

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Дмитриев Николай Николаевич
Должность: Ректор
Дата подписания: 20.06.2023 06:10:50
Уникальный программный ключ:
f7c6227919e4cdbfb4d7b682991f8553b37cafbd

МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ИРКУТСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
имени А.А. ЕЖЕВСКОГО

Кафедра физической культуры и спорта

Утверждаю:

Зав.кафедрой ФКиС

Ракоца А.И.



« 24 » июля 2020 г.

Рабочая программа дисциплины

Б1.В.ДВ Элективные курсы по физической культуре и спорту

Направление подготовки 35.03.08 Водные биоресурсы и аквакультура

Профиль «Рыбоохрана и рыбоводство»

Уровень (бакалавриата)

Форма обучения: очная/заочная

1, 2, 3 курс, семестр 1, 2,3,4,5,6/1,2,3,курс, семестр 2,4,6

Молодежный 2020

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

Целью физического воспитания студентов вузов 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 профессиональной деятельности.

Для достижения поставленной цели предусматривается решение следующих воспитательных, образовательных, развивающих и оздоровительных **задач**:

- понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- знание научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование воспитательного процесса мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- усвоение знаний основных норм, которые российское общество выработало на основе таких ценностей как: труд, отечество, природа, мир, знания, культура, здоровье, человек (то есть, в усвоении ими социально значимых знаний);
- развитие позитивных отношений к этим общественным ценностям (то есть в развитии их социально значимых отношений);
- 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, овладение способностью приобретать новые знания, используя современные образовательные и информационные технологии;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей;
- совершенствование спортивного мастерства студентов.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Элективные курсы по физической культуре и спорту» входит в число дисциплин по выбору вариативной части Блока 1 учебного плана.

Приступая к изучению данной дисциплины, студент должен иметь базовые знания курса физической культуры в объеме общеобразовательной средней школы. Свои образовательные и развивающие функции «Элективные курсы по физической культуре и спорту» наиболее полно осуществляет в целенаправленном педагогическом процессе физического воспитания, который опирается на основные общедидактические принципы сознательности, наглядности, доступности, систематичности и динамичности.

Именно этими принципами пронизано все содержание данной Рабочей программы по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту», которая тесно связана не только с физическим развитием и совершенствованием функциональных систем организма молодого человека, но и с формированием средствами физической культуры и спорта жизненно необходимых психических качеств, свойств и черт личности.

Все это в целом находит свое отражение в психофизической надежности будущего специалиста, в необходимом уровне и устойчивости его профессиональной работоспособности.

Знания и умения, полученные в результате освоения дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту», являются необходимыми для изучения дисциплины «Физическая культура и спорт».

Дисциплина изучается на 1, 2, 3 курсах в 1, 2, 3, 4, 5, 6 семестрах (очная форма обучения), зачет в 2,3,4,5,6 семестр; и на 1,2,3 курсах, во 2,4,6 семестрах (заочная форма).

3. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

В результате освоения дисциплины обучающийся должен овладеть знаниями, умениями и навыками в целях приобретения следующих компетенций:

Трудовое действие	Наименование компетенции, необходимой для выполнения трудового действия (планируемые)	Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компе-
--------------------------	--	---

	результаты освоения ОП)	тенции
Общекультурные компетенции		
	ОК-8- способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	В области знания и понимания (А)
		Знать: методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
		В области интеллектуальных навыков (В)
		Уметь: методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
		В области практических умений (С)
		Владеть: способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ В ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦАХ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА ЧАСОВ, ВЫДЕЛЕННЫХ НА КОНТАКТНУЮ РАБОТУ

Общая трудоемкость дисциплины составляет: общий объем 328 часа.

Объем дисциплины и виды учебной работы:

Очная форма обучения: Семестр 1,2,3,4,5,6; вид отчетности – зачет 2,3,4,5,6 семестр

Вид учебной работы	Всего часов	Курс							
		I		II		III		IV	
		семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
1.Общая трудоемкость дисциплины	328	24	74	24	74	60	72		

коллоквиумам, рубежному контролю и т.д.) Подготовка и сдача экзамена Форма промежуточной аттестации			зач		зач		зач		

5. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Содержание дисциплины, структурированное по темам с указанием отведенного на них количества часов и видов учебных занятий:

5.1.1 Очная форма обучения:

№ п/п	Раздел дисциплины (тема)	Семестр	Неделя семестра	Виды учебных занятий, включая самостоятельную и трудоемкость (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лекции (Л)	Практ (семинарски)	лаборат. работы (ЛР)	самост. работа (СРС)	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
	1. Практические занятия с использованием методических материалов							
1	Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания	1	1		2			Опрос
2	Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	1	2		2			Опрос
3	Основы методики самомассажа	1	3		2			Опрос
4	Методика корректирующей гимнастики для глаз	1	4		2			Опрос
5	Методика составления и проведения простейших самостоятельных занятий ФУ гигиенической или тренировочной направленности	1	5		2			Опрос
	2. Практический (учебно-тренировочные занятия)							
	Легкая атлетика							

6	Общефизическая подготовка	1	6-8		4			Контрольные нормативы
7	Лыжные гонки	1	8-10		6			Контрольные нормативы
8		1	10-12		4			Контрольные нормативы
	Итого за 1 семестр		12		24			
	3. Практические занятия с использованием методических материалов							
9	Спорт, индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений	2	1		2			Опрос
10	Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений	2	2		2			Опрос
11	Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом	2	3		2			Опрос
12	Методы оценки коррекции осанки и телосложения	2	4		2			Опрос
13	Методы самоконтроля состояния здоровья и физического развития	2	5		2			Опрос
14	Методы самоконтроля за функциональным состоянием организма	2	6		2			Опрос
15	Методика проведения учебно-тренировочного занятия	2	7		2			Опрос
16	Методы самооценки специальной физической и спортивной подготовленности по избранному виду спорта	2	8		2			Опрос
17	Методика индивиду-	2	9		2			Опрос

18	ального подхода и применение средств для направленного развития отдельных физических качеств Основы методики организации судейства по избранному виду спорта	2	10		2			Опрос
19	4. Практический (учебно-тренировочные занятия) Лыжные гонки	2	1-6		24			Контрольные и зачетные нормативы Контрольные и зачетные нормативы
20	Общефизическая подготовка	2	7-18		30			
ИТОГО за 2 семестр			18		74			Зачет
21	5. Практические занятия с использованием методических материалов Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов	3	1		2			Опрос
22	Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра и специалиста	3	2		2			Опрос
23	Методы регулирования психоэмоционального состояния, применяемые при занятиях физической культурой и спортом	3	3		2			Опрос
24	Средства и методы мышечной релаксации в спорте	3	4		2			Опрос
25	Методика самостоятельного освоения отдельных элементов профессионально-прикладной физической подготовки	3	5		2			Опрос

26	Методика проведения производственной гимнастики с учетом заданных условий и характера труда 6. Практический (учебно-тренировочные занятия)	3	6		2			Опрос
27	Легкая атлетика	3	1-2		6			Контрольные и зачетные нормативы
28	Лыжные гонки	3	6-8		6			
								Контрольные и зачетные нормативы
ИТОГО за 3 семестр			8		24			зачет
7. Практический (учебно-тренировочные занятия)								
29	Общефизическая подготовка	4	9-15		32			Контрольные и зачетные нормативы
30	Профессионально-прикладная подготовка	4	16-18		22			Контрольные и зачетные нормативы
31	Лыжные гонки	4	1-8		20			Контрольные и зачетные нормативы
ИТОГО за 4 семестр			18		74			Зачет
8. Практический (учебно-тренировочные занятия)								
34	Общефизическая подготовка	6	1-10		30			Контрольные и зачетные нормативы
35	Профессионально-прикладная подготовка	6	5-16		10			Контрольные и зачетные нормативы
36	Лыжные гонки	6	15-18		20			Контрольные и зачетные

							нормативы
	ИТОГО за 5 семестр		18		60		Зачет
	9.Практический (учебно-тренировочные занятия)						
37	Общефизическая подготовка	6	1-10		30		Контрольные и зачетные нормативы
38	Профессионально-прикладная подготовка	6	5-16		12		Контрольные и зачетные нормативы
39	Лыжные гонки	6	15-18		30		Контрольные и зачетные нормативы
	ИТОГО за 6 семестр		18		72		Зачет

5.1.2 Заочная форма обучения:

№ п/п	Раздел дисциплины (тема)	Семестр	Виды учебных занятий, включая самостоятельную и трудоемкость (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Лекции (Л)	Практ (семинарск)	лаборат.работы (ЛР)	самост.работа (СРС)	
1	2	3	5	6	7	8	9
	1. Практические занятия с использованием методических материалов						
1	Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания	2	2				Опрос
2	Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	2					Опрос
3	Основы методики массажа	2					Опрос
4	Методика корректирующей гимнастики для глаз	2					Опрос
5	Методика составления и проведения простейших	2					Опрос

	самостоятельных занятий ФУ гигиенической или тренировочной направ- ленности						
6	2. Практический (учебно-тренировочные занятия)	2					Опрос
7	Легкая атлетика	2					Опрос
8	Общефизическая подготовка	2					Опрос
	Лыжные гонки						
	Итого за 2 семестр	2	2			108	
	3. Практические заня- тия с использованием методических матери- алов						
9	Спорт, индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений	4					Опрос
10	Особенности занятий из- бранным видом спорта или системой физических упражнений	4					Опрос
11	Самоконтроль за- нимающихся физически- ми упражнениями и спортом	4					Опрос
12	Методы оценки кор- рекции осанки и тело- сложения	4					Опрос
13		4					Опрос
14	Методы самоконтроля состояния здоровья и фи- зического развития	4					Опрос
15	Методы самоконтроля за функциональным состоя- нием организма	4					Опрос
16	Методика проведения учебно-тренировочного занятия	4					Опрос
	Методы самооценки специальной физической и спортивной подготов-	4					

17	ленности по избранному виду спорта	4					
18	Методика индивидуального подхода и применение средств для направленного развития отдельных физических качеств	4					
	Основы методики организации судейства по избранному виду спорта						
	4. Практический (учебно-тренировочные занятия)						
19	Лыжные гонки	4					Опрос
20	Общефизическая подготовка	4					Опрос
	ИТОГО за 4 семестр					108	
	5. Практические занятия с использованием методических материалов						
21	Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов	6					Опрос
22	Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра и специалиста	6					Опрос
23	Методы регулирования психоэмоционального состояния, применяемые при занятиях физической культурой и спортом	6					Опрос
24	Средства и методы мышечной релаксации в спорте	6					Опрос
25	Методика самостоятельного освоения отдельных элементов профессионально-прикладной физической подготовки	6					Опрос
26	Методика проведения производственной гимна-	6					Опрос

	стики с учетом заданных условий и характера труда					
	6. Практический (учебно-тренировочные занятия)					
27	Легкая атлетика	6				Опрос
28	Лыжные гонки	6				Опрос
	ИТОГО за 6 семестр				112	Зачет

5.2 Интерактивные образовательные технологии, используемые на аудиторных занятиях

Для успешного освоения дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» применяются различные образовательные технологии, которые обеспечивают достижение планируемых результатов обучения согласно образовательной программе, с учетом требований к объему занятий в интерактивной форме.

5.2.1 Очная форма обучения

Семестр	Вид занятия (Л, ПР)	Используемые интерактивные образовательные технологии	Количество часов
1	ПР	Обсуждение дискуссионных вопросов и проблем, «мозговой штурм»	2
	ПР	Использование мультимедийного оборудования	2
	ПР	Работа в малых группах, соревнования	4
5	ПР	Обсуждение дискуссионных вопросов и проблем, «мозговой штурм»	2
	ПР	Использование мультимедийного оборудования	2
	ПР	Работа в малых группах, соревнования	4
ИТОГО			16

5.2.2 Заочная форма обучения

Семестр	Вид занятия (Л, ПР)	Используемые интерактивные образовательные технологии	Количество часов
2	Л	Обсуждение дискуссионных вопросов и проблем, «мозговой штурм»	2
	Л	Использование мультимедийного оборудования	2
ИТОГО			4

6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

6.1. Методические указания для проведения практических занятий

Практические занятия

Практические занятия должны помочь студенту правильно организовать самостоятельную работу, помочь усвоить и закрепить практические занятия с использованием методических материалов, приобрести навыки в решении задач.

Успешное проведение практических занятий обеспечивается высокой степенью теоретической подготовленности преподавателя и высоким уровнем его педагогического мастерства.

Чтобы подготовить отдельное практическое занятие, преподаватель должен в первую очередь четко сформулировать тему занятия, в соответствии с ней выбрать ту или иную форму его проведения, продумать форму проверки домашнего задания, опроса студентов по практическим занятиям с использованием методических материалов, найти средства стимулирования их работы.

Выбор формы и методов проведения практического занятия диктуется темой текущего занятия. Однако, как бы ни было оно построено, его составными частями является разбор домашнего задания, повторение практического занятия с использованием методических материалов, подведение итогов, задание очередной домашней работы.

Различным сочетанием этих составных частей, воплощением в той или иной форме, и определяется структура практического занятия.

Исключением в смысле построения является первое практическое занятие, где студентам нужно перечислить разделы данного курса, познакомиться с предъявляемыми требованиями и с формами отчетности для получения зачета, рекомендовать определенные сборники задач, дать советы для правильной организации работы.

Практическое занятие, даже хорошо построенное, пройдет с оптимальной пользой для студентов лишь тогда, когда к нему готовятся и они.

Одним из элементов практического занятия является решение задач, сдача контрольных и зачетных нормативов.

Для активной творческой работы студентов преподавателю следует проводить занятия в темпе, удовлетворяющем большую часть аудитории; установить с ней контакт; стремиться дополнить с помощью задач методический материал; рассматривать кроме стандартных нешаблонные приемы решения задач; давать дополнительные задачи студентам, которые справляются с основным заданием быстрее других.

Кроме того, при проведении ПЗ по физической культуре преподаватель должен помочь студенту научиться четко и грамотно выполнять контрольные и зачетные задания.

7. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине, включает:

- перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы;
- описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования;
- описание шкал оценивания;
- критерии и процедуры оценивания результатов обучения по дисциплине, характеризующих этапы формирования компетенций;

- методические материалы, определяющие процедуры оценивания;
- типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки результатов обучения (промежуточной аттестации) по дисциплине, характеризующих этапы формирования компетенций и (или) для итогового контроля сформированности компетенции (ий).

Фонд оценочных средств по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту» представлен в **приложении к рабочей программе**.

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

8.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины:

8.1.1. Основная литература

1. Физическая культура в вузе: учебно-методическое пособие. [Электронный ресурс]. - Оренбург : ФГБОУ ВПО Оренбургский государственный аграрный университет, 2016. - 84 с. ; нет. - Режим доступа:<https://lib.rucont.ru/efd/376984>. - ISBN 978-5-88838-951-5 : Б. ц.
2. Небытова, Л.А. Физическая культура : учебное пособие [Электронный ресурс] / Л. А. Небытова, М. В. Катренко, Н. И. Соколова. - Ставрополь : изд-во СКФУ, 2017. - 269 с. : нет. - Режим доступа:<https://lib.rucont.ru/efd/642436>. - Б. ц. Физическая культура : учебное пособие [Электронный ресурс] / Л. А. Небытова, М. В. Катренко, Н. И. Соколова. - Ставрополь : изд-во СКФУ, 2017. - 269 с. : нет. - Режим доступа:<https://lib.rucont.ru/efd/642436>. - Б. ц.

8.2.2. Дополнительная литература

1. Ракоца А.И. Эффективность методики учебно-тренировочного процесса спортсменов полиатлонистов с использованием контроля их функционального состояния [Электронный ресурс] : учеб. пособие для высш. и сред. учеб. заведений / А. И. Ракоца, В. А. Бомин ; Иркут. гос. аграр. ун-т им. А. А. Ежевского, Иркут. гос. мед. ун-т. - Электрон. текстовые дан. - Иркутск : Мегапринт, 2017. - 113 с. - (Электронная библиотека ИрГАУ). - Загл. с титул. экрана. - Библиогр.: с. 89-110. - Б. ц.
2. Нестерец О.Ю. Особенности занятий лечебной физической культурой [Электронный ресурс] : учеб. пособие для вузов / О. Ю. Нестерец, В. А. Бомин, А. И. Ракоца ; Иркут. гос. аграр. ун-т им. А. А. Ежевского. - Электрон. текстовые дан. - Иркутск : Мегапринт, 2018. - 97 с. : ил. - (Электронная библиотека ИрГАУ). - Загл. с титул. экрана. - Библиогр.: с. 92-97. - Б. ц.
3. Бомин В.А. Физическая культура и спорт [Электронный ресурс] : учеб. пособие для методико-практ. самостоятельной работы студентов / В. А. Бомин [и др.] ; Иркут. гос. аграр. ун-т им. А. А. Ежевского. - Электрон. текстовые дан. - Иркутск : Изд-во ИрГАУ, 2019. - 141 с. - (Электронная библиотека ИрГАУ). - Загл. с титул. экрана. - Библиогр.: с. 135-141. - Б. ц.
4. Бомин В.А. Элективные курсы по физической культуре [Электронный ресурс] : учеб. пособие для методико-практ. самостоятельной работы студентов / В. А. Бомин [и др.] ; Иркут. гос. аграр. ун-т им. А. А. Ежевского. - Электрон. текстовые дан. - Иркутск : Изд-во ИрГАУ, 2019. - 56 с. - (Электронная библиотека ИрГАУ). - Загл. с титул. экрана. - Библиогр.: с. 50-56. - Б. ц.
5. Бомин В.А. (кандидат педагогических наук).
Бомин В.А. Организация занятий физической культурой и спортом студентов [Электрон-

ный ресурс] : учеб. пособие для вузов и сред. учеб. заведений / В. А. Бомин, А. И. Ракоца, А. И. Трегуб ; Иркут. гос. аграр. ун-т им. А. А. Ежевского. - Электрон. текстовые дан. - Иркутск : Изд-во ИрГАУ, 2019. - 322 с. : ил. - (Электронная библиотека ИрГАУ). - Загл. с титул. экрана. - Библиогр.: с. 316-322. - Б. ц.

8.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети Интернет, необходимых для освоения дисциплины:

<http://www.derjavasport.ru/about.html>

8.3. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине:

1. Татаринов, В. И. Настольный теннис. Правила игры [Электронный ресурс]. / В. И. Татаринов .- 2013.- 41 с.- Электрон. текстовые дан. // Руконт : электронно-библиотечная система.- Режим доступа: <http://rucont.ru/efd/208289?cldren=0>

2. Топография [Электронный ресурс] : методические рекомендации для студентов очной и заочной форм обучения по курсам «Спортивное ориентирование» и «Туризм» / А.А. Головкина, Е.Н. Червякова .- Шуя : ФГБОУ ВПО "ШГПУ", 2009.- 32 с.- Электрон. текстовые дан. // Руконт : электронно-библиотечная система.- Режим доступа: <http://rucont.ru/efd/208637?cldren=0>

3. Физическая культура. Раздел: Русская лапта [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пособие / М. Е. Погадаев, В. В. Плотников .- Уфа : УГАЭС, 2009.- 44 с.- Электрон. текстовые дан. // Руконт : электронно-библиотечная система.- Режим доступа: <http://rucont.ru/efd/143811?cldren=0>

4. Физическая реабилитация [Электронный ресурс] : Методические рекомендации для подготовки к семинарским и практическим занятиям и для самостоятельного изучения дисциплины по специальности 032103.65 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм». - М. : РГУФКСМиТ, 2012.- 46 с.- Электрон. текстовые дан. // Руконт : электронно-библиотечная система.- Режим доступа: <http://rucont.ru/efd/202923?cldren=0>

8.4. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине:

В процессе лекционных и практических занятий используется следующее лицензионное программное обеспечение и информационные справочные системы:

№ п/п	Наименование программного обеспечения	Договор №, дата, организация
Лицензионное программное обеспечение		
1	Microsoft Windows 7	Акт на передачу прав Н-0005792 от 08.06.2011 года
2	Microsoft Office 2010	
3	Kaspersky Business Space Security Russian Edition	
Свободно распространяемое программное обеспечение		
1	LibreOffice 6.3.3	
2	Adobe Acrobat Reader	
3	Mozilla Firefox 83.x	

4	Opera 72.x	
5	Google Chrome 86.x.	

9. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

№ п. п	Наименование оборудованных учебных кабинетов	Оснащенность оборудованных учебных кабинетов	Форма использования
1	664038, Иркутская область, Иркутский район, поселок Молодежный, Иркутский ГАУ, ауд. 319	Специализированная мебель: стол преподавателя - 1 шт., стулья - 3 шт., Технические средства обучения: Мультимедийный проектор Optoma X302, ноутбук Asus P55VA, экран на треноге, дорожка беговая AeroFit, велотренажер КРТ вертикальный, магнитный B22300-C, велоэллипсоид Larsen FB1032M, тренажер эллиптический Ketler Vito M, Бенч КРТ, мячи (волейбольные, баскетбольные, футбольные), табло настенное, щит баскетбольный, стойка волейбольная Список ПО на компьютере: Microsoft Windows 7, Microsoft Office 2010, Kaspersky Business Space Security Russian Edition, LibreOffice 6.3.3, Adobe Acrobat Reader, Mozilla Firefox 83.x, Opera 72.x, Google Chrome 86.x.	Для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации.
2	664038, Иркутская область, Иркутский район, поселок Молодежный, Иркутский ГАУ, ауд. я 119	Специализированная мебель: парта ученическая - 1 шт., Технические средства обучения: Борцовские ковры, мешок боксерский, груша резиновая, маты гимнастические	Для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации.
3	664038, Иркутская область, Иркутский район, поселок Молодежный, Иркутский ГАУ, ауд. 120	Специализированная мебель: парта ученическая - 1 шт., Технические средства обучения: Силовые тренажеры, тренажер многофункциональный Body Solyd, подставка для штанги, гантели, гриф для штанги, гири, грифы гантельные, диски обрезиненные.	Для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации.
4	664038, Иркутская область, Иркутский район, поселок Молодежный, Иркутский ГАУ, ауд. 303 Научно-библиографический отдел	Специализированная мебель: Стол - 11 шт.; Стул - 11 шт. Технические средства обучения: 11 персональных компьютеров подключенных к сети "Интернет" и доступом в электронную информационно-образовательную среду ФГБОУ ВО Иркутского ГАУ и электронно-библиотечную систему (электронной библиотеки); сканер CanoScan LIDE 110 - 2 шт.; Принтер HP Lazer Jet P 2055 - 1 шт.; Принтер HP Lazer Jet M 1132 MFP - 1 шт.	Для самостоятельной работы студентов

5	664038, Иркутская область, Иркутский район, по- селок Молодежный, Иркутский ГАУ	Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий	Для проведения практи- ческих занятий, группо- вых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации.
---	---	--	---

Рейтинг-план дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту»

Направление подготовки: 35.03.08 Аквакультура 1 курс, первый семестр

Практические занятия – 24 часа.

Текущие аттестации: опрос, контрольные и зачетные нормативы.

Распределение баллов по разделам (модулям) в 1 семестре

Раздел дисциплины	Максимальный балл	Сроки
Раздел 1. Практические занятия с использо- ванием методических материалов Тема 1. Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания Тема 2. Основы методики самостоятельных за- нятий физическими упражнениями Тема 3. Основы методики самомассажа Тема 4. Методика корректирующей гимнастики для глаз Тема 5. Методика составления и проведения простейших самостоятельных занятий ФУ гигиенической или тренировочной направлен- ности	20	1-5 неде- ля
Раздел 2. Практический (учебно-тренировоч- ные занятия) Тема 6. Легкая атлетика Тема 7. Общефизическая подготовка Тема 8. Лыжные гонки	40	1-18 неделя
ИТОГО	60	

1 курс, второй семестр

Практические занятия – 74 часа. Зачет.

Текущие аттестации: устный опрос (собеседование), контрольные и зачетные нормативы

Распределение баллов по разделам (модулям) в 2 семестре

Раздел дисциплины	Максимальный балл	Сроки
Раздел 5. Практические занятия с использо- ванием методических материалов Тема 21. Профессионально-прикладная физиче- ская подготовка студентов Тема 22. Физическая культура в профессио- нальной деятельности бакалавра и специалиста Тема 23. Методы регулирования психоэмоцио- нального состояния, применяемые при занятиях физической культурой и спортом	20	1-10 не- деля

Тема 24. Средства и методы мышечной релаксации в спорте Тема 25. Методика самостоятельного освоения отдельных элементов профессионально-прикладной физической подготовки Тема 26. Методика проведения производственной гимнастики с учетом заданных условий и характера труда		
Раздел 6. Практический (учебно-тренировочные занятия) Тема 27. Общефизическая подготовка Тема 28. Легкая атлетика Тема 29. Лыжные гонки	40	1-16 неделя
Итого	60	

2 курс, третий семестр

Практические занятия – 24 часа. Зачет.

Текущие аттестации: устный опрос (собеседование), контрольные и зачетные нормативы

Распределение баллов по разделам (модулям) в 3 семестре

Раздел дисциплины	Максимальный балл	Сроки
Раздел 8. Практический (учебно-тренировочные занятия) Тема 33. Общефизическая подготовка Тема 34. Профессионально-прикладная физическая подготовка	60	1-16 неделя
Итого	60	

2 курс, четвертый семестр

Практические занятия – 74 часов. Зачет.

Текущие аттестации: устный опрос (собеседование), контрольные и зачетные нормативы

Распределение баллов по разделам (модулям) в 4 семестре

Раздел дисциплины	Максимальный балл	Сроки
Раздел 8. Практический (учебно-тренировочные занятия) Тема 33. Общефизическая подготовка Тема 34. Профессионально-прикладная физическая подготовка	60	1-16 неделя
Итого	60	

3 курс, пятый семестр

Практические занятия – 60 часов. Зачет.

Текущие аттестации: устный опрос (собеседование), контрольные и зачетные нормативы

Распределение баллов по разделам (модулям) в 5 семестре

Раздел дисциплины	Максимальный балл	Сроки
Раздел 9. Практический (учебно-тренировочные занятия) Тема 35. Общефизическая подготовка Тема 36. Профессионально-прикладная физическая подготовка Тема 37. Лыжные гонки	60	1-18 неделя

Итого	60
-------	----

3 курс, шестой семестр

Практические занятия – 72 часов. Зачет.

Текущие аттестации: устный опрос (собеседование), контрольные и зачетные нормативы

Распределение баллов по разделам (модулям) в 6 семестре

Раздел дисциплины	Максимальный балл	Сроки
Раздел 10. Практический (учебно-тренировочные занятия) Тема 38. Общефизическая подготовка Тема 39. Профессионально-прикладная физическая подготовка Тема 40. Лыжные гонки	60	1-18 недели
Итого	60	

Распределение баллов по видам работ

Вид работы	Единица измерения	Премиальные баллы
Активность на практическом занятии	семестр	0 - 5
Посещение занятий	семестр	0 - 5
Внеаудиторная работа, участие в физкультурно-оздоровительных, спортивных мероприятиях	семестр	0 – 20
Участие в конференциях, конкурсах	одно участие	0 – 10
Итого		до 40
Зачет		15-30

Определение итоговой оценки по дисциплине

По результатам работы в семестре студент может получить автоматически зачет при условии, если он набрал более 50 баллов. Если студент набрал менее 40 баллов, то он не допускается к зачету. Неудачившим студентам предоставляется возможность ликвидировать задолженность (в зависимости от причины неудачиваемости) в предусмотренные кафедрой и деканатом сроки.

Интервал баллов рейтинга	Оценка
Меньше 50	неудовлетворительно
51 - 70	удовлетворительно
71 - 90	хорошо
91 - 100	отлично

Рабочая программа составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования (ФГОС ВО) по направлению подготовки 35.03.08 Водные биоресурсы и аквакультура

Программу составил:



Голец Александр Владимирович

Программа одобрена на заседании кафедры физической культуры и спорта протокол № 11 от « 24 » июля 2020 г.

Заведующий кафедрой ФКиС



Ракоца А.И.

