

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Дмитриев Николай Николаевич
Должность: Ректор
Дата подписания: 17.06.2023 09:52:01
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 Ф Ки С



Бомин В.А

«26» марта 2021 г

Рабочая программа дисциплины

Б1.О.03.04 Элективные курсы по физической культуре и спорту

Направление подготовки (специальность)

35.03.10 Ландшафтная архитектура

Профиль Ландшафтный дизайн

(уровень – бакалавриата)

Форма обучения: очная/заочная

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

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 обязательную часть Блока 1 учебного плана.

Приступая к изучению данной дисциплины, студент должен иметь базовые знания курса физической культуры и спорта в объеме среднего общего образования. 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 обще дидактические 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 очной форме обучения - на 1, 2, 3 курсе во 2,3,4,5,6 семестрах и на заочной форме обучения – на 1 курсе.

3. ТРЕБОВАНИЯ К УСЛОВИЯМ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ)

Изучение данной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций, соотнесенных с индикаторами достижения компетенций:

Код компетенции	Результаты освоения ОП	Индикаторы компетенции	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной профессиональной деятельности	ИД-1 _{УК-7} Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни	знать: основные методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдать нормы здорового образа жизни, психофизиологические основы учебного труда; уметь: использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, здорового образа жизни, самостоятельно анализировать литературу по физической культуре; владеть: способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной, профессиональной деятельности, соблюдения норм здорового образа жизни.

		<p>ИД-2_{УК-7} Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности</p>	<p>знать: основные методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной нормы здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности;</p> <p>уметь: использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной деятельности, здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности, самостоятельно анализировать литературу по физической культуре;</p> <p>владеть: способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной деятельности, соблюдения здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.</p>
--	--	--	---

4. ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Обучение по дисциплине лиц, относящихся к категории инвалидов, и лиц с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

В случае возникновения необходимости обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья в Университете предусматривается создание специальных условий, включающих в себя использование специальных образовательных программ, методов воспитания, дидактических материалов, специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования, предоставление услуг ассистента (помощника), оказы-

вающего обучающимся необходимую техническую помощь, проведение групповых и индивидуальных коррекционных занятий, обеспечение доступа в здания Университета и другие условия, без которых невозможно или затруднено освоение образовательных программ обучающимися с ограниченными возможностями здоровья.

При получении высшего образования обучающимся с ограниченными возможностями здоровья предоставляются бесплатно учебная литература, а также услуги сурдопереводчиков и тифлосурдопереводчиков.

С учетом особых потребностей обучающимся с ограниченными возможностями здоровья обеспечивается предоставление учебных, лекционных материалов в электронном виде.

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

Общая трудоемкость дисциплины составляет общий объем 328 часов.

5.1. Объем дисциплины и виды учебной работы:

5.2. Очная форма обучения: 1,2,3 курс, 2,3,4,5,6 семестр, вид отчетности – зачет (2,3,4,5,6 семестр).

Вид учебной работы	Объем часов	Объем часов		Объем часов		Объем часов	
		1 семес тр	2 семес тр	3 семес тр	4 семес тр	5 семес тр	6 семес тр
Общая трудоемкость дисциплины	328		80	64	72	56	56
Контактная работа обучающихся с преподавателем (всего)	328		80	64	72	56	56
в том числе:	-						
Лекции (Л)	-						
Практические занятия (ПЗ)	328		80	64	72	56	56
Лабораторные работы (ЛР)	-						
Самостоятельная работа:	-						
Курсовой проект (КП) ¹	-						

Курсовая работа (КР) ²	-						
Расчетно-графическая работа (РГР)	-						
Реферат (Р)	-						
Эссе (Э)	-						
Контрольная работа	-						
Самостоятельное изучение разделов	-						
Самоподготовка (проработка и повторение лекционного материала и материала учебников и учебных пособий, подготовка к лабораторным и практическим занятиям, коллоквиумам, рубежному контролю и т.д.)	-						
Подготовка и сдача экзамена ²							
Подготовка и сдача зачета							

5.3. Заочная форма обучения: 1 курс вид отчетности – зачет.

Вид учебной работы	Объем часов	Объем часов	Объем часов	Объем часов
	всего	1 курс	2 курс	3 курс
Общая трудоемкость дисциплины	328	328		
Контактная работа обучающихся с преподавателем (всего)	328	328		
в том числе:	-		-	
Лекции (Л)	-		-	
Практические занятия (ПЗ)	6	6	-	
Лабораторные работы (ЛР)	-		-	
Самостоятельная работа:	322	322	-	
Курсовой проект (КП) ³	-		-	
Курсовая работа (КР) ⁴	-		-	

²

³

⁴

Расчетно-графическая работа (РГР)	-		-	
Реферат (Р)	-		-	
Эссе (Э)	-		-	
Контрольная работа	-		-	
Самостоятельное изучение разделов	-		-	
Самоподготовка (проработка и повторение лекционного материала и материала учебников и учебных пособий, подготовка к лабораторным и практическим занятиям, коллоквиумам, рубежному контролю и т.д.)	-		-	
Подготовка и сдача экзамена ²				
Подготовка и сдача зачета				

6. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

6.1.1. Очная форма обучения:

№ п/п	Раздел дисциплины (<i>тема</i>)	Виды учебных занятий, включая самостоятельную и трудоемкость (<i>в часах</i>)				Формы текущей, промежуточной аттестации
		Лекции (Л)	Практ (семинарские)	лаборат. работы (ЛР)	самост. работа (СРС)	
1	2	5	6	7	8	9
2 семестр						

	1. Практические занятия с использованием методических материалов				
1	Инструкции по технике безопасности при занятиях физической культурой и спортом. Общие требования безопасности Требования безопасности перед началом занятий. Требования безопасности во время занятий. Требования безопасности в аварийных ситуациях. Требования безопасности по окончании занятий. Воспитание личности студентов. 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).	2			Опрос
2	Спортивные сооружения. Виды спортивных сооружений. Физкультурно-спортивные сооружения для спортивных и физкультурно-оздоровительных занятий, вспомогательные, для зрителей. Открытые и крытые спортивные сооружения. Летние и зимние спортивные сооружения. Плоскостные и объемные спортсооружения. Специализированные и универсальные спортсооружения. Тренировочные, демонстрационные и активного отдыха населения спортсооружения. Тренажеры для занятий физической культурой и спортом. Плавательные Бассейны. Места для занятий зимними видами спорта.	2			Опрос
	2. Практический (учебно-тренировочные занятия)				Контрольные и

3	Лыжные гонки		30			зачетные нормативы
4	Общефизическая подготовка		20			Контрольные и зачетные нормативы
5	Спортивные игры		16			Контрольные и зачетные нормативы
6	Легкая атлетика		10			Контрольные и зачетные нормативы
ИТОГО за 2 семестр			80			Зачет
3 семестр						
1. Практические занятия с использованием методических материалов						
7	Основные системы организма человека. Сердечно-сосудистая система. Система дыхания. Опорно-двигательный аппарат. Другие системы организма		2			Опрос
2. Практический (учебно-тренировочные занятия)						
8	Легкая атлетика		10			Контрольные и зачетные нормативы
9	Спортивные игры		20			Контрольные и зачетные нормативы
10	Общефизическая подготовка		32			Контрольные и зачетные нормативы
ИТОГО за 3 семестр			64			Зачет
4 семестр						
1. Практические занятия с использованием методических материалов						
11	Составляющие спортивной тренировки. Тренировочная нагрузка. Построение тренировочного процесса. Управление тренировочным процессом с применением мониторинговых систем. Состояние орга-		2			Опрос

	низма на спортивных тренировках. Физиологические основы спортивной тренировки.					
	2. Практический (учебно-тренировочные занятия)					
12	Лыжные гонки		20			Контрольные и зачетные нормативы Контрольные и зачетные нормативы Контрольные и зачетные нормативы Контрольные и зачетные нормативы
13	Общефизическая подготовка		20			
14	Спортивные игры		20			
15	Легкая атлетика		10			
	ИТОГО за 4 семестр		72			Зачет
5 семестр						
	1. Практические занятия с использованием методических материалов					
16	Основы методики организации и судейства по легкой атлетике, лыжным гонкам.		2			Опрос
17	Самостоятельные занятия физической культурой и спортом. Методика самоконтроля состояния здоровья и физического развития. Методика проведения учебно-тренировочного занятия. Методика индивидуального подхода и применения средств физической культуры. Методика самостоятельного освоения отдельных элементов профессионально-прикладной физической подготовки.		2			Опрос
	2. Практический (учебно-тренировочные занятия)					
18	Легкая атлетика		10			Контрольные и зачетные нормативы Контрольные и зачетные нормативы
19	Общефизическая подготовка		16			

20	Спортивные игры		10			Контрольные и зачетные нормативы
21	Лыжные гонки		16			Контрольные и зачетные нормативы
ИТОГО за 5 семестр			56			Зачет
6 семестр						
1. Практические занятия с использованием методических материалов						
22	Лечебная физическая культура Лечебная физическая культура (ЛФК) при нарушении обмена веществ и заболеваниях желудочно-кишечного тракта. ЛФК при заболеваниях органов дыхания. ЛФК при травмах опорно-двигательного аппарата.		2			Опрос
2. Практический (учебно-тренировочные занятия)						
23	Лыжные гонки		20			Контрольные и зачетные нормативы
24	Общefизическая подготовка		14			Контрольные и зачетные нормативы
25	Спортивные игры		10			Контрольные и зачетные нормативы
26	Легкая атлетика		10			Контрольные и зачетные нормативы
ИТОГО за 6 семестр			56			Зачет
Итого по дисциплине			328			

6.1.2. Заочная форма обучения:

№	Раздел дисциплины (<i>тема</i>)	Виды учебных занятий, включая самостоятельную и трудоемкость (<i>в часах</i>)	Формы текущей, промежуточ-
---	-----------------------------------	---	----------------------------

п/п		Лекции (Л)	Практ (семинарские)	лаборат. работы (ЛР)	самост. работа (СРС)	ной аттеста- ции
1	2	5	6	7	8	9
1 курс						
	1. Практические занятия с использованием методических материалов					
1	<p>Инструкции по технике безопасности при занятиях физической культурой и спортом. Общие требования безопасности. Требования безопасности перед началом занятий. Требования безопасности во время занятий. Требования безопасности в аварийных ситуациях. Требования безопасности по окончании занятий.</p>		2			Опрос
2	<p>Самостоятельные занятия физической культурой и спортом. Методика самоконтроля состояния здоровья и физического развития. Методика проведения учебно-тренировочного занятия. Методика индивидуального подхода и применения средств физической культуры. Методика самостоятельного освоения отдельных элементов профессионально-прикладной физической подготовки.</p>		2			Опрос
3	<p>Спортивные сооружения. Виды спортивных сооружений. Физкультурно-спортивные сооружения для спортивных и физкультурно-оздоровительных занятий, вспомогательные, для зрителей. Открытые и крытые спортивные сооружения. Летние и зимние спортивные сооружения. Плоскостные и объемные спортсооружения. Специализированные и универсальные спортсооружения.</p>		2			Опрос

	2. Практический (учебно-тренировочные занятия)					
4	Общефизическая подготовка				322	
	Итого за 1 курс		6		322	зачёт
	Итого по дисциплине		6		322	

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

7.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины⁵:

7.1.1. Основная литература:

1. 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.

2. 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.

7.1.2. Дополнительная литература:

1. 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.

2. 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.

3. Бомин, Вадим Анатольевич (кандидат педагогических наук). Бомин В.А. Организация занятий физической культурой и спортом студентов [Электронный 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.

4. 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.

5. 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.

⁵В рабочие программы вносятся литература из электронного каталога книгообеспеченности по ОП

текстовые дан. - Иркутск: Мегапринт, 2017. - 113 с. - (Электронная библиотека ИрГАУ). - Загл. с титул. экрана. - Библиогр.: с. 89-110. - Б. ц.

7.2 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети Интернет, необходимых для освоения дисциплины: <http://www.derjavasport.ru/about.html>

7.3 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>

6.

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

№ 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.	

**8. 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	<p>Специализированная мебель: стол преподавателя - 1 шт., стулья - 3 шт.,</p> <p>Технические средства обучения: Мультимедийный проектор Optoma X302, ноутбук Asus P55VA, экран на треноге, дорожка беговая Aerofit, велотренажер КРТ вертикальный, магнитный B22300-С, велоэллипсоид Larsen FB1032M, тренажер эллиптический Ketler Vito M, Бенч КРТ, мячи (волейбольные, баскетбольные, футбольные), табло настенное, щит баскетбольный, стойка волейбольная</p> <p>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.</p>	Для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации.
2	664038, Иркутская область, Иркутский район, поселок Молодежный, Иркутский ГАУ, ауд. 119	<p>Специализированная мебель: парта ученическая - 1 шт.,</p> <p>Технические средства обучения: Борцовские ковры, мешок боксерский, груша резиновая, маты гимнастические</p>	Для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации.
3	664038, Иркутская область, Иркутский район, поселок Молодежный, Иркутский ГАУ, ауд. 120	<p>Специализированная мебель: парта ученическая - 1 шт.,</p> <p>Технические средства обучения: Силовые тренажеры, тренажер многофункциональный Body Solyd, подставка для штанги, гантели, гриф для штанги, гири, грифы гантельные, диски обрезиненные.</p>	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-биб-	<p>Специализированная мебель: Стол - 11 шт.; Стул - 11 шт.</p> <p>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</p>	Для самостоятельной работы студентов

	лиографический отдел	LIDE 110 - 2 шт.; Принтер HP Lazer Jet P 2055 - 1 шт.; Принтер HP Lazer Jet M 1132 MFP - 1 шт.	
5	664038, Иркутская область, Иркутский район, поселок Молодежный, Иркутский ГАУ	Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий	Для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации.

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

Направление подготовки: 35.03.10 Ландшафтная архитектура

1 курс, 2 семестр

Практические занятия – 80 часов. Зачет.

Текущие аттестации: опрос, контрольные и зачетные нормативы.

Распределение баллов по разделам (модулям) во 2 семестре

Раздел дисциплины	Максимальный балл	Сроки
Раздел 1. Практические занятия с использованием методических материалов	10	
Тема 1. Инструкции по технике безопасности при занятиях физической культурой и спортом. Воспитание личности студентов, 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).	5	1 неделя
Тема 2. Спортивные сооружения.	5	2 неделя
Раздел 2. Практический (учебно-тренировочные занятия)	50	
Тема 3. Лыжные гонки	10	1-6 неделя
Тема 4. Общефизическая подготовка	20	7-15 неделя
Тема 5. Спортивные игры	10	
Тема 6. Легкая атлетика	10	
Итого	60	
Сумма баллов для допуска к зачету	от 40	

Итоговый рейтинговый балл	от 0 до 100
---------------------------	-------------

2 курс, 3 семестр

Практические занятия – 64 часа. Зачет.

Текущие аттестации: опрос, контрольные и зачетные нормативы.

Распределение баллов по разделам (модулям) в 3 семестре

Раздел дисциплины	Максимальный балл	Сроки
Раздел 1. Практические занятия с использованием методических материалов	10	
Тема 1. Основные системы организма человека.	10	1 неделя
Раздел 2. Практический (учебно-тренировочные занятия)	50	
Тема 2. Легкая атлетика	10	1-6 неделя
Тема 3. Общефизическая подготовка	20	7-15 неделя
Тема 4. Спортивные игры	20	
Итого	60	
Сумма баллов для допуска к зачету	от 40	
Итоговый рейтинговый балл	от 0 до 100	

2 курс, 4 семестр

Практические занятия – 72 часа. Зачет.

Текущие аттестации: опрос, контрольные и зачетные нормативы.

Распределение баллов по разделам (модулям) в 4 семестре

Раздел дисциплины	Максимальный балл	Сроки
Раздел 1. Практические занятия с использованием методических материалов	10	
Тема 1. Составляющие спортивной тренировки	10	1 неделя
Раздел 2. Практический (учебно-тренировочные занятия)	50	
Тема 2. Лыжные гонки	10	1-6 неделя
Тема 3. Общефизическая подготовка	20	7-15 неделя
Тема 4. Спортивные игры	10	
Тема 5. Легкая атлетика	10	
Итого	60	
Сумма баллов для допуска к зачету	от 40	
Итоговый рейтинговый балл	от 0 до 100	

3 курс, 5 семестр

Практические занятия – 56 часов. Зачет.

Текущие аттестации: опрос, контрольные и зачетные нормативы.

Распределение баллов по разделам (модулям) в 5 семестре

Раздел дисциплины	Максимальный балл	Сроки
Раздел 1. Практические занятия с использованием методических материалов	10	

Тема 1. Основы методики организации и судейства по легкой атлетике, лыжным гонкам.	5	1 неделя
Тема 2. Самостоятельные занятия физической культурой и спортом.	5	
Раздел 2. Практический (учебно-тренировочные занятия)	50	
Тема 3. Легкая атлетика	10	1-15 неделя
Тема 4. Общефизическая подготовка	20	
Тема 5. Спортивные игры	10	
Тема 6. Лыжные гонки	10	
Итого	60	
Сумма баллов для допуска к зачету	от 40	
Итоговый рейтинговый балл	от 0 до 100	

3 курс, 6 семестр

Практические занятия – 56 часа. Зачет.

Текущие аттестации: опрос, контрольные и зачетные нормативы.

Распределение баллов по разделам (модулям) в 6 семестре

Раздел дисциплины	Максимальный балл	Сроки
Раздел 1. Практические занятия с использованием методических материалов	10	
Тема 1. Лечебная физическая культура	10	1 неделя
Раздел 2. Практический (учебно-тренировочные занятия)	50	
Тема 2. Лыжные гонки	10	1-6 неделя 7-16 неделя
Тема 3. Общефизическая подготовка	20	
Тема 4. Спортивные игры	10	
Тема 5. Легкая атлетика	10	
Итого	60	
Сумма баллов для допуска к зачету	от 40	
Итоговый рейтинговый балл	от 0 до 100	

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		15-40

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. Неудача студентам предоставляется возможность ликвидировать задолженность (в зависимости от причины неуспеваемости) 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 35.03.10 Ландшафтная архитектура профиль Ландшафтный дизайн

Программу составил:  Трегуб Алла Ивановна

Программа одобрена на заседании кафедры физической культуры и спорта

Протокол № 7 от «26» марта 2021 г.

Заведующий кафедрой:



Бомин В.А0