



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ИРКУТСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
ФГБОУ ВО «ИГУ»
Физкультурно-оздоровительный центр

УТВЕРЖДАЮ

 ДЕКАН В.К. КАРНАУХОВА

“21” марта 2018г.

Рабочая программа дисциплины

Наименование дисциплины **Б1.Б.23 Физическая культура**
(индекс дисциплины по учебному плану, наименование дисциплины)

Направление подготовки **09.03.03 "Прикладная информатика"**
(код, наименование направления подготовки)

Тип образовательной **Прикладной бакалавриат**
программы (академический бакалавриат, прикладной бакалавриат)

Направленность (профиль) **Разработка программного обеспечения**
подготовки **Прикладная информатика в дизайне**
(наименование профиля)

Квалификация (степень) **Бакалавр**
выпускника

Форма обучения **Очная, очно-заочная**
(очная, очно-заочная)

Одобрено УМС факультета сервиса и
рекламы:
Протокол № 8
от «14» марта 2018 г.

Председатель  В.К.Карнаухова

Рекомендовано физкультурно-оздоровительный
центр:
Протокол № 10
от «06» марта 2018 г.

Зав. кафедрой  Р.Ф.Проходовская

Иркутск 2018 г.

Содержание

	стр.
1. Цели и задачи дисциплины	3
2. Место дисциплины в структуре ОПОП	3
3. Требования к результатам освоения дисциплины	4
4. Объем дисциплины и виды учебной работы	4
5. Содержание дисциплины	5
6. Перечень семинарских, практических занятий и лабораторных работ	6
7. Методические рекомендации по самостоятельной работе студентов	7
8. Материально-техническое обеспечение дисциплины	8
9. Образовательные технологии	9
10. Оценочные средства	10

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель:

Целью физического воспитания студентов является формирование 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.

Физическая культура как учебная дисциплина решает образовательные, воспитательные и оздоровительные **задачи**:

- понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- знание биологических, психолого-педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- 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, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте;
- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Дисциплина «Физическая культура» входит в блок дисциплин базовой части учебного плана направления 09.03.03 «Прикладная информатика».

Организация процесса физического воспитания реализуется согласно Федерального закона о физической культуре и спорту в Российской Федерации, утвержденного приказом Министерства образования России № 655 от 27.10.1999г. «В условиях укрепления здоровья, повышенного качества физического воспитания, развития физкультурной, оздоровительной и спортивной работы студенческой молодежи», Приказом № 1025 от 01.12.1999г. Министерства образования Российской Федерации «Об организации процесса физического воспитания в образовательных учреждениях высшего профессионального образования» и ФГОС ВО.

Место дисциплины в структуре ОПОП: изучение дисциплины «Физическая культура» предусматривается базовой (обязательной) частью цикла Б.1 (по учебным планам на основе ФГОС ВО, базовой (обязательной) частью цикла Б.4 – по учебным планам на основе ФГОС ВПО).

Дисциплина, для которой данная дисциплина является предшествующей:

Безопасность жизнедеятельности.

3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Выпускник программы бакалавриата должен обладать **общекультурными компетенциями (ОК):**

- способностью использовать методы и инструменты физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК - 8 из ФГОС ВО);
- способностью к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)
- в соответствии с требованиями ФГОС ВПО.

В результате изучения дисциплины студент должен:

Знать: научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни.

Уметь: использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни.

Владеть: средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности.

4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Дисциплина «Физическая культура» реализуется в соответствии с Порядком проведения дисциплин (модулей) по физической культуре для обучающихся по программам бакалавриата и специалитета в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего профессионального образования «Иркутский государственный университет». Дисциплина «Физическая культура» реализуется:

- при очной форме обучения:

1) Базовая часть Блока 1 «Физическая культура» (включает теоретический материал) не менее 72 академических часов (2 зачетные единицы) следующим образом: в 1 и 2 семестрах дисциплина должна включать лекционные часы из расчета по 1 часу в неделю и часы на СРС).

- при очно-заочной форме обучения:

1) Базовая часть Блока 1 «Физическая культура» (включает теоретический материал) не менее 72 академических часов следующим образом: в объеме не менее 10 часов лекций и часы на СРС.

Форма обучения	курс	семестр	Трудоемкость дисциплины в часах			
			Всего часов	Лекции	Самостоятельная работа	Форма итогового контроля
Очная	1-4	1-8	72	1 час в неделю	1 час в неделю	зачет
Очно-заочная	1	1-2	72	10	62	зачет

Студенты очной формы обучения проходят врачебное обследование до начала учебных занятий по физическому воспитанию на 1 курсе и повторно на всех последующих курсах в начале каждого учебного года, а также перед спортивными соревнованиями, после перенесенных заболеваний, травм или длительных перерывов в занятиях физическими упражнениями, в студенческой поликлинике или в медучреждениях по месту жительства.

Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья ФОЦ ИГУ устанавливает особый порядок освоения дисциплины «Физическая культура» с учетом состояния их здоровья.

Студенты, не прошедшие медицинское обследование, или не предоставившие медицинские справки о состоянии здоровья с указанием категории медицинской группы по физической культуре, к учебным занятиям по дисциплине «Физическая культура» не допускаются.

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Всего зачетных единиц	Семестры							
			I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ										
1.	Физическая культура	72/2								
	Лекции	1	18	18						
	Самостоятельная работа студентов	1	18	18						
	Вид промежуточной аттестации	зачет	зачет	зачет						
	Контактная работа	40								
ОЧНО-ЗАОЧНАЯ, ЗАОЧНАЯ ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ										
1.	Физическая культура	72								
	Лекции	10	10							
	Самостоятельная работа студентов	62	62							
	Вид промежуточной аттестации	зачет	зачет							

5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

Физическая культура

Теоретический материал предусматривает овладение студентами объемом научно-практических и специальных знаний, необходимых для понимания природных и социальных процессов функционирования физической культуры общества и личности, умением их адаптивного, творческого использования для личностного и профессионального развития, организации здорового образа жизни и освоением комплекса ГТО при выполнении учебной, профессиональной, общественной и социальной деятельности. В дальнейшем теоретические сведения детализируются и закрепляются в углубленном освоении учебного материала при самостоятельной работе студентов, что дает возможность выбора путей реализации своей физической активности не только во время обучения в университете, но и позволяет вооружить его знаниями на последующий период жизни.

ОЧНО-ЗАОЧНАЯ, ЗАОЧНАЯ ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ

Физическая культура. Теоретический материал предусматривает овладение студентами объемом научно-практических и специальных знаний, необходимых для понимания природных и социальных процессов функционирования физической культуры общества и личности, умением их адаптивного, творческого использования для личностного и профессионального развития, организации здорового образа жизни и освоением комплекса ГТО при выполнении учебной, профессиональной, общественной и социальной деятельности. В дальнейшем теоретические сведения детализируются и закрепляются в углубленном освоении учебного

материала при самостоятельной работе студентов, что дает возможность выбора путей реализации своей физической активности не только во время обучения в университете, но и позволяет вооружить его знаниями на последующий период жизни.

5.2. Разделы (модули) и темы дисциплин и виды занятий(часы указаны из расчета 18 учебных недель в семестре – по очной форме обучения)

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лек ц.	Практ. зан.	Лаб. Зан.	Семина.	СРС	Всего
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ							
1.	Физическая культура						72
1.1.	Теоретический материал	36				36	
ОЧНО-ЗАОЧНАЯ И ЗАОЧНАЯ ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ							
1.	Физическая культура						72
1.1	Теоретический материал	10				62	

**6. ПЕРЕЧЕНЬ СЕМИНАРСКИХ, ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ РАБОТ
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ**

№ п/п	№ раздела (модуля) и темы дисциплины	Наименование семинаров, практических и лабораторных работ	Грудоемкость (часы)	Оценочные средства	Формируемые компетенции
1	2	3	4	5	6
1		ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА	72		
	1.1	ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ	36		
		Тема 1. Техника безопасности на занятиях по физической культуре. Общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе.	4		ОК-8, ОК-7
		Тема 2. История ФОЦ ИГУ.	2		
		Тема 3. Социально-биологические основы адаптации организма человека к физической и умственной деятельности, факторам среды обитания.	12		
		Тема 4. История возникновения физической культуры. Всероссийский комплекс «Готов к труду и обороне».	2		
		Тема 5. Основы рационального питания. Влияние рациона питания на психологическое состояние.	8		
		Тема 6. История Олимпийского движения. Участие России в Олимпийских Играх.	4		
		Тема 7. Профессионально-прикладная физическая подготовка будущих специалистов (ППФП). Образ жизни и его отражение в профессиональной деятельности.	4		
	1.2.	САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ	36		

ОЧНО-ЗАОЧНАЯ ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	№ раздела (модуля) и темы дисциплины	Наименование семинаров, практических и лабораторных работ	Грудоемкость (часы)	Оценочные средства	Формируемые компетенции
-------	--------------------------------------	---	---------------------	--------------------	-------------------------

1	2	3	4	5	6
1		ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА	72		
	1.1	ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ	10		
		Тема 1. Физическая культура в профессиональной подготовке студентов и социокультурное развитие личности студента.	4		ОК-7, ОК-8
		Тема 2. Профессионально-прикладная физическая подготовка будущих специалистов (ППФП)	3		
		Тема 3. История развития Всероссийского комплекса «Готов к труду и обороне»	3		
	1.2.	САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ	62		

6.2. Методические рекомендации по самостоятельной работе обучающихся

Целью самостоятельной работы обучающихся является овладение фундаментальными знаниями, профессиональными умениями и навыками по дисциплине, опытом творческой, научно-методической деятельности.

Самостоятельная работа обучающихся способствует развитию самостоятельности, ответственности и организованности, творческого подхода к решению проблем учебного профессионального уровня. Самостоятельное, и при помощи преподавателя, составление индивидуального плана тренировок и комплексов физических упражнений для формирования фигуры, укрепления здоровья, физического развития – это еще одна форма самостоятельной работы студентов. В процессе занятий физической культурой, особенно в группах со специальной медицинской направленностью, при выполнении комплексов физических упражнений студентам необходимо знать последовательность упражнений, технику их выполнения, уровень физической нагрузки, количество повторений каждого упражнения с учетом индивидуальных физических особенностей, возможностей организма.

Составление комплексов физических упражнений осуществляется во втором семестре обучения при помощи преподавателя физической культуры, в третьем и четвертом семестре – самостоятельно.

Самостоятельное составление индивидуальных комплексов физических упражнений, позволяет студенту приобретать знания о последовательности построения комплекса; умения целесообразно использовать физические упражнения с учетом индивидуальных особенностей и возможностей своего организма.

7. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ СТУДЕНТОВ

Целью самостоятельной работы студентов является овладение фундаментальными знаниями, профессиональными умениями и навыками по дисциплине, опытом творческой, научно-методической деятельности.

Самостоятельная работа студентов способствует развитию самостоятельности, ответственности и организованности, творческого подхода к решению проблем учебного профессионального уровня. Самостоятельное, и при помощи преподавателя, составление индивидуального плана тренировок и комплексов физических упражнений для формирования фигуры, укрепления здоровья, физического развития – это еще одна форма самостоятельной работы студентов. В процессе занятий физической культурой, особенно в группах со специальной медицинской направленностью, при выполнении комплексов физических упражнений студентам необходимо

знать последовательность упражнений, технику их выполнения, уровень физической нагрузки, количество повторений каждого упражнения с учетом индивидуальных физических особенностей, возможностей организма.

Составление комплексов физических упражнений осуществляется во втором семестре обучения при помощи преподавателя физической культуры, в третьем и четвертом семестре – самостоятельно.

Самостоятельное составление индивидуальных комплексов физических упражнений, позволяет студенту приобретать знания о последовательности построения комплекса; умения целесообразно использовать физические упражнения с учетом индивидуальных особенностей и возможностей своего организма.

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

а) основная литература:

1. Физическая культура и индивидуальное здоровье [Текст] : учеб.-метод. пособие / Иркутский гос. ун-т ; сост.: И. В. Ефимова, Н. К. Ковалев, Р. Ф. Проходовская. - Иркутск : Изд-во ИГУ, 2008. - 45 с. ; 20 см. - Библиогр.: с. 45. - ISBN 978-5-8138-0451-2 – 29 экз.

2. Физическая культура [Текст] : (лекционный материал) : учеб. пособие / Р. Ф. Проходовская [и др.] ; рец.: Е. В. Воробьева, В. Ю. Лебединский ; Иркут. гос. ун-т, Физкульт.-оздоровит. центр. - Иркутск : Мегапринт, 2015. - 197 с. ; 20 см. - Библиогр.: с. 189-197. - ISBN 978-5-905624-28-5 – 27 экз.

3. Гришина, Галина Александровна. Здоровье студента [Текст] : учеб. пособие по дисц. "Физическая культура" для вузов / Г. А. Гришина, Р. Ф. Проходовская ; рец.: Ю. Л. Кислицин, Г. И. Губин ; Иркутский гос. ун-т. - Иркутск : Изд-во ИГУ, 2006. - 141 с. ; 20 см. - Библиогр.: с. 137-140. - ISBN 5-86149-127-5 : - 40 экз.

4. Русаков, Александр Альбертович. Основы теории спорта [Электронный ресурс] : курс лекций : учеб. пособие / А. А. Русаков. - ЭВК. - Иркутск : Изд-во ВСГАО, 2013. - Режим доступа: ЭЧЗ "Библиотех". - Неогранич. доступ. - ISBN 978-5-85827-052-4

б) дополнительная литература

1. Караулова, Лариса Константиновна. Физиология физического воспитания и спорта [Текст] : учеб. для студ. вузов, обуч. по направл. подгот. бакалавриата "Пед. образование" (профиль "Физ. культура") / Л. К. Караулова, Н. А. Красноперова, М. М. Расулов. - 4-е изд., стер. - М. : Академия, 2016. - 297 с. ; 21 см. - (Высшее образование. Бакалавриат). - Библиогр.: с. 290-293. - ISBN 978-5-4468-3270-5 – 1 экз.

2. Терминологический словарь по дисциплине "Физическая культура" : пособие / Иркутский гос. техн. ун-т ; сост.: М. М. Колокольцев [и др.]. - Иркутск : Изд-во ИрГТУ, 2008. - 76 с. ; 21 см. – 1 экз.

3. Голощاپов, Борис Романович. История физической культуры и спорта [Текст] : учеб. пособие для студ. вузов / Б. Р. Голощاپов. - 4-е изд., испр. - М. : Академия, 2007. - 312 с. : ил. ; 21 см. - (Высшее профессиональное образование: Педагогические специальности). - Библиогр.: с. 308-310. - ISBN 978-5-7695-3676-2 – 2 экз.

4. "Совершенствование системы физического воспитания и физкультурного образования в современных условиях", всерос. науч.-практ. конф. (7 ; 2009 ; Иркутск). Материалы 7 Всероссийской научно-практической конференции с международным участием "Совершенствование системы физического воспитания и физкультурного образования в современных условиях", 2009 г. [Текст] : научное издание / Иркутский техн. физ. культ. ; ред. А. А. Сахиуллин [и др.]. - Иркутск : Изд-во Иркутского техникума физ. культуры, 2009. - 211 с. – 1 экз.

5. Вайнер, Эдуард Наумович. Валеология [Текст] : учебник для вузов / Э. Н. Вайнер. - 5-е изд. - М. : Флинта : Наука, 2007. - 414 с. ; 21 см. - (Здоровый образ жизни). - ISBN 978-5-89349-329-0. - ISBN 978-5-02-013095-1 – 97 экз.

6. "Психическое и физическое здоровье человека: медико-социально-психологические и психолого-педагогические аспекты", регион. науч.-практ. конф. (2009 ; Иркутск). Материалы региональной научно-практической конференции "Психическое и физическое здоровье человека: медико-социально-психологические и психолого-педагогические аспекты", 17 февр. 2009 г. / Иркутский гос. ун-т и др. ; ред.: И. А. Конопак [и др.]. - Иркутск : Изд. – 1 экз.

7. "Проблемы и пути совершенствования физической культуры в системе довузовского и вузовского образования", регион. заоч. науч.-практ. конф. студ. и преподавателей (2009 ; Иркутск). Материалы региональной заочной научно-методической конференции студентов и преподавателей "Проблемы и пути совершенствования физической культуры в системе довузовского и вузовского образования" посвящ. 100-летию Иркутского гос. пед. ун-та / Иркутский гос. пед. ун-т, Каф. физ. воспит. и метод. ; ред.: В. Р. Кузекевич, Л. И. Слонимская. - Иркутск : Изд-во ИГПУ, 2009. - 279 с. : ил. ; 20 см. - Библиогр. в конце ст. - ISBN 978-5-85827-523-7 – 1 экз.

8. "Совершенствование системы физического воспитания и физкультурного образования в Сибири", всерос. науч.-практ. конф. (6 ; 2007 ; Иркутск). Материалы 6 всероссийской научно-практической конференции "Совершенствование системы физического воспитания и физкультурного образования в Сибири", [Текст] / Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма, Фил. в г. Иркутске и др. - Иркутск : Изд-во Иркут. техникума физ. культуры, 2006 - . - 20 см. – 1 экз.

9. Вайнер, Эдуард Наумович. Лечебная физическая культура : учебник / Э. Н. Вайнер. - М. : Флинта : Наука, 2009. - 419 с. : ил. ; 21 см. - Библиогр.: с. 416-419. - ISBN 978-5-9765-0315-1. - ISBN 978-5-02-034687-1 : - 2 экз.

10. Писменский, Иван Андреевич. Физическая культура [Текст] : учеб. для акад. бакалавриата : учеб. для студ. вузов / И. А. Писменский, Ю. Н. Аллянов ; Правительство РФ, Фин. ун-т. - М. : Юрайт, 2014. - 493 с. : ил. ; 21 см. - (Бакалавр. Академический курс). - Библиогр.: с. 492-493. - ISBN 978-5-9916-4015-2 : - 1 экз.

Согласовано НБ ИГУ _____

г) программное обеспечение

1. DreamSpark Premium
2. 0365ProPlusOpenStudents
3. VLC Player
4. Microsoft PowerPoint

д) Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы.

1. Официальный сайт Министерства образования и науки Российской Федерации – URL: <http://mon.gov.ru/dok/fz/obr/>
2. Образование и общество. Научный информационно-аналитический журнал. – URL: <http://www.education.rekom.ru>
3. Научная электронная библиотека Elibrary.ru http://elibrary.ru/rubric_titles.asp?rcode=770000
4. Физическая культура студента. Электронный учебник. http://cnit.ssau.ru/kadis/ocnov_set/
5. Электронная библиотека: Труды ученых ИГУ. <http://ellib.library.isu.ru/index.php>
6. Официальный сайт Электронной библиотеки диссертаций Российской государственной библиотеки <http://diss.rsl.ru/>

7. Юревич А.В. Нравственность в современной России [Электронный ресурс] / А.В. Юревич, Д.В. Ушаков // Психологические исследования: электрон. науч. журн. 2009. № 1 (3). URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 10.09.2010).
8. Федеральный портал «Единое окно доступа к образовательным ресурсам URL: <http://www.informika.ru/projects/infotech/window/>
9. Государственная политика в области образования – Российское образование. Федеральный портал – URL: http://www.edu.ru/index.php?page_id=105

9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
Специальные помещения: Учебная аудитория для проведения занятий лекционного и семинарского типа, проведения текущего контроля и промежуточной аттестации	Аудитория оборудована: специализированной (учебной) мебелью на 190 посадочных мест, меловая доской; оборудована техническими средствами обучения служащими для представления информации большой аудитории: ноутбук (Aser Aspire v3-5516 (AMD A10-4600M 2300 MГц)) (1 шт), с неограниченным доступ к сети Интернет; проектор Vivitek, экран ScreenVtdiaEcot- 3200*200MW 1:1, колонки. Наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающие тематические иллюстрации, соответствующие рабочей программе дисциплины «Физическая	DreamSpark Premium, Договор № 03-016-14 От 30.10.2014 0365ProPlusOpenStudents ShrdSvr ALNG subs VL NL I Mth Acdms Stdnt w/Faculty(15000 лицензий) Kaspersky Endpoint Security для бизнеса- стандартный Russian

10. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Технология дифференцированного физкультурного образования

Под дифференцированным физкультурным образованием понимается целенаправленное физическое формирование человека посредством развития его индивидуальных способностей. ТДФО – это способ реализации содержания дифференцированного физкультурного образования посредством системы средств, методов и организационных форм, обеспечивающий эффективное достижение цели образования. Содержание ТДФО – это совокупность педагогических технологий дифференцированного обучения двигательным действиям, развития физических качеств, формирования знаний, методических умений, технологий управления образовательным процессом, обеспечивающих достижение физического совершенства.

11. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА (ОС)

11.1. Оценочные средства для промежуточной аттестации

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ:

Проверка усвоения теоретического материала учебной программы по Физической культуре проводится в форме ответов на контрольные вопросы в устной или письменной форме. Контрольные вопросы оформлены в виде билетов и тестов, разработанных и утвержденных ФОЦ ИГУ. Теоретический зачет оценивается от 3 до 5 баллов в соответствии с рекомендациями ФОС.

Зачет у студентов принимают преподаватели, закрепленные за учебными группами. Отметка о зачете вносится в ведомость факультета и зачетную книжку студента, с баллами согласно положения о балльно-рейтинговой системе ИГУ.

Балльно-рейтинговая зачетная норма за семестр:

1. Посещение практических занятий – 1, 2 семестры- 60 баллов, 3, 4 семестры- 65 баллов.
2. Контрольные тесты – от 7 до 21 балла.
3. Теоретический зачет – от 3 до 5 баллов.
4. Участие в спортивных соревнованиях, участие в общественных мероприятиях.

Участие в спортивных соревнованиях:

- *участие в Спартакиаде ИГУ – 2 балла за одно мероприятие;*
- *участие в Спартакиаде вузов Иркутской области – 4 балла за одно мероприятие;*
- *участие в массовых спортивных мероприятиях – 2 балла за одно мероприятие;*
- *призеры городских соревнований – 1 балла за одно мероприятие;*
- *призеры областных соревнований – 2 балла за одно мероприятие;*

- *призеры региональных соревнований – 3 балла за одно мероприятие;*
- *призеры Всероссийских соревнований – 6 балла за одно мероприятие.*

Участие в общественных мероприятиях – 2 балла за одно мероприятие.

ОЧНО-ЗАОЧНАЯ И ЗАОЧНАЯ ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ:

Проверка усвоения теоретического материала учебной программы по Физической культуре проводится в форме ответов на контрольные вопросы в устной или письменной форме, разработанных и утвержденных ФОЦ ИГУ.

Зачет у студентов принимают преподаватели, закрепленные за учебными группами. Отметка о зачете вносится в ведомость факультета и зачетную книжку студента.

Разработчики:



Доцент
Ст. преподаватель
Зав. кафедрой

И. И. Плотникова
А.Ю. Колесникова
Р.Ф. Проходовская

Программа рассмотрена на заседании кафедры физкультурно-оздоровительный центр
(наименование)

Протокол № 10
от «06» марта 2018 г.

Зав. кафедрой



Р.Ф. Проходовская

Настоящая программа, не может быть воспроизведена ни в какой форме без предварительного письменного разрешения кафедры-разработчика программы.