МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Волгоградский государственный технический университет»

Факультет электроники и вычислительной техники

УТВЕРЖДЕНО
Факультет электроники и вычислительной техники
Декан Авдеюк О.А.
29.06.2023 г.

Спортивные секции по выбору студента

рабочая программа дисциплины (модуля, практики)

Закреплена за кафедрой **Физическое воспитание**

Учебный план Направление 12.03.01 Приборостроение

Профиль **Информационно-измерительная техника и технологии**

Квалификация **бакалавр**

Срок обучения **4 года**

Форма обучения **очная**

Общая трудоемкость **0 ЗЕТ**

Виды контроля в семестрах: зачеты 1, 2, 5, 6, 7
зачеты с оценкой 3, 4

Семестр(Курс.Номер семестра на курсе)	**1(1.1)**		**2(1.2)**		**3(2.1)**		**4(2.2)**		**5(3.1)**		**6(3.2)**
	УП	ПП	УП	ПП	УП	ПП	УП	ПП	УП	ПП	УП
Практические	34	34	34	34	52	52	52	52	52	52	52
Итого ауд.	34	34	34	34	52	52	52	52	52	52	52
Контактная работа	34.25	34.25	34.25	34.25	52.25	52.25	52.25	52.25	52.25	52.25	52.25
Сам. работа	1.75	1.75	1.75	1.75	1.75	1.75	1.75	1.75	1.75	1.75	1.75
Часы на контроль	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Практическая подготовка	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого трудоемкость в часах	36	36	36	36	54	54	54	54	54	54	54

6(3.2)	**7(4.1)**		Итого	
ПП	УП	ПП	УП	ПП

52	38	38	314	314
52	38	38	314	314
52.25	38.25	38.25	315.75	315.75
1.75	1.75	1.75	12.25	12.25
0	0	0	0	0
0	0	0	0	0
54	40	40	0	0

ЛИСТ ОДОБРЕНИЯ, СОГЛАСОВАНИЯ И АКТУАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Разработчик(и) программы:

доцент Прыткова Елена Геннадиевна кпн

Рецензент(ы):
(при наличии)

Рабочая программа дисциплины (модуля, практики)
Спортивные секции по выбору студента

разработана в соответствии с ФГОС ВО:
Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 12.03.01 Приборостроение (приказ Минобрнауки России от 19.09.2017 г. № 945)

составлена на основании учебного плана:
Направление 12.03.01 Приборостроение

Профиль: Информационно-измерительная техника и технологии

утвержденного учёным советом вуза от 31.05.2023 протокол № 10.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры
Физическое воспитание

номер протокола 2023 г.
Зав. кафедрой Прыткова Елена Геннадиевна

СОГЛАСОВАНО:
Факультет электроники и вычислительной техники
Председатель НМС факультета: Авдеюк О.А.

Протокол заседания НМС от
29.06.2023 г. № 7

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ, ПРАКТИКИ). ВИД, ТИП ПРАКТИКИ, СПОСОБ И ФОРМА (ФОРМЫ) ЕЕ ПРОВЕДЕНИЯ.
Цель дисциплины: « Спортивные секции по выбору студента» формирование физической культуры личности и способности направленно использовать разнообразные средства физической культуры и спорта для укрепления и сохранения здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности и к жизни в целом.
Для достижения поставленной цели предусматривается решение воспитательных, образовательных, развивающих и оздоровительных задач.
Основными задачами изучения дисциплины являются:
- создание условий для понимания социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке её к профессиональной деятельности;
- изучение медико-биологических, физиологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование высокой личной мотивации и потребности в самостоятельных занятиях физической культурой и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья, развитие и совершенствование свойств личности;
- приобретение опыта творческого использованья занятий физической культурой и спортом для достижения жизненных и профессиональных целей, для активного отдыха.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ, ПРАКТИКИ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	
Цикл (раздел) ОП:	Б1.В.ДВ.09
2.1	**Требования к предварительной подготовке обучающегося:**
2.1.1	Дисциплина «Спортивные секции по выбору студента» базируется на умениях и навыках, сформированных на предыдущем уровне образования.
2.2	**Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:**
2.2.1	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ, ПРАКТИКИ)
УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
УК-7.1: Соблюдает нормы здорового образа жизни, поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Результаты обучения: Знает: социально-биологические основы физической культуры; современные здоровьесберегающие технологии; основы здорового образа и стиля жизни; влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, значение физической культуры в формировании общей культуры личности приобщении к общечеловеческим ценностям и здоровому образу жизни, укреплении здоровья человека, профилактике вредных привычек, ведении здорового образа жизни средствами физической культуры в процессе физкультурно-спортивных занятий; способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности
УК-7.2: Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий на всех жизненных этапах развития личности
Результаты обучения: Умеет: оценивать свой уровень физической подготовленности на основе рекомендованных критериев; выявлять проблемы в сфере сформированности физических качеств и ставить цели по совершенствованию собственной физической подготовленности; выполнять индивидуально подобранные комплексы общеразвивающих упражнений на развитие основных физических качеств; учитывать индивидуальные особенности физического, гендерного возрастного и психического развития занимающихся и применять их во время регулярных занятий физическими упражнениями; проводить самостоятельные занятия физическими упражнениями с общей развивающей, профессионально-прикладной и оздоровительно-корригирующей направленностью; составлять индивидуальные комплексы физических упражнений преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения; осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой

УК-7.3: Принимает участие в различных оздоровительных и физкультурных мероприятиях
Результаты обучения: Владеет: средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности; навыками организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха; способами определения дозировки физической нагрузки и направленности физических упражнений; необходимым уровнем профессионально-прикладной физической подготовленности; комплексом упражнений, направленных на укрепление здоровья, обучение двигательным действиям и развитие физических качеств; способами определения дозировки физической нагрузки и направленности физических упражнений; управления самостоятельными занятиями с учётом будущей профессиональной деятельности; способами и приемами профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервноэмоционального утомления на рабочем месте.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ, ПРАКТИКИ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Форма контроля
1	**Раздел 1. Общая физическая подготовка**			
1.1	Развитие основных физических качеств /Тема/	1	0	
1.1.1	Введение в предмет. техника безопасности при занятиях избранным видом спорта /Пр/	1	2	З, Ко
1.1.2	Тема: «Развитие и совершенствование физических качеств скоростно-силовой направленности». Освоение специальных упражнений спринтера. Комплексы упражнений с элементами прыжков. /Пр/	1	6	З. Ко
1.1.3	Тема: «Развитие и совершенствование физических качеств силовой направленности». Комплексы упражнений с отягощениями, направленные на развитие различных групп мышц. /Пр/	1	6	З. Ко
1.1.4	Основы технической подготовленности в избранном виде спорта Учебная игра /Пр/	1	20	З. Ко
1.2	Самостоятельная работа в семестре /Тема/	1	0	
1.2.1	Подготовка, написание и защита реферата, тестирование /Ср/	1	1.75	З, Ко
1.3	Промежуточная аттестация по дисциплине /Тема/	1	0	
1.3.1	Контактная работа с ППС /КоРа/	1	0.25	
1.3.2	Зачет по дисциплине /Зачёт/	1	0	
2	**Раздел 2. Общая физическая подготовка в избранном виде спорта**			
2.1	Общая физическая подготовка /Тема/	2	0	
2.1.1	Тема: «Координационные способности и их развитие». Комплексы специальных упражнений для развития координации. Упражнения с предметами, без предметов, в парах. /Пр/	2	6	З. Ко
2.1.2	Тема: "Развитие ловкости и скоростных качеств" Варианты легкоатлетических эстафет. бег на месте, в движении с энергичной работой руками; с отведением прямых ног назад, вперед; бег с ускорением на месте и в движении /Пр/	2	6	З, Ко
2.1.3	Тема: "Развитие силовых качеств занимающихся" Упражнения в парах, с отягощением. Упражнения на тренажерах /Пр/	2	8	З, Ко
2.1.4	Тема: "Особенности тактической подготовки в избранном виде спорта" учебная игра /Пр/	2	14	З. Ко
2.2	Самостоятельная работа в семестре /Тема/	2	0	
2.2.1	Подготовка, написание и защита реферата, тестирование /Ср/	2	1.75	З, Ко
2.3	Промежуточная аттестация по дисциплине /Тема/	2	0	
2.3.1	Контактная работа с ППС /КоРа/	2	0.25	
2.3.2	Зачет по дисциплине /Зачёт/	2	0	
3	**Раздел 3. Специальная физическая подготовка**			
3.1	Развитие специальных физических качеств в избранном виде спорта /Тема/	3	0	
3.1.1	Тема: "Совершенствование физической подготовленности в ИВС" Специально-технические упражнения в избранном виде спорта /Пр/	3	26	З, Ко
3.1.2	Тема: "Совершенствование технической подготовленности в ИВС" Учебные игры /Пр/	3	26	З, Ко

3.2	Самостоятельная работа в семестре /Тема/	3	0	
3.2.1	Подготовка, написание и защита реферата, тестирование /Ср/	3	1.75	З. Ко
3.3	Промежуточная аттестация по дисциплине /Тема/	3	0	
3.3.1	Контактная работа с ППС /КоРа/	3	0.25	
3.3.2	Зачет по дисциплине /ЗачётСОц/	3	0	
4	**Раздел 4. Специальная физическая подготовка в ИВС**			
4.1	Совершенствование специальных навыков и умений в ИВС /Тема/	4	0	
4.1.1	Тема : "Совершенствование тактической подготовленности в ИВС" Учебная игра /Пр/	4	36	З, Ко
4.1.2	Тема: "Основы психологической подготовленности в ИВС" /Пр/	4	16	З, Ко
4.2	Самостоятельная работа в семестре /Тема/	4	0	
4.2.1	Подготовка, написание и защита рефератов, тестирование /Ср/	4	1.75	З, Ко
4.3	Промежуточная аттестация по дисциплине /Тема/	4	0	
4.3.1	Контактная работа с ППС /КоРа/	4	0.25	
4.3.2	Зачет по дисциплине /ЗачётСОц/	4	0	
5	**Раздел 5. Учебно-тренировочные занятия**			
5.1	Совершенствование СФП /Тема/	5	0	
5.1.1	Тема:" СФП" Упражнения СФП в избранном виде спорта /Пр/	5	14	З, Ко
5.1.2	Тема: "Совершенствование технико-тактической подготовленности в ИВС" Учебные игры /Пр/	5	26	З, Ко
5.1.3	Тема: "Психологическая подготовка в избранном виде спорта" /Пр/	5	12	З, Ко
5.2	Самостоятельная работа в семестре /Тема/	5	0	
5.2.1	Подготовка, написание и защита рефератов, тестирование /Ср/	5	1.75	З, Ко
5.3	Промежуточная аттестация по дисциплине /Тема/	5	0	
5.3.1	Контактная работа с ППС /КоРа/	5	0.25	
5.3.2	Зачет по дисциплине /Зачёт/	5	0	
6	**Раздел 6. Учебно-тренировочные занятия**			
6.1	Совершенствование специальных навыков и умений в ИВС /Тема/	6	0	
6.1.1	Тема: "СФП" /Пр/	6	12	З, Ко
6.1.2	Тема: "Профилактические, реабилитационные и восстановительные мероприятия в процессе занятий ФВ" /Пр/	6	16	З. Ко
6.1.3	Тема: "Совершенствование технико-тактической подготовленности в ИВС" Учебные игры /Пр/	6	24	З. Ко
6.2	Самостоятельная работа в семестре /Тема/	6	0	
6.2.1	Подготовка, написание и защита рефератов, тестирование /Ср/	6	1.75	З, Ко
6.3	Промежуточная аттестация по дисциплине /Тема/	6	0	
6.3.1	Контактная работа с ППС /КоРа/	6	0.25	
6.3.2	Зачет по дисциплине /Зачёт/	6	0	
7	**Раздел 7. Учебно-тренировочные занятия**			
7.1	Совершенствование специальных навыков и умений в ИВС /Тема/	7	0	
7.1.1	Тема:"Основы судейства в избранном виде спорта" /Пр/	7	14	З, Ко
7.1.2	Тема: "Совершенствование технико-тактической подготовленности в избранном виде спорта" Учебные игры /Пр/	7	24	З, Ко
7.2	Самостоятельная работа в семестре /Тема/	7	0	
7.2.1	Подготовка, написание и защита рефератов, тестирование /Ср/	7	1.75	З, Ко
7.3	Промежуточная аттестация по дисциплине /Тема/	7	0	
7.3.1	Контактная работа с ППС /КоРа/	7	0.25	
7.3.2	Зачет по дисциплине /Зачёт/	7	0	

Примечание. Формы контроля: Эк – экзамен, К- контрольная работа, Ко- контрольный опрос, Сз- семестровое задание, З-зачет, ОП-отчет по практике.

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Оценочные средства планируемых результатов обучения представлены в виде фондов оценочных средств (ФОС), разработанных в соответствии с локальным нормативным актом университета. ФОС может быть представлен в

Приложении к рабочей программе.

5.1. Оценочные средства планируемых результатов обучения представлены в виде фондов оценочных средств (ФОС), разработанных в соответствии с локальным нормативным актом университета. В целях освоения компетенций, указанных в рабочей программе дисциплины, предусмотрены следующие вопросы, задания текущего контроля:

УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Контролируемые разделы дисциплины - темы 1 – 7

5.2. Показатели и критерии оценивания компетенций

УК – 7.1. Знать: здоровьесберегающие технологии; роль и значение физической культуры в жизни человека и общества; научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни.: контролируемые разделы - темы 1 - 7; оценочные средства – контрольные нормативы, реферат, собеседование, зачёт.
УК - 7.2 Уметь: использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности; применять на практике индивидуально подобранные комплексы оздоровительной или адаптивной физической культуры; использовать средства и методы физического воспитания для формирования здорового образа и стиля жизни.: контролируемые разделы - темы 1 - 7; оценочные средства - контрольные нормативы, реферат, собеседование, зачёт
УК – 7.3. Владеть: здоровьесберегающими технологиями с учетом физиологических особенностей организма; способами и приемами профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте: контролируемые разделы - темы 1 - 7; оценочные средства - контрольные нормативы, реферат, собеседование, зачёт

5.3. Описание шкал оценивания

5.3.1. Оценочное средство – контрольные нормативы (представлены в приложение 1)

5.3.2. Оценочное средство – реферат* (темы рефератов представлены в приложение 2):
54-60 баллов: В реферате полностью раскрыта предлагаемая тема. Соответствие целям и задачам дисциплины, актуальность темы и рассматриваемых проблем, соответствие содержания заявленной теме, заявленная тема полностью раскрыта, рассмотрение дискуссионных вопросов по проблеме, сопоставлены различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, научность языка изложения, логичность и последовательность в изложении материала, количество исследованной литературы, в том числе новейших источников по проблеме, четкость выводов, оформление работы соответствует предъявляемым требованиям. В указанные сроки был предоставлен на рецензирование преподавателю.
47-53 баллов: В реферате частично раскрыта предлагаемая тема. Соответствие целям и задачам дисциплины, актуальность темы и рассматриваемых проблем, соответствие содержания заявленной теме, научность языка изложения, заявленная тема раскрыта недостаточно полно, отсутствуют новейшие литературные источники по проблеме, при оформлении работы имеются недочеты.
40-46 баллов: Реферат написан на низком уровне (значительное количество замечаний и исправления в написании, не достаточное приведено количество источников литературы, не соблюдена последовательность в написании рефераты). Реферат предоставлен на рецензирование в не указанные сроки. В работе использовались старые источники научно-методической литературы.
* примечание: реферат выполняют студенты, полностью освобожденные врачом от практических занятий по физической культуре

5.3.3. Оценочное средство – собеседование*:
31-40 баллов: Студент демонстрирует полное понимание вопросов, раскрытых в реферате. Все вопросы, заданные студенту по теме реферата отвечены. Студент знает терминологию и безупречно ориентируется в теме, раскрытой в реферате.
21-30 баллов: Студент демонстрирует частичное понимание вопросов, раскрытых в реферате. Студент путается в терминологии, не соблюдает последовательность раскрытия темы реферативной работы.
11-20 баллов: Студент путается в терминологии. Студент лишь поверхностно понимает темы, раскрытые в реферате.
1 – 10 баллов: Студент демонстрирует незнание темы реферата. Студент не знает терминологию. Студент демонстрирует непонимание вопросов по содержанию реферата.
* примечание: собеседование для студентов полностью освобожденных врачом от практических занятий по физической культуре

5.3.4. Оценочное средство - зачёт:
0-60 баллов – зачет не сдан
61-75 баллов – зачет сдан на удовлетворительном уровне
76-89 баллов – зачет сдан на хорошем уровне
90-100 баллов – зачет сдан отлично

5.4. Примеры типовых контрольных заданий по каждому оценочному средству и методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков, опыта деятельности
5.4.1. Контрольные нормативы

Данное оценочное средство это – контрольные упражнения, направленные на получение данных о качестве физической подготовленности студентов.
Студенты всех учебных отделений, выполнившие рабочую учебную программу на каждом семестре, сдают зачет по выбранной дисциплине из модуля "Элективные дисциплины по физической культуре и спорту". Условием допуска к зачетным упражнениям по любой из выбранных дисциплин является регулярность посещения учебных занятий, обеспечивающая физиологически и методически оправданное повышение функциональной и двигательной подготовленности.
В конце каждого семестра студенты выполняют тесты по физической подготовке (контрольные нормативы представлены в приложении 1).

При условии выполнения установленных контрольных нормативов, студенты допускаются до зачёта.

5.4.2. Реферат
Оценочное средство реферат – продукт самостоятельной работы студента, полностью освобожденного врачом от практических занятий, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа определенной учебно - исследовательской темы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на нее.
Объем реферата должен составлять 20 страниц компьютерного текста, не считая приложений.
Структура реферата:
1) Титульный лист.
Титульный лист является первой страницей реферата и оформляется по установленной форме.
2) Содержание.
После титульного листа на отдельной странице следует содержание:
Порядок расположения отдельных частей – подпункты должны иметь названия; номера страниц, указывающие начало этих разделов в тексте реферата.
3) Введение.
Автор обосновывает научную актуальность, практическую значимость, новизну темы, а также указывает цели и задачи, предмет объект и методы исследования.
Введение обычно состоит из 2-3 страниц.
4) Основная часть .
Может иметь одну или несколько глав, состоящих из 2-3 параграфов (подпунктов, разделов).
Предполагает осмысленное и логичное изложение главных положений и идей, содержащихся в изученной литературе.
В тексте обязательны ссылки на первоисточники.
5) Заключение.
Подводится итог проведенному исследованию, формулируются предложения и выводы автора, вытекающие из всей работы.
Заключение обычно состоит из 2-3 страниц
6) Библиографический список.
Включаются только те работы, на которые сделаны ссылки в тексте.
7) Приложения.
Включаются используемые в работе документы, таблицы, графики, схемы и др
Требования к оформлению реферата.
Реферат оформляются на русском языке в виде текста, подготовленного на компьютере с помощью текстового редактора и отпечатанного на принтере на листах формата А4 с одной стороны.
Текст на листе должен иметь книжную ориентацию, альбомная ориентация допускается только для таблиц и схем приложений.
Шрифт текста – The Times New Roman, размер – 14, цвет – черный.
Поля: левое – 3 см., правое – 1,5см., верхнее и нижнее – 2 см.
Межстрочный интервал – 1,5 пт. Абзац – 1,25 см.
Наименования всех структурных элементов реферата (за исключением приложений в реферате) записываются в виде заголовков строчными буквами по центру страницы без подчеркивания (шрифт 14 полужирный).
Страницы нумеруются арабскими цифрами с соблюдением сквозной нумерации по всему
тексту.
Номер страницы проставляется в центре нижней части листа без точки.
Титульный лист включается в общую нумерацию страниц. Номер страницы на титульном листе не проставляется (нумерация страниц – автоматическая).
Приложения включаются в общую нумерацию страниц.
Главы имеют порядковые номера и обозначаются арабскими цифрами.
Номер раздела главы состоит из номеров главы и ее раздела, разделенных точкой.
Цитаты воспроизводятся с соблюдением всех правил цитирования (соразмерная кратность цитаты, точность цитирования).
Цитированная информация заключаются в кавычки, указывается источник цитирования, а также номер страницы источника, из которого приводится цитата (при наличии).
В библиографическом списке указывается перечень изученных и использованных при подготовке реферата источников .
Библиографический список является составной частью работы.
Количество и характер источников в списке дают представление о степени изученности конкретной проблемы автором, документально подтверждают точность и достоверность приведенных в тексте заимствований: ссылок, цитат, информационных и статистических данных.
Список помещается в конце работы, после Заключения.

5.4.3. Собеседование

Собеседование - средство контроля, организованное как специальная беседа преподавателя с обучающимися на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, и рассчитанное на выявление объема знаний обучающихся по выполненному реферату. Собеседование проходит по вопросам рассмотренных в конкретном реферате.

Примерные вопросы по теме реферата: « Понятие «здоровье», его содержание и критерии»:

- дать определение понятию здоровья;
- характеристика компонентов здоровья;
- дать определение понятию здоровый образ жизни;
- перечислить и дать характеристику факторов влияющих на уровень здоровья
- перечислить и охарактеризовать разновидности потенциала человека

Примерные вопросы по теме реферата: « Психофизиологическая характеристика интеллектуальной деятельности и учебного труда студента»:

- психофизиологическая характеристика интеллектуальной деятельности и учебного труда студента.
- динамика работоспособности студентов в учебном году и факторы, ее определяющие .
- основные причины изменения психофизического состояния студентов в период экзаменационной сессии, критерии нервно-эмоционального и психофизического утомления.
- особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности, профилактики нервно-эмоционального и психофизического утомления студентов, повышения эффективности учебного труда
- работоспособность и влияние на нее различных факторов
- физические упражнения в течение учебного дня для поддержания работоспособности.
- бег как самое эффективное средство восстановления и повышения работоспособности.
- плавание и работоспособность.

5.4.4. Зачет

Изучение дисциплины заканчивается сдачей студентом зачета. Зачет складывается из учета посещаемости учебных занятий и сдачи контрольных нормативов.

У студентов временно освобожденных врачом от практических занятий зачет проходит в устно в виде собеседования по вопросам рассмотренных в реферативной работе.

Зачет по дисциплине может проводиться в очной форме..

При проведении зачёта в очной форме студенту задаются вопросы по теме реферата, студент устно отвечает на вопросы. В ходе собеседования преподаватель уточняет отдельные элементы ответов и делает выводы о степени сформированности компетенций студента.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ, ПРАКТИКИ)

6.1. Рекомендуемая литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год.	Электронный адрес
Л.1	Семашко Н. В.	Баскетбол: учеб. для ин-тов физ. культуры	Москва: Физкультура и спорт, 1976	
Л.2	Михайлов В. В.	Путь к физическому совершенству	М.: Физкультура и спорт, 1989	
Л.3	Романенко В. А., Максимович В. А.	Круговая тренировка при массовых занятиях физической культурой	М.: Физкультура и спорт, 1986	
Л.4	Рейзин В. М., Ищенко А. С., Логинов А. А.	Физическая культура в жизни студента	Минск: Высш. шк., 1986	
Л.5	Якушин М. И.	Вечная тайна футбола	М.: Физкультура и спорт, 1988	
Л.6	Татарников М. К., Слепова Л. Н., Егорычева Е. В., Чернышева И. В., Мусина С. В.	Организация учебного процесса по дисциплине "Физическая культура" в техническом вузе: учеб. пособие	,	
Л.7	Сорокина В. М., Сорокин Д. Ю.	Волейбол для здоровья: учеб. пособие для СПО	Волгоград: РПК "Политехник", 2007	
Л.8	Хаирова Т. Н., Дижонова Л. Б., Слепова Л. Н., Шлемова М. В., Липовцев С. П., Татарников М. К.	Определение уровня физической подготовленности студентов с помощью двигательных тестов: учеб. пособие	,	

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год.	Электронный адрес
Л.9	Ушанов Г. А., Юдин А. С., Прыткова Е. Г., Гладких А. С., Черных А. Т.	Структурно-системный анализ и оценка физического совершенства в системе физического воспитания студентов высших учебных заведений: учеб. пособие	Волгоград: ВолгГТУ, 2015	
Л.10	Ерошенко И. А., Прыткова Е. Г., Исайкина М. С., Сурнина С. В.	Теория и методика обучения баскетболу студентов высших учебных заведений: учеб. пособие	Волгоград: ВолгГТУ, 2016	
Л.11	Калинина Н. Е., Жегалова М. Н., Скивко А. В.	Полимодальная профессионально-прикладная физическая подготовка студентов технических вузов: учеб. пособие	Волгоград: Изд-во ВолгГАСУ, 2016	
Л.12	Заика С. А., Демченко Н. В.	Легкая атлетика на занятиях по физической культуре: учеб.-метод. пособие	Волгоград: ВолгГТУ, 2017	
Л.13	Володина И. А., Барашков С. А.	Волейбол в вузе: учеб. пособие	Волгоград: ВолгГТУ, 2018	
Л.14	Егорычева Е. В., Чернышева И. В., Шлемова М. В.	Общеразвивающие упражнения на занятиях по физической культуре в вузе: учеб. пособие	Волжский: ВПИ (филиал) ВолгГТУ, 2018	
Л.15	Демченко Н. В., Заика С. А.	Мини-футбол (футзал): учеб. пособие	Волгоград: ВолгГТУ, 2019	
Л.16	Володина И. А., Барашков С. А., Поздняк В. М.	Теория и методика обучения игре в волейбол студентов неспециализированных высших учебных заведений: учеб. пособие	Волгоград: ВолгГТУ, 2019	
Л.17	Михайлов В. В.	Путь к физическому совершенству	М.: Физкультура и спорт, 1989	

6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

Э1	Библиотека (НТБ)
Э2	Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU
Э3	Электронно-библиотечная система (ЭБС) "Лань"

6.3 Перечень программного обеспечения

6.3.1.1	Электронные учебники, учебные пособия:
6.3.1.2	https://elibrary.ru/defaultx.asp, http://e.lanbook.com, http://library.vstu.ru/ebsvstu
6.3.1.3	СДО "Moodle" - система дистанционного обучения
6.3.1.4	Операционная система Microsoft Windows, Microsoft Office
6.3.1.5	Adode Acrobat Reader DC - бесплатное решение для просмотра файлов PDF

6.4 Перечень информационных справочных систем и электронных библиотечных систем (ЭБС)

6.3.2.1	Библиотека (НТБ), https://elibrary.vstu.ru/sci-nci
6.3.2.2	Электронная информационно-образовательная среда университета, https://eos2.vstu.ru
6.3.2.3	ЭБС "Лань" https://e.lanbook.com/
6.3.2.4	ЭБС"Book.ru", https:// www.book.ru/
6.3.2.5	Электронная библиотека "Grebennikon", https://grebennikon.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ, ПРАКТИКИ) /ОБОРУДОВАНИЕ

7.1	Игровой зал - ГУК - в/б, б/б, р/мяч, учебные занятия (25х13 м- 325 м2)
7.2	Тренажерный зал - ГУК - ОФП, пауэрлифтинг (5х13м - 65м2)
7.3	Тренажерный зал - Общежитие №1 - Гиревой спорт, армрестлинг (18х6 м - 108 м2)
7.4	Тренажерный зал - ЛК - 302 ОФП, настольный теннис (14х10м - 140 м2)
7.5	Зал тяжелой атлетики - УЛК - 5 - Тяжелая атлетика, пауэрлифтинг (22х8м - 176 м2)
7.6	Зал фитнесса - УЛК - 5 - Фитнес-аэробика, учебные занятия (18х11,5м - 207 м2)
7.7	Зал в/б, н/т - УЛК - 5 - Волейбол, настольный теннис (22,5х11,5 м - 259 м2)
7.8	Зал лечебной физкультуры - УЛК - 5 - Учебные занятия, аэробика (11,5х8м - 92 м2)
7.9	Открытая спортплощадка с искусственным покрытием - Общежитие №1 Футбол, баскетбол, учебные занятия (1135 м2)
7.10	Игровой зал - УЛК - 5 - Футбол, гандбол, учебные занятия, волейбол (411,9 м2 Боковая часть 123,2 м2)
7.11	Аудитория для самостоятельной работы ГУК 100 - Учебная мебель, компьютеры – 12 шт., выход в сеть Интернет и электронную информационно-образовательную среду

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ, ПРАКТИКИ)

Организация образовательного процесса по дисциплине "Спортивные секции по выбору студента" регламентируется учебным планом и расписанием учебных занятий.
Учебный процесс при преподавании курса "Спортивные секции по выбору студента" основывается на использовании традиционных, инновационных и информационных образовательных технологий.
Традиционные образовательные технологии представлены практическими занятиями.
Инновационные образовательные технологии используются в виде широкого применения активных и интерактивных форм проведения занятий.
Информационные образовательные технологии реализуются путем активизации самостоятельной работы студентов в электронной информационной образовательной среде.
Практический раздел программы включает два подраздела:
Учебно-тренировочный раздел направлен на повышение уровня функциональных и двигательных способностей, формирование необходимых качеств и свойств личности, овладение методами и средствами физкультурно-спортивной деятельности, на приобретение личного опыта, направленного использования средств физической культуры и спорта.
Практический раздел программы реализуется на учебно-тренировочных занятиях в учебных группах основного и специального отделений.
Обязательными видами физических упражнений являются спортивные игры, упражнения скоростно-силовой, силовой направленности и профессионально-прикладной физической подготовки.
Учебно-тренировочные занятия базируются на широком использовании теоретических знаний и методических умений, на применении разнообразных средств физической культуры, спортивной и профессионально-прикладной физической подготовки студентов. Их направленность связана с обеспечением необходимой двигательной активности, достижением и поддержанием оптимального уровня физической и функциональной подготовленности в период обучения; приобретением личного опыта совершенствования и коррекции индивидуального физического развития, функциональных и двигательных возможностей; с освоением жизненно и профессионально необходимых навыков, психофизических качеств. Средства ППФП, подобранные в соответствии с задачами ППФП будущих специалистов, включают специально направленные физические упражнения, естественные факторы природы, гигиенические факторы.
Содержание и конкретные средства каждого практического занятия в основном и специальном отделениях определяются преподавателями учебных групп с учетом графика учебных занятий и учебно-тематического плана.
Контрольный раздел обеспечивает оперативную, текущую и итоговую дифференцированную информацию о степени освоения теоретических и методических знаний, практических умений и навыков, о состоянии и динамике физического развития, физической и профессионально-прикладной подготовленности каждого студента.
Оперативный контроль обеспечивает информацию о ходе выполнения студентами конкретного раздела, вида учебной работы.
Текущий - позволяет оценить степень освоения раздела, темы, вида учебной работы.
Итоговый контроль (зачет) дает возможность выявить уровень сформированности физической культуры студента и самоопределения в ней через комплексную проверку знаний, методических и практических умений, характеристику общей физической, спортивно-технической подготовленности студента, его психофизической готовности к профессиональной деятельности.
Самостоятельная работа студентов состоит в:
- изучение и проработки научно-методической литературы, вынесенной на самостоятельное изучение;
- подготовке и выполнение заданий по заданной тематике.
В течение семестра для студентов проводиться как групповые так и индивидуальные текущие консультации по учебной дисциплине.
Методические рекомендации по обучению лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов.
Для освоения дисциплины “Спортивные секции по выбору студента” студентами-инвалидами и студентами с ограниченными возможностями здоровья устанавливается особый порядок. Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья организация устанавливает особый порядок освоения дисциплин (модулей) по физической культуре и спорту с учетом состояния их здоровья.
Профессорско-педагогический состав знакомиться с психолого-физиологическими особенностями обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), индивидуальными программами реабилитации инвалидов (при наличии). При необходимости осуществляется дополнительная поддержка преподавания тьюторами, психологами, социальными работниками, проводящими подготовку ассистентами.
В соответствиями с методическими рекомендациями Минобрнауки РФ (утв.8 апреля 2014 г. № АК – 44/05вн), в курсе предполагается использовать социально-активные и рефлексивные методы обучения, технологии социокультурной реабилитации с целью оказания помощи установлении полноценных межличностных отношений с другими студентами, создании комфортного психологического климата в студенческой группе. Подбор и разработка учебных материалов производятся с учетом предоставления материала в различных формах аудидальной, визуальной, с использованием специальных технических средств и информационных систем.
Освоение дисциплины лицами с ВОЗ осуществляется с использованием средств обучения и специального назначения (персонального и коллективного использования). Материально-техническое обеспечение предусматривается приспособлением аудиторий к нуждам лиц с ВОЗ (при необходимости).
Форма проведения аттестации для студентов – инвалидов устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей. Для студентов с ВОЗ предусматривается доступная форма предоставления заданий оценочных средств.
Студентам-инвалидам предлагается задание и специальный комплекс упражнений для самостоятельного физического совершенствования. Для студентов с ограниченными возможностями здоровья проводятся занятия с доступной физической нагрузкой, учитывающей особенности каждого студента. Особый порядок освоения дисциплины “ Спортивные секции по

выбору студента” устанавливается на основании соблюдении принципов здоровьесбережения и адаптивной физической культуры. Форма проведения текущей и итоговой аттестации для студентов-инвалидов устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования, в электронной информационной образовательной среде и т.п.).
Студентам с инвалидностью увеличивается время на подготовку ответов на вопросы тестирования. Для таких студентов предусматривается доступная форма предоставления ответов на задания.
При необходимости для обучающихся с инвалидностью процедура оценивания результатов обучения может проводиться в несколько этапов.

Методические указания к практическим занятиям по курсу "Спортивные секции по выбору студента":
Основы подготовки студентов к бегу на короткие дистанции: Методические указания / Состав. Е. Г. Прыткова, С. В. Сурнина, И. В. Козлов, ВолгГТУ. – Волгоград,2019. - 25 с.
Основы подготовки студентов к сдаче силового норматива (подтягивания) : метод. указания / Состав. Е. Г. Прыткова, С. В. Сурнина, И. В. Козлов, ВолгГТУ. – Волгоград,2019. - 26 с
Основы подготовки студентов к сдаче норматива: «Прыжок в длину с места»: метод. указания / Состав. Е. Г. Прыткова, С. В. Сурнина, В. М. Поздняк; ВолгГТУ. – Волгоград,2019. - 23 с.
Основы подготовки студентов к сдаче силового норматива: «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа»: метод. указание / Состав. Е. Г. Прыткова, С. В. Сурнина, И. В. Козлов, ВолгГТУ. – Волгоград,2019. - 26 с.
Основы подготовки студентов к бегу на средние и длинные дистанции: метод. указания / Сост. Е. Г. Прыткова, С. В. Сурнина, И. В. Козлов, А. Т. Черных, ВолгГТУ. – Волгоград,2019. - 24 с.
Развитие гибкости у студентов на занятиях по физическому воспитанию: Метод. указания / Состав. Е. Г. Прыткова, С. В. Сурнина, ВолгГТУ. – Волгоград, 2019. - 26 с.
Методические основы работа со студентами с ослабленным здоровьем: Учебное пособие / Под ред. Е.Г. Прытковой, Г.А. Ушанова, А.В. Свириденко – Волгоград: ИУНЛ ВолгГТУ, 2012. – 48 с.