, со сгибанием голени назад.

Изучение техники бега на средние дистанции. Равномерная тренировка.

Изучение техники бега на средние дистанции: техника высокого старта, стартовое ускорение, бег по прямой и поворотам, финиширование.

2 семестр, 3 практических занятия

Раздел 2. Гимнастика

Практические занятия №4-6 (6 часов)

Вопросы и задания:

Изучение специальной терминологии. Строевые упражнения на месте и в движении.

Общеразвивающие упражнения. Техника выполнения и правила написания.

Техника выполнения ОРУ в движении, стоя, сидя, лежа. Изучение техники соскока прогнувшись, вертикального и горизонтального равновесия на одной ноге.

Изучение элементарных движений на бревне и в акробатике. Развитие гибкости.

Продолжать учить технике элементарных движений на бревне и в акробатике.

Изучение комбинации на бревне и в акробатике.

Изучение комплекса аэробики.

Продолжать учить комплекс аэробики и комбинации из элементарных движений на бревне и в акробатике.

Совершенствование изученных комбинаций.

Соревнования по гимнастике.

Контрольный урок по пройденному материалу.

3 семестр, 3 практических занятия

Раздел 3. Волейбол

Практические занятия №7-9 (6 часов)

Вопросы и задания:

История возникновения и современного состояния волейбола. Изучение стоек и передвижений волейболиста.

Изучение стоек и перемещений волейболиста, техники владения мячом.

Изучение верхней передачи двумя руками.

Изучение приему и передаче мяча двумя руками снизу. Продолжать учить верхнюю передачу двумя руками.

Продолжать учить приему и передаче двумя руками снизу и верхней передаче.

4 семестр, 3 практических занятия

Раздел 4. Легкая атлетика

Практические занятия №10-12 (6 часов)

Вопросы и задания:

Изучение техники бега на короткие дистанции. Изучение техники специальных упражнений бегуна, техника старта и стартового разгона.

Изучение техники бега на короткие дистанции. Изучение техники бега по дистанции, финиширование. Изучение техники прыжка в длину с места.

5 семестр, 3 практических занятия

Раздел 5. Баскетбол

Практические занятия №13-15 (6 часов)

Вопросы и задания:

История возникновения и современного состояния баскетбола. Изучение стоек и передвижений баскетболиста.

История возникновения и современного состояния баскетбола. Изучение стоек и передвижений баскетболиста.

Изучение стоек и передвижений баскетболиста, техники владения мячом. Передаче мяча от груди двумя руками.

Изучение техники ведения мяча, передачи мяча от груди двумя руками. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками от груди. Учебная игра «Мяч капитану».

6 семестр, 3 практических занятия

Раздел 6. Баскетбол

Практические занятия №16-18 (6 часов)

Вопросы и задания:

Изучение передач и бросков в корзину двумя руками от груди, от плеча одной рукой. Учебная двухсторонняя игра.

Изучение тактического приема атаки мяча в движении. Выполнение бросков в кольцо. Учебная двухсторонняя игра.

Совершенствование изученных технических и тактических приемов, правил судейства. Учебная двухсторонняя игра.

Выполнение изученных элементов баскетбола на оценку.

5.2. Содержание самостоятельной работы по дисциплине (модулю)

Содержание обязательной самостоятельной работы по дисциплине

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы студентов	Продукты деятельности
1	Легкая атлетика	Краткое сообщение по теме Показ техники низкого старта	Краткое (1-2 мин) сообщение на практическом занятии Показ
2	Гимнастика	Ведение дневника самоконтроля	Дневник самоконтроля
3	Волейбол	Ведение дневника самоконтроля Краткое сообщение по теме Совершенствование физической подготовки	Дневник самоконтроля Краткое (1-2 мин) сообщение на практическом занятии Показ
4	Легкая атлетика	Краткое сообщение по Совершенствование физической подготовки	Краткое (1-2 мин) сообщение на практическом занятии Показ
5	Баскетбол	Краткое сообщение по Совершенствование физической подготовки	Краткое (1-2 мин) сообщение на практическом занятии Показ
6	Баскетбол	Ведение дневника самоконтроля Краткое сообщение по теме Совершенствование физической подготовки	Дневник самоконтроля Краткое (1-2 мин) сообщение на практическом занятии Показ

Содержание самостоятельной работы по дисциплине на выбор студента

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы студентов	Продукты деятельности

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
(Обновляется при необходимости в течение всего срока обучения без переутверждения рабочей программы дисциплины)

Дата обращения к электронным учебным изданиям, электронным образовательным ресурсам, современным базам данных и информационным справочным системам совпадает с датой утверждения рабочей программы

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие, ссылка на электронную библиотечную систему	Издательство, год
Л1.1	Завьялов А.В., Абраменко М.Н., Щербаков И.В., Евсеева И.Г.	Физическая культура и спорт в вузе : учебное пособие с ил.:- URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=572425	Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2018.
Л1.2	Зюкин А.В., Кукарев В.С., Дитятин А.Н. и др	Физическая культура и спорт : учебное пособие. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=577592	Издательство РГПУ им. А.И. Герцена, 2017.

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: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364063	Сибирский Федеральный университет. – Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2013.

Л2.2	Гришина Ю.И.	Общая физическая подготовка: Знать и уметь: учебное пособие –.URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=271497	Ростов-на-Дону : Феникс, 2010

6.2 Перечень программного обеспечения
- Acrobat reader DC
- Dr.Web Desktop security, Dr.Web Server security
- GIMP
- Мой офис, сервисы Яндекс 360 для образования (почта, Яндекс Диск, Яндекс Телемост, Яндекс документы, Календарь)
- Многофункциональный сервис обмена информацией Max
- Архиватор 7-Zip
- Браузер Яндекс для организаций
6.3 Перечень информационных справочных систем, профессиональных баз данных
- ЭБС «Университетская библиотека онлайн»
- Базы данных Springer eBooks
- Единое содержание общего образования https://edsoo.ru/
- Библиотека цифрового образовательного контента https://моиуроки.рф/

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, Учебная аудитория. Оснащенность: Меловая доска-1шт., Комплект учебной мебели
7.2	Наименование специального помещения: помещение для самостоятельной работы, Читальный. Оснащенность: ПК-4шт. с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду СГСПУ, Письменный стол-4 шт., Парта-2 шт.

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
Работа над теоретическим материалом происходит кратко, схематично, последовательно фиксируются основные положения, выводы, формулировки, обобщения; помечать важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удается разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю. Проработка рабочей программы дисциплины, уделяя особое внимание целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Конспектирование источников, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с информационными источниками в разных форматах. Также в процессе изучения дисциплины методические рекомендации могут быть изданы отдельным документом.

Приложение

Балльно-рейтинговая карта дисциплины «Общая физическая подготовка»

Курс 1 Семестр 1

Вид контроля		Минимальное количество баллов	Максимальное количество баллов
Наименование раздела «Легкая атлетика»			
Текущий контроль по разделу:			
1	Аудиторная работа	26	40
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	20	40
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)		
Контрольное мероприятие по разделу		10	20
Промежуточный контроль		56	100

Курс 1 Семестр 1

Текущий контроль по разделу «Легкая атлетика»		
Аудиторная работа	Активная работа на занятии max 20 баллов	Тема: Легкая атлетика Образовательные результаты: Знает: влияние оздоровительных средств физического воспитания в укреплении здоровья и организацию спортивно-массовых мероприятий для пропаганды здорового образа жизни. Знает основы формирования специальных упражнений для развития профессионально необходимых физических качеств Умеет: применять средства физической культуры для поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности Имеет опыт: планирования и выполнения индивидуально подобранных комплексов физических упражнений общей, оздоровительной и профессионально-прикладной физической культуры. Умеет: грамотно распределять физические нагрузки во время исполнения классического экзерсиса; создавать и выполнять комплексы специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей организма; осуществлять наблюдения над своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимами физической нагрузки
Самостоятельная работа (обяз.)	Краткое сообщение по теме max 5 Показ техники низкого старта max 5	
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)	56-100 баллов	

Курс 1 Семестр 2

Наименование раздела «Гимнастика»			
Текущий контроль по модулю:			
1	Аудиторная работа	26	40
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	20	40
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)		
Контрольное мероприятие по разделу		10	20
Промежуточный контроль		56	100

Текущий контроль по разделу «Гимнастика»		
Аудиторная работа	Активная работа на занятии max 20 баллов	Тема: Гимнастика Образовательные результаты: Знает: влияние оздоровительных средств физического воспитания в укреплении здоровья и организацию спортивно-массовых мероприятий для пропаганды здорового образа жизни. Знает основы формирования специальных упражнений для развития профессионально необходимых физических качеств Умеет: применять средства физической культуры для поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности Имеет опыт: планирования и выполнения индивидуально подобранных комплексов физических упражнений общей, оздоровительной и профессионально-прикладной физической культуры. Умеет: грамотно распределять физические нагрузки во время исполнения классического экзерсиса; создавать и выполнять комплексы специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей организма; осуществлять наблюдения над своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимами физической нагрузки
Самостоятельная работа (обяз.)	ведение дневника самоконтроля max 5 баллов	
Самостоятельная работа (на выбор)		
Контрольное мероприятие по разделу	Комбинация на бревне max 10 баллов Комбинация в акробатике max 10 баллов Комплекс аэробики max 5 баллов	
Промежуточный контроль (кол-во баллов)	56-100 баллов	
Промежуточная аттестация	Представлены в фонде оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине	

Курс 2 Семестр 3

Наименование раздела « Волейбол »			
Текущий контроль по модулю:			
1	Аудиторная работа	26	40

2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	20	40
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)		
Контрольное мероприятие по разделу		10	20
Промежуточный контроль		56	100

Вид контроля	Перечень или примеры заданий, критерии оценки и количество баллов	Темы для изучения и образовательные результаты
Текущий контроль по разделу «Волейбол»		
Аудиторная работа	Активная работа на занятии max 20 баллов	Тема: Волейбол Образовательные результаты: Знает: влияние оздоровительных средств физического воспитания в укреплении здоровья и организацию спортивно-массовых мероприятий для пропаганды здорового образа жизни. Знает основы формирования специальных упражнений для развития профессионально необходимых физических качеств Умеет: применять средства физической культуры для поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности Имеет опыт: планирования и выполнения индивидуально подобранных комплексов физических упражнений общей, оздоровительной и профессионально-прикладной физической культуры. Умеет: грамотно распределять физические нагрузки во время исполнения классического экзерсиса; создавать и выполнять комплексы специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей организма; осуществлять наблюдения над своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимами физической нагрузки
Самостоятельная работа (обяз.)	ведение дневника самоконтроля max 5 баллов; краткое сообщение по теме max 5 баллов; совершенствование физической подготовки max 5 баллов	
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)	56-100 баллов	

Курс 2 Семестр 4

Наименование раздела « Легкая атлетика »			
Текущий контроль по модулю:			
1	Аудиторная работа	26	40
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	20	40
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)		
Контрольное мероприятие по разделу		10	20

Промежуточный контроль	56	100

Текущий контроль по разделу «Легкая атлетика»		
Аудиторная работа	Активная работа на занятии max 20 баллов	Тема: Легкая атлетика Образовательные результаты: Знает: влияние оздоровительных средств физического воспитания в укреплении здоровья и организацию спортивно-массовых мероприятий для пропаганды здорового образа жизни. Знает основы формирования специальных упражнений для развития профессионально необходимых физических качеств Умеет: применять средства физической культуры для поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности Имеет опыт: планирования и выполнения индивидуально подобранных комплексов физических упражнений общей, оздоровительной и профессионально-прикладной физической культуры. Умеет: грамотно распределять физические нагрузки во время исполнения классического экзерсиса; создавать и выполнять комплексы специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей организма; осуществлять наблюдения над своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимами физической нагрузки
Самостоятельная работа (обяз.)	Краткое сообщение по теме max 5 совершенствование физической подготовки max 5 баллов	
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)	56-100 баллов	

Курс 3 Семестр 5

Наименование раздела « Баскетбол »			
Текущий контроль по модулю:			
1	Аудиторная работа	26	40
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	20	40
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)		
Контрольное мероприятие по разделу		10	20
Промежуточный контроль		56	100

Вид контроля	Перечень или примеры заданий, критерии оценки и количество баллов	Темы для изучения и образовательные результаты
Текущий контроль по разделу «Баскетбол»		
Аудиторная работа	Активная работа на занятии max 20 баллов	Тема: Баскетбол Образовательные результаты: Знает: влияние оздоровительных средств физического воспитания в укреплении здоровья и организацию спортивно-массовых мероприятий для пропаганды здорового образа жизни. Знает основы формирования специальных упражнений для развития профессионально необходимых физических качеств Умеет: применять средства физической культуры для поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности Имеет опыт: планирования и выполнения индивидуально подобранных комплексов физических упражнений общей, оздоровительной и профессионально-прикладной физической культуры. Умеет: грамотно распределять физические нагрузки во время исполнения классического экзерсиса; создавать и выполнять комплексы специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей организма; осуществлять наблюдения над своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимами физической нагрузки
Самостоятельная работа (обяз.)	ведение дневника самоконтроля max 5 баллов; совершенствование физической подготовки max 5 баллов	
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)	56-100 баллов	
Промежуточная аттестация	Представлены в фонде оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине	

Курс 3 Семестр 6

Наименование раздела « Баскетбол »			
Текущий контроль по модулю:			
1	Аудиторная работа	26	40
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	20	40
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)		
Контрольное мероприятие по разделу		10	20
Промежуточный контроль		56	100

Вид контроля	Перечень или примеры заданий, критерии оценки и количество баллов	Темы для изучения и образовательные результаты
Текущий контроль по разделу «Баскетбол»		
Аудиторная работа	Активная работа на занятии max 20 баллов	Тема: Баскетбол Образовательные результаты: Знает: влияние оздоровительных средств физического воспитания в укреплении здоровья и организацию спортивно-массовых мероприятий для пропаганды здорового образа жизни. Знает основы формирования специальных упражнений для развития профессионально необходимых физических качеств Умеет: применять средства физической культуры для поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности Имеет опыт: планирования и выполнения индивидуально подобранных комплексов физических упражнений общей, оздоровительной и профессионально-прикладной физической культуры. Умеет: грамотно распределять физические нагрузки во время исполнения классического экзерсиса; создавать и выполнять комплексы специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей организма; осуществлять наблюдения над своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимами физической нагрузки
Самостоятельная работа (обяз.)	ведение дневника самоконтроля max 5 баллов; краткое сообщение по теме max 5 баллов; совершенствование физической подготовки max 10 баллов	
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)	56-100 баллов	