

МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ И.Т.ТРУБИЛИНА»**

ФАКУЛЬТЕТ «ФИНАНСЫ И КРЕДИТ»

УТВЕРЖДАЮ
Декан факультета,
«Финансы и кредит»,
профессор
**ФИНАНСЫ
И КРЕДИТ**
В. В. Бут
08.04.2022 г.



Рабочая программа дисциплины

**«Элективные курсы по физической культуре и спорту:
Плавание»**

**Направление подготовки
38.03.01 «Экономика»**

**Направленность
Финансы и кредит**

**Уровень высшего образования
Бакалавриат**

**Форма обучения
Очная, очно-заочная**

**Краснодар
2022**

Рабочая программа дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» разработана на основе ФГОС ВО бакалавриат по направлению подготовки 38.03.01 Экономика утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования РФ от 12 августа 2020 г. № 954 (с изменениями от 26 ноября 2020 г. № 1456)

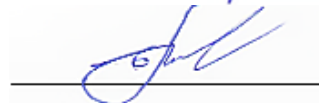
Автор:

канд. пед. наук, доцент



А.А. Клименко

ст. преподаватель



Е.Г. Плотников

Рабочая программа обсуждена и рекомендована к утверждению решением кафедры физического воспитания от 18.04. 2022 г., протокол № 8.

И.о. зав. кафедрой

канд. экон. наук, доцент



А.В. Яни

Рабочая программа одобрена на заседании методической комиссией факультета «Финансы и кредит» от 25.04.2022 г., протокол №8.

Председатель

методической комиссии

канд. экон. наук, доцент



Т. П. Носова

Руководитель

основной профессиональной образовательной программы

канд. экон. наук, доцент



О. А. Огорокова

1 Цель и задачи освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» 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.

Задачи

— сформировать у обучающихся устойчивую положительную мотивацию к учебным занятиям, участию в соревнованиях и научно-практических конференциях по физической культуре.

— развивать у обучающихся знания по теории, истории и методике физической культуры на основе инновационных технологий обучения.

— обучить обучающихся практическим умениям и навыкам занятий различными видами спорта, современными двигательными и оздоровительными системами.

— сформировать у обучающихся готовность применять спортивные и оздоровительные технологии для достижения высокого уровня физического здоровья и поддержания его в процессе обучения в вузе, дальнейшей профессиональной деятельности.

— развивать у обучающихся индивидуально-психологические и социально-психологические качества и свойства личности, необходимые для успешной учебной и профессиональной деятельности.

2 Перечень планируемых результатов по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ОПОП ВО

В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

УК-7 - способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

3 Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

«Элективные курсы по физической культуре и спорту» является дисциплиной вариативной части, формируемой участниками образовательных отношений ОПОП ВО подготовки обучающихся по направлению подготовки 38.03.01 «Экономика», направленность: Финансы и кредит.

4 Объем дисциплины (328 часов)

| Виды учебной работы | Объем, часов | |
|---|--------------|--------------|
| | Очная | Очно-заочная |
| Контактная работа в том числе: | 217 | 25 |
| — аудиторная по видам учебных занятий | | |
| — лекции | | |
| — практические | 216 | 24 |
| - лабораторные | | |
| — внеаудиторная | | |
| — зачет | 1 | 1 |
| — экзамен | | |
| — защита курсовых работ (проектов) | | |
| Самостоятельная работа в том числе: | 111 | 303 |
| — курсовая работа (проект) | | |
| — прочие виды самостоятельной работы | | |
| Итого по дисциплине | 328 | 328 |
| в том числе в форме практической подготовки | | |

5 Содержание дисциплины

Дисциплина изучается на 1,2,3 курсе, в 1,2,3,4,5,6 семестре по учебному плану очной и очно-заочной формы обучения.

Содержание и структура дисциплины по очной форме обучения.

Модуль: Плавание

| № п/п | Тема. Основные вопросы. | Формируемые компетенции | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах) | |
|-------|---|-------------------------|---------|--|------------------------|
| | | | | Практические занятия | Самостоятельная работа |
| 1. | Краткие теоретические сведения: правила поведения на занятиях, гигиена плавания и др. | УК-7 | 1 | 5 | 3 |

| № п/ п | Тема. Основные вопросы. | Формируемые компетенции | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах) | |
|-------------------------|--|----------------------------|---------|---|-----------------------------|
| | | | | Практические занятия | Самостоя- тельная работа |
| 2. | Общеразвивающие и специальные физические упражнения. | УК-7 | 1 | 5 | 3 |
| 3. | Упражнения для освоения с водой. | УК-7 | 1 | 5 | 3 |
| 4. | Упражнения для изучения способов плавания кроль на груди и кроль на спине. | УК-7 | 1 | 5 | 3 |
| 5. | Упражнения для согласования движений ног, рук и дыхания при плавании кроль на груди и кроль на спине. | УК-7 | 1 | 5 | 3 |
| 6. | Простейшие прыжки в воду. | УК-7 | 1 | 5 | 3 |
| 7. | Упражнения для изучения старта и поворота при плавании кроль на груди и кроль на спине. | УК-7 | 1 | 6 | 3 |
| ИТОГО ЗА СЕМЕСТР | | | | 36 | 21 |
| 1. | Краткие теоретические сведения: правила поведения на занятиях, гигиена плавания и др. | УК-7 | 2 | 4 | 3 |
| 2. | Общеразвивающие и специальные физические упражнения. | УК-7 | 2 | 4 | 3 |
| 3. | Упражнения для уточнения и закрепления способов плавания кроль на груди и кроль на спине. | УК-7 | 2 | 4 | 2 |
| 4. | Упражнения для изучения способа плавания брасс. | УК-7 | 2 | 4 | 2 |
| 5. | Упражнения для уточнения и закрепления старта и поворота при плавании кроль на груди и кроль на спине. | УК-7 | 2 | 5 | 2 |
| 6. | Упражнения для изучения старта и поворота плаванием брасс. | УК-7 | 2 | 5 | 2 |
| 7. | Зачетный урок- сдача норм комплекса ГТО по плаванию. | УК-7 | 2 | 5 | 2 |
| 8. | Контрольные нормативы: умение проплыть 50м.-кроль на груди.50м.- кроль на спине. | УК-7 | 2 | 5 | 2 |
| ИТОГО ЗА СЕМЕСТР | | | | 36 | 18 |
| 1. | Краткие теоретические сведения: правила поведения на занятиях, гигиена плавания и др. | УК-7 | 3 | 4 | 2 |
| 2. | Общеразвивающие и специальные физические упражнения. | УК-7 | 3 | 4 | 2 |
| 3. | Упражнения для закрепления и со- | УК-7 | 3 | 4 | 2 |

| № п/ п | Тема. Основные вопросы. | Формируемые компетенции | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах) | |
|-------------------------|---|----------------------------|---------|---|-----------------------------|
| | | | | Практические занятия | Самостоя- тельная работа |
| | вершенствования техники способов плавания кроль на груди и кроль на спине. | | | | |
| 4. | Упражнения для закрепления техники старта и поворота при плавании кроль на груди и кроль на спине. | УК-7 | 3 | 4 | 2 |
| 5. | Упражнения для уточнения и закрепления техники способа плавания брасс. | УК-7 | 3 | 4 | 2 |
| 6. | Упражнения для изучения старта и поворота при плавании брасс. | УК-7 | 3 | 4 | 2 |
| 7. | Упражнения для изучения способа плавания баттерфляй. | УК-7 | 3 | 4 | 2 |
| 8. | Упражнения для изучения старта поворота плаванием баттерфляй. | УК-7 | 3 | 4 | 2 |
| 9. | Контрольные нормативы - сдача норм комплекса ГТО по плаванию. | УК-7 | 3 | 4 | 2 |
| ИТОГО ЗА СЕМЕСТР | | | | 36 | 18 |
| 1. | Краткие теоретические сведения: правила поведения на занятиях, гигиена плавания и др. | УК-7 | 4 | 4 | 2 |
| 2. | Общеразвивающие и специальные физические упражнения. | УК-7 | 4 | 4 | 2 |
| 3. | Упражнения для закрепления и совершенствования техники способов плавания кроль на груди и кроль на спине. | УК-7 | 4 | 4 | 2 |
| 4. | Упражнения для закрепления и совершенствования техники старта и поворота плаванием кроль на груди и кроль на спине. | УК-7 | 4 | 4 | 2 |
| 5. | Упражнения для закрепления техники способа плавания брасс. | УК-7 | 4 | 4 | 2 |
| 6. | Упражнения для уточнения и закрепления старта и поворота плаванием брасс. | УК-7 | 4 | 4 | 2 |
| 7. | Упражнения для уточнения и закрепления способа плавания баттерфляй. | УК-7 | 4 | 4 | 2 |
| 8. | Упражнения для уточнения и закрепления старта поворота плаванием баттерфляй. | УК-7 | 4 | 4 | 2 |

| № п/ п | Тема. Основные вопросы. | Формируемые компетенции | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах) | |
|-------------------------|---|----------------------------|---------|---|-----------------------------|
| | | | | Практические занятия | Самостоя- тельная работа |
| 9. | Контрольные нормативы – 50м. – вольный стиль (45.00-55.00 юноши, 55.00-1.10.0 девушки), 50м – на спине (50.00-1.10.0 юноши, 1.00.0-1.15.0 девушки), 50м – брасс без учета времени | УК-7 | 4 | 4 | 2 |
| ИТОГО ЗА СЕМЕСТР | | | | 36 | 18 |
| 1. | Краткие теоретические сведения: правила поведения на занятиях, гигиена плавания и др. | УК-7 | 5 | 4 | 2 |
| 2. | Общеразвивающие и специальные физические упражнения. | УК-7 | 5 | 4 | 2 |
| 3. | Упражнения для закрепления и совершенствования техники способом плавания кроль на груди и кроль на спине. | УК-7 | 5 | 4 | 2 |
| 4. | Упражнения для совершенствования техники старта и поворота плаванием кроль на груди и кроль на спине. | УК-7 | 5 | 4 | 2 |
| 5. | Упражнения для закрепления и совершенствования техники способа плавания брасс. | УК-7 | 5 | 4 | 2 |
| 6. | Упражнения для закрепления техники старта поворота плаванием брасс. | УК-7 | 5 | 4 | 2 |
| 7. | Упражнения для закрепления техники способа плавания баттерфляй. | УК-7 | 5 | 4 | 2 |
| 8. | Упражнения для закрепления техники старта и поворота плаванием баттерфляй. | УК-7 | 5 | 4 | 2 |
| 9. | Контрольные нормативы – 50м. – вольный стиль (45.00-55.00 юноши, 55.00-1.10.0 девушки), 50м – на спине (50.00-1.10.0 юноши, 1.00.0-1.15.0 девушки), 50м – брасс без учета времени | УК-7 | 5 | 4 | 2 |
| ИТОГО ЗА СЕМЕСТР | | | | 36 | 18 |
| 1. | Краткие теоретические сведения: правила поведения на занятиях, гигиена плавания и др. | УК-7 | 6 | 4 | 2 |
| 2. | Общеразвивающие и специальные физические упражнения. | УК-7 | 6 | 4 | 2 |
| 3. | Совершенствования техники пла- | УК-7 | 6 | 4 | 2 |

| № п/ п | Тема. Основные вопросы. | Формируемые компетенции | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах) | |
|-------------------------|---|----------------------------|---------|---|-----------------------------|
| | | | | Практические занятия | Самостоя- тельная работа |
| | вания способом кроль на груди и кроль на спине. | | | | |
| 4. | Совершенствования техники способом плавания брасс. | УК-7 | 6 | 4 | 2 |
| 5. | Совершенствование и закрепления техники способа плавания баттерфляй. | УК-7 | 6 | 4 | 2 |
| 6. | Упражнения для совершенствования старта и поворота плаванием кроль на груди и кроль на спине. | УК-7 | 6 | 4 | 2 |
| 7. | Упражнения для совершенствования старта поворота плаванием баттерфляй. | УК-7 | 6 | 4 | 2 |
| 8. | Упражнения для совершенствования техники старта и поворота плаванием брасс. | УК-7 | 6 | 4 | 2 |
| 9. | Контрольные нормативы – 50м. – вольный стиль (45.00-55.00 юноши, 55.00-1.10.0 девушки), 50м – на спине (50.00-1.10.0 юноши, 1.00.0-1.15.0 девушки), 50м – брасс (55.00-1.10.0 юноши, 1.00.0-1.20.0 девушки) | УК-7 | 6 | 4 | 2 |
| ИТОГО ЗА СЕМЕСТР | | | | 36 | 18 |
| ИТОГО | | | | 216 | 111 |

**Содержание и структура дисциплины по очно-заочной форме обучения.
Модуль: Плавание**

| № п/ п | Тема. Основные вопросы. | Формируемые компетенции | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах) | |
|--------------|---|----------------------------|---------|---|-----------------------------|
| | | | | Практические занятия | Самостоя- тельная работа |
| 1. | Краткие теоретические сведения: правила поведения на занятиях, гигиена плавания и др. | УК-7 | 1 | 1 | 10 |
| 2. | Общеразвивающие и специальные физические упражнения. | УК-7 | 1 | | 10 |
| 3. | Упражнения для освоения с водой. | УК-7 | 1 | 1 | 10 |

| № п/ п | Тема. Основные вопросы. | Формируемые компетенции | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах) | |
|-------------------------|---|----------------------------|---------|---|-----------------------------|
| | | | | Практические занятия | Самостоя- тельная работа |
| 4. | Упражнения для изучения способов плавания кроль на груди и кроль на спине. | УК-7 | 1 | 1 | 10 |
| 5. | Упражнения для согласования движений ног, рук и дыхания при плавании кроль на груди и кроль на спине. | УК-7 | 1 | | 10 |
| 6. | Простейшие прыжки в воду. | УК-7 | 1 | | 10 |
| 7. | Упражнения для изучения старта и поворота при плавании кроль на груди и кроль на спине. | УК-7 | 1 | 1 | 10 |
| ИТОГО ЗА СЕМЕСТР | | | | 4 | 70 |
| 1. | Краткие теоретические сведения: правила поведения на занятиях, гигиена плавания и др. | УК-7 | 2 | 1 | 10 |
| 2. | Общеразвивающие и специальные физические упражнения. | УК-7 | 2 | | 10 |
| 3. | Упражнения для уточнения и закрепления способов плавания кроль на груди и кроль на спине. | УК-7 | 2 | 1 | 10 |
| 4. | Упражнения для изучения способа плавания брасс. | УК-7 | 2 | | 10 |
| 5. | Упражнения для уточнения и закрепления старта и поворота при плавании кроль на груди и кроль на спине. | УК-7 | 2 | 1 | 10 |
| 6. | Упражнения для изучения старта и поворота плаванием брасс. | УК-7 | 2 | | 10 |
| 7. | Зачетный урок- сдача норм комплекса ГТО по плаванию. | УК-7 | 2 | | 10 |
| 8. | Контрольные нормативы: умение проплыть 50м.-кроль на груди.50м.- кроль на спине. | УК-7 | 2 | 1 | 10 |
| ИТОГО ЗА СЕМЕСТР | | | | 4 | 80 |
| 1. | Краткие теоретические сведения: правила поведения на занятиях, гигиена плавания и др. | УК-7 | 3 | | 5 |
| 2. | Общеразвивающие и специальные физические упражнения. | УК-7 | 3 | 1 | 5 |
| 3. | Упражнения для закрепления и совершенствования техники способов плавания кроль на груди и кроль на спине. | УК-7 | 3 | | 5 |

| № п/п | Тема. Основные вопросы. | Формируемые компетенции | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах) | |
|-------------------------|---|-------------------------|---------|--|------------------------|
| | | | | Практические занятия | Самостоятельная работа |
| 4. | Упражнения для закрепления техники старта и поворота при плавании кроль на груди и кроль на спине. | УК-7 | 3 | 1 | 5 |
| 5. | Упражнения для уточнения и закрепления техники способа плавания брасс. | УК-7 | 3 | | 5 |
| 6. | Упражнения для изучения старта и поворота при плавании брасс. | УК-7 | 3 | 1 | 5 |
| 7. | Упражнения для изучения способа плавания баттерфляй. | УК-7 | 3 | | 5 |
| 8. | Упражнения для изучения старта поворота плаванием баттерфляй. | УК-7 | 3 | | 5 |
| 9. | Контрольные нормативы - сдача норм комплекса ГТО по плаванию. | УК-7 | 3 | 1 | 5 |
| ИТОГО ЗА СЕМЕСТР | | | | 4 | 45 |
| 1. | Краткие теоретические сведения: правила поведения на занятиях, гигиена плавания и др. | УК-7 | 4 | | 5 |
| 2. | Общеразвивающие и специальные физические упражнения. | УК-7 | 4 | | 5 |
| 3. | Упражнения для закрепления и совершенствования техники способов плавания кроль на груди и кроль на спине. | УК-7 | 4 | 1 | 5 |
| 4. | Упражнения для закрепления и совершенствования техники старта и поворота плаванием кроль на груди и кроль на спине. | УК-7 | 4 | 1 | 5 |
| 5. | Упражнения для закрепления техники способа плавания брасс. | УК-7 | 4 | | 5 |
| 6. | Упражнения для уточнения и закрепления старта и поворота плаванием брасс. | УК-7 | 4 | 1 | 5 |
| 7. | Упражнения для уточнения и закрепления способа плавания баттерфляй. | УК-7 | 4 | | 5 |
| 8. | Упражнения для уточнения и закрепления старта поворота плаванием баттерфляй. | УК-7 | 4 | | 5 |
| 9. | Контрольные нормативы – 50м. – вольный стиль (45.00-55.00 юноши, 55.00-1.10.0 девушки), 50м – на спине (50.00-1.10.0 юноши, 1.00.0- | УК-7 | 4 | 1 | 5 |

| № п/ п | Тема. Основные вопросы. | Формируемые компетенции | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах) | |
|-------------------------|---|----------------------------|---------|---|-----------------------------|
| | | | | Практические занятия | Самостоя- тельная работа |
| | 1.15.0 девушки), 50м – брасс без учета времени | | | | |
| ИТОГО ЗА СЕМЕСТР | | | | 4 | 45 |
| 1. | Краткие теоретические сведения: правила поведения на занятиях, гигиена плавания и др. | УК-7 | 5 | | 5 |
| 2. | Общеразвивающие и специальные физические упражнения. | УК-7 | 5 | | 5 |
| 3. | Упражнения для закрепления и совершенствования техники способом плавания кроль на груди и кроль на спине. | УК-7 | 5 | 1 | 5 |
| 4. | Упражнения для совершенствования техники старта и поворота плаванием кроль на груди и кроль на спине. | УК-7 | 5 | | 5 |
| 5. | Упражнения для закрепления и совершенствования техники способа плавания брасс. | УК-7 | 5 | 1 | 5 |
| 6. | Упражнения для закрепления техники старта поворота плаванием брасс. | УК-7 | 5 | | 5 |
| 7. | Упражнения для закрепления техники способа плавания баттерфляй. | УК-7 | 5 | | 5 |
| 8. | Упражнения для закрепления техники старта и поворота плаванием баттерфляй. | УК-7 | 5 | 1 | 5 |
| 9. | Контрольные нормативы – 50м. – вольный стиль (45.00-55.00 юноши, 55.00-1.10.0 девушки), 50м – на спине (50.00-1.10.0 юноши, 1.00.0-1.15.0 девушки), 50м – брасс без учета времени | УК-7 | 5 | 1 | 5 |
| ИТОГО ЗА СЕМЕСТР | | | | 4 | 45 |
| 1. | Краткие теоретические сведения: правила поведения на занятиях, гигиена плавания и др. | УК-7 | 6 | | 2 |
| 2. | Общеразвивающие и специальные физические упражнения. | УК-7 | 6 | | 2 |
| 3. | Совершенствования техники плавания способом кроль на груди и кроль на спине. | УК-7 | 6 | 1 | 2 |
| 4. | Совершенствования техники способом плавания брасс. | УК-7 | 6 | | 2 |

| № п/п | Тема. Основные вопросы. | Формируемые компетенции | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах) | |
|------------------|---|-------------------------|---------|--|------------------------|
| | | | | Практические занятия | Самостоятельная работа |
| 5. | Совершенствование и закрепления техники способа плавания баттерфляй. | УК-7 | 6 | 1 | 2 |
| 6. | Упражнения для совершенствования старта и поворота плаванием кроль на груди и кроль на спине. | УК-7 | 6 | | 2 |
| 7. | Упражнения для совершенствования старта поворота плаванием баттерфляй. | УК-7 | 6 | | 2 |
| 8. | Упражнения для совершенствования техники старта и поворота плаванием брасс. | УК-7 | 6 | 1 | 2 |
| 9. | Контрольные нормативы – 50м. – вольный стиль (45.00-55.00 юноши, 55.00-1.10.0 девушки), 50м – на спине (50.00-1.10.0 юноши, 1.00.0-1.15.0 девушки), 50м – брасс (55.00-1.10.0 юноши, 1.00.0-1.20.0 девушки) | УК-7 | 6 | 1 | 2 |
| ИТОГО ЗА СЕМЕСТР | | | | 4 | 18 |
| ИТОГО | | | | 24 | 303 |

6 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Методические указания (для самостоятельной работы)

1. Клименко А. А., Плотников Д. С. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке обучающихся в вузе / Методические указания. – Краснодар : КубГАУ, 2018. Образовательный портал Кубанского ГАУ. - Режим доступа:

[https://edu.kubsau.ru/file.php/163/F.K. v obshchekulturnoi podgotovke specialistov_525489_v1 .PDF](https://edu.kubsau.ru/file.php/163/F.K._v_obshchekulturnoi_podgotovke_specialistov_525489_v1_.PDF)

2. Ильницкая Т. А., Ковалёва Т.В. Физическая культура и спорт / Методические указания. – Краснодар : КубГАУ, 2019. Образовательный портал Кубанского ГАУ. - Режим доступа: <https://edu.kubsau.ru/course/view.php?id=163>

3. Печерский С. А., Куликова И. В., Служителев А. В. История, теория и методика физической культуры и отдельных видов спорта / Практикум. –

7 Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

7.1 Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения ОПОП ВО

| | |
|---|---|
| Номер семестра* | Этапы формирования и проверки уровня сформированности компетенций по дисциплинам, практикам в процессе освоения ОПОП ВО |
| УК-7 - способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. | |
| 1 | Физическая культура и спорт |
| 1, 2, 3, 4, 5, 6 | Элективные курсы по физической культуре и спорту |
| 1, 2, 3, 4, 5, 6 | Адаптивная физическая культура и спорт |

7.2 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкалы оценивания

| Планируемые результаты освоения компетенции | Уровень освоения | | | | Оценочное средство |
|---|---------------------|-------------------|--------|---------|--------------------|
| | неудовлетворительно | удовлетворительно | хорошо | отлично | |

УК-7 - способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

| Планируемые результаты освоения компетенции | Уровень освоения | | | | Оценочное средство |
|---|---------------------|-------------------|--------|---------|--------------------|
| | неудовлетворительно | удовлетворительно | хорошо | отлично | |

| | | | | | |
|---|--|---|---|---|--------------------------------------|
| ИД-1 Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни | Уровень знаний ниже минимальных требований, не продемонстрированы базовые знания | Низкий уровень знаний о физической подготовленности и о нормах здорового образа жизни | Дает определения значений физической культуры в формировании личности, физической культуры и здорового образа жизни, могут быть допущены ошибки | Дает определения основным понятиям «физическая культура», «физическое воспитание», «спорт», «физическая реабилитация». Определяет специфические термины и понятия физической культуры. Применяет методы и средства физической культуры в сохранении и укреплении здоровья | Реферат Контрольные нормативы |
|---|--|---|---|---|--------------------------------------|

| Планируемые результаты освоения компетенции | Уровень освоения | | | | Оценочное средство |
|---|---------------------|-------------------|--------|---------|--------------------|
| | неудовлетворительно | удовлетворительно | хорошо | отлично | |

| | | | | | |
|--|--|---|--|---|--------------------------------------|
| ИД-2 Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности. | Уровень знаний ниже минимальных требований, не продемонстрированы базовые знания | Низкий уровень знаний об основах физической культуры, при определении основных терминов могут быть допущены грубые ошибки | Дает определения основным терминам физической культуры, здоровьесберегающих технологий, могут быть допущены ошибки | Дает определения основным понятиям «физическая культура», «физическое воспитание», «спорт», «физическая реабилитация». Определяет специфические термины и понятия физической культуры. Применяет методы и средства физической культуры в сохранении и укреплении здоровья | Реферат Контрольные нормативы |
|--|--|---|--|---|--------------------------------------|

7.3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения ОПОП ВО

Компетенция: способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7).

Для текущего контроля

Реферат

Пример темы реферата

Влияние физических упражнений на сердечнососудистую систему.

Рекомендуемый двигательный режим при данном заболевании.

Для промежуточного контроля

Задания для зачета

Модуль №4

Контрольные нормативы по плаванию

I курс девушки, юноши

По пятибалльной системе оценивается техника плавания:

а) 25м – кроль на груди, с поворотом от стенки и проплывание еще 15м этим же стилем – оценка;

б) 25м – кроль на спине с поворотом от стенки и проплывание еще 15 м этим же способом – оценка;

в) техника плавания 25м – брасс на груди с поворотом от стенки и проплывание еще брассом 15м – оценка;

При выставлении оценки учитывается правильное выполнение в целом (координация, выдохи в воду, работа рук и ног, цикл полностью).

II курс девушки

| № п/п | Контрольные нормативов | Критерии оценки | | |
|-------|--|-----------------|--------|-------|
| | | отлично | хорошо | удов. |
| 1 | Плавание 50м вольный стиль (мин., сек.) | 0,54 | 1,03 | 1,14 |
| 2 | Плавание 100м вольный стиль (мин., сек.) | 2,15 | 2,40 | 3,05 |

II курс юноши

| № п/п | Контрольные нормативов | Критерии оценки | | |
|-------|---|-----------------|--------|-------|
| | | отлично | хорошо | удов. |
| 1 | Плавание 50м вольный стиль (мин., сек.) | 0,40 | 0,44 | 0,48 |
| 2 | Плавание 100м вольный стиль (мин, сек.) | 1,40 | 1,50 | 2,00 |

III курс: девушки, юноши

Юноши: 12 – минутное плавание (тест К.Купера): преодолеть не менее 500 метров вольным стилем. С каждым семестром проплываемое расстояние увеличивается не менее чем на 25 метров.

Девушки: 12 – минутное плавание (тест К.Купера): преодолеть не менее 400 метров вольным стилем. С каждым семестром проплываемое расстояние увеличивается не менее чем на 25 метров.

По пятибалльной системе оценивается техника плавания:

а) 25м – баттерфляй с поворотом от стенки и проплывание еще 15м этим же способом – оценка;

б) техника ныряния в глубину и в длину;

в) техника стартов.

При выставлении оценки учитывается правильное выполнение в целом (координация, выдохи в воду, работа рук и ног, цикл полностью).

7.4 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений и навыков, характеризующих этапы формирования компетенций

Текущий контроль

Контроль освоения дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» проводится в соответствии с Положением Университета «Текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация обучающихся» (Пл КубГАУ 2.5.1).

Критерии оценки реферата:

Оценка «зачтено» должна соответствовать параметрам любой из положительных оценок («отлично», «хорошо», «удовлетворительно»), «не зачтено» — параметрам оценки «неудовлетворительно».

Оценка «отлично» — выполнены все требования к написанию реферата: обозначена проблема и обоснована её актуальность; сделан анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция; сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём; соблюдены требования к внешнему оформлению.

Оценка «хорошо» — основные требования к реферату выполнены, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объём реферата; имеются упущения в оформлении.

Оценка «удовлетворительно» — имеются существенные отступления от требований к реферированию. В частности: тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании реферата; отсутствуют выводы.

Оценка «неудовлетворительно» — тема реферата не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы или реферат не представлен вовсе.

Критерии оценки знаний обучающихся на зачете

Оценка «зачтено» должна соответствовать параметрам любой из положительных оценок («отлично», «хорошо», «удовлетворительно»), «не зачтено» — параметрам оценки «неудовлетворительно».

Оценка «отлично» выставляется обучающемуся, который сдал контрольные нормативы на «отлично» и имеет 100% посещение практических занятий, который обладает всесторонними, систематизированными и глубокими знаниями материала учебной программы, умеет свободно выполнять задания, предусмотренные учебной программой, усвоил основную и ознакомился с дополнительной литературой, рекомендованной учебной программой. Как правило, оценка «отлично» выставляется обучающемуся усвоившему взаимосвязь основных положений и понятий дисциплины в их значении для приобретаемой специальности, проявившему творческие способности в

понимании, изложении и использовании учебного материала, правильно обосновывающему принятые решения, владеющему разносторонними навыками и приемами выполнения практических заданий.

Оценка «хорошо» выставляется обучающемуся, который сдал контрольные нормативы на «хорошо» и имеет 100% посещение практических занятий, обнаружившему полное знание материала учебной программы, успешно выполняющему предусмотренные учебной программой задания, усвоившему материал основной литературы, рекомендованной учебной программой. Как правило, оценка «хорошо» выставляется обучающемуся, показавшему систематизированный характер знаний по дисциплине, способному к самостоятельному пополнению знаний в ходе дальнейшей учебной работы и профессиональной деятельности, правильно применяющему теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеющему необходимыми навыками и приемами выполнения практических заданий.

Оценка «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, который сдал контрольные нормативы на «удовлетворительно» и имеет 100% посещение практических занятий, который показал знание основного материала учебной программы в объеме, достаточном и необходимым для дальнейшей учебы и предстоящей работы по специальности, справился с выполнением заданий, предусмотренных учебной программой, знаком с основной литературой, рекомендованной учебной программой. Как правило, оценка «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, допустившему погрешности в ответах на зачете или выполнении заданий, но обладающему необходимыми знаниями под руководством преподавателя для устранения этих погрешностей, нарушающему последовательность в изложении учебного материала и испытывающему затруднения при выполнении практических заданий.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, который не сдал контрольные нормативы и имеет менее 100% посещение практических занятий, не знающему основной части материала учебной программы, допускающему принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных учебной программой заданий, неуверенно с большими затруднениями выполняющему практические задания. Как правило, оценка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, который не может продолжить обучение или приступить к деятельности по специальности по окончании университета без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.

8 Перечень основной и дополнительной литературы

Основная учебная литература

1. Клименко А.А. Физическая культура: учебное пособие/ А.А. Клименко; Куб.гос.аграр.ун-т. – Краснодар, 2016. – 126с. – ISBN 978-5-00097-029-4 : Б/ц. – В списке публикаций кафедры. - Режим доступа : <https://kubsau.ru/upload/iblock/f54/f54eaa9a6cf489e4bf1e2b837d0530dc.pdf>

2. Ильницкая Т. А., Ковалева Т. В., Яткин И. В. Организация занятий в специальном медицинском отделении в современных условиях образовательного процесса / Учебное пособие - Краснодар : КубГАУ, 2020. – Образовательный портал Кубанского ГАУ. - Режим доступа: <https://edu.kubsau.ru/course/view.php?id=163>

3. Славинский Н.В., Печерский С.А. Легкая атлетика: содержание и организация тренировочного процесса / Учебное пособие – Краснодар: КубГАУ, 2021. - Образовательный портал Кубанского ГАУ. - Режим доступа: <https://edu.kubsau.ru/course/view.php?id=163>

Дополнительная учебная литература

1. Клименко А. А., Ковалева Т. В., Федосова Л. П., Федотова Г. В. Плавание в системе оздоровления обучающихся / Методические указания для подготовки к практическим занятиям студентов бакалавриата и специалитета- Краснодар: типография Куб.ГАУ, 2018. - Образовательный портал Кубанского ГАУ. - Режим доступа: <https://edu.kubsau.ru/file.php/163/8. MU plavanie v sisteme ozdorovlenija studentov 390366 v1 .PDF>

1. Матвеева И. С., Куликова И.В. Физическая культура для обучающихся с нарушениями зрения/ Учебно-методическое пособие – Краснодар : КубГАУ, 2020. Образовательный портал Кубанского ГАУ. - Режим доступа: <https://edu.kubsau.ru/course/view.php?id=163>

2. Матвеева И. С., Цыганкова В. О. Физическая культура для обучающихся с нарушениями сердечно-сосудистой системы/ Учебно-методическое пособие – Краснодар : КубГАУ, 2020. Образовательный портал Кубанского ГАУ. - Режим доступа: <https://edu.kubsau.ru/course/view.php?id=163>

9 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

Перечень ЭБС

| № | Наименование | Тематика |
|----|-------------------------------|--|
| 1. | ЭБС IPRbook | Электронно-библиотечная система |
| 2. | ЭБС Znanium.com | Электронно-библиотечная система |
| 3. | Образовательный портал КубГАУ | Электронно-библиотечная система КубГАУ |

Перечень Интернет сайтов:

1. Физическая культура будущего <http://fizkult-ura.ru/books/sambo/9>
2. Физическая культура будущего <http://fizkult-ura.ru/books/boxing/6>
3. Физическая культура будущего http://fizkult-ura.ru/books/volnay_borba/1
4. Физическая культура будущего http://fizkult-ura.ru/books/g_r_borba/1
5. Физическая культура будущего <http://fizkult-ura.ru/books/basketball/6>
6. Физическая культура будущего <http://fizkult-ura.ru/books/aerobics/2>

10 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

1. Федосова Л. П., Удовицкая Л. У., Федотова Г. В., Кузнецова З. В. Основы техники и методика обучения способу баттерфляй в плавании / Методические указания. - Краснодар: КубГАУ, 2020. Образовательный портал Кубанского ГАУ. - Режим доступа: https://edu.kubsau.ru/file.php/163/MU_Osnovy_tekhniki_i_metodika_obuchenija_sposobu_batterfljai_A5_572379_v1_PDF

2. Федотова Г. В., Федосова Л. П., Кузнецова З. В., Удовицкая Л. У. Организация занятий в рамках элективного курса «физическая культура и спорт» для обучающихся относящихся к специальной медицинской группе / Методические указания. - Краснодар: КубГАУ, 2020. Образовательный портал Кубанского ГАУ. - Режим доступа: <https://edu.kubsau.ru/course/view.php?id=163>

3. Кузнецова З. В., Федосова Л. П., Удовицкая Л. У., Федотова Г. В. Основы техники и методика обучения способу кроль на груди в плавании / Методические указания. – Краснодар : КубГАУ, 2020. Образовательный портал Кубанского ГАУ. - Режим доступа: <https://edu.kubsau.ru/course/view.php?id=163>

11 Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

Информационные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине позволяют:

- обеспечить взаимодействие между участниками образовательного процесса, в том числе синхронное и (или) асинхронное взаимодействие посредством сети "Интернет";

- фиксировать ход образовательного процесса, результатов промежуточной аттестации по дисциплине и результатов освоения образовательной программы;

- организовать процесс образования путем визуализации изучаемой информации посредством использования презентаций, учебных фильмов;

- контролировать результаты обучения на основе компьютерного тестирования.

Перечень лицензионного ПО

| № | Наименование | Краткое описание |
|----|--|--------------------------|
| 1. | Microsoft Windows | Операционная система |
| 2. | Microsoft Office (включает Word, Excel, PowerPoint) | Пакет офисных приложений |
| 3. | Система тестирования INDIGO | Тестирование |

Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

| № | Наименование | Тематика | Электронный адрес |
|----|---|----------------|---|
| 1. | «Scopus» | Информационная | https://www.scopus.com |
| 2. | «Web of Science» | Информационная | http://apps.webofknowledge.com |
| 3. | «eLIBRARY.RU» | Информационная | https://elibrary.ru |
| 4. | Российская государственная библиотека | Информационная | https://www.rsl.ru |
| 5. | «Яндекс» | Поисковая | https://yandex.ru/ |
| 6. | Министерство спорта Российской Федерации | Правовая | https://www.minsport.gov.ru/ |
| 7. | Министерство физической культуры и спорта Краснодарского края | Правовая | https://kubansport.krasnodar.ru/ |

12 Материально-техническое обеспечение для обучения по дисциплине

| № п/п | Наименование учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практики, иных видов учебной деятельности, предусмотренных учебным планом образовательной программы | Наименование помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом, в том числе помещения для самостоятельной работы, с указанием перечня основного оборудования, учебно-наглядных пособий и используемого программного обеспечения | Адрес (местоположение) помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом (в случае реализации образовательной программы в сетевой форме дополнительно указывается наименование организации, с которой заключен договор) |
|-------|--|--|--|
| | | | |

| 1 | 2 | 3 | 4 |
|----|--|---|--|
| 1. | | <p>22 СОЦ, учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации; спортивный зал.</p> <p>Спортивный инвентарь: волейбольные стойки — 2 шт., стойки для бадминтона — 2 шт., ворота футбольные — 4 шт., ворота гандбольные — 2 шт., стойки баскетбольные — 4 шт., шведские стенки — 22 шт., скалодром — 1 шт., прочий спортивный инвентарь.</p> | |
| 2. | «Элективные курсы по физической культуре и спорту» | <p>23 СОЦ, учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Спортивный инвентарь: парты — 10 шт., доска школьная — 1 шт., стол преподавателя — 1 шт., прочий спортивный инвентарь.</p> | 350044, Краснодарский край, г. Краснодар, ул. им. Калинина, 13 |
| 3. | | <p>16 СОЦ, учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.</p> <p>Спортивный инвентарь: столы шахматные — 8 шт, наборы шахмат — 21 шт., доска магнитная с шахматами — 1 шт., прочий спортивный инвентарь.</p> | |
| 4. | | <p>34 СОЦ, учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.</p> <p>Спортивный инвентарь: швед-</p> | |

| | | | |
|----|--|---|--|
| | | ские лестницы — 6 шт., маты — 56 шт. скамья гимнастическая — 1 шт., прочий спортивный инвентарь. | |
| 5. | | 40-41 СОЦ, учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Спортивный инвентарь: столы теннисные — 8 шт., стол преподавателя — 1 шт., скамья гимнастическая — 1 шт., прочий спортивный инвентарь. | |
| 6. | | 45 СОЦ, учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Спортивный инвентарь: боксерский ринг — 1 шт.; боксерские груши — 9 шт.; шведские лестницы — 2 шт., скамья гимнастическая — 1 шт., прочий спортивный инвентарь. | |
| 7. | | 3 СОЦ, учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Спортивный инвентарь: тренажеры - 15; шведская стенка - 2; штанги-2 шт. гири, гантели - 64 шт. столы для армрестлинга - 4 шт. Прочий спортивный инвентарь. | |

| | | | |
|---|--|--|--|
| 8. | | <p>13 СОЦ, учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.</p> <p>Спортивный инвентарь: тренажеры - 26; шведская стенка - 2., прочий спортивный инвентарь.</p> | |
| 9. | | <p>31 СОЦ, учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.</p> <p>Спортивный инвентарь: дорожки плавательные 25 м. — 6 шт., прочий спортивный инвентарь.</p> | |
| 10. | | <p>34 СОЦ, учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.</p> <p>Спортивный инвентарь: щиты для дартса — 6 шт.; волейбольные стойки — 2 шт., прочий спортивный инвентарь.</p> | |
| Помещение для оказания первой медицинской помощи | | | |
| 1. | «Элективные курсы по физической культуре и спорту» | <p>2 СОЦ, медицинский кабинет.</p> <p>Специальная мебель: медицинский стол, стулья, ширма, смотровая кушетка, шкаф, аптечка, фармацевтический холодильник, тумба с раковиной, манипуляционный столик (для выполнения прививок и перевязок).</p> <p>Оборудование для функциональной диагностики и профилактических обследований: медицинские весы, термометр, динамометр, ростометр, спирометр, тонометр, фонендоскоп, полихроматические таблицы,</p> | 350044, Краснодарский край, г. Краснодар, ул. им. Калинина, 13 |

| | | | |
|--|--|---|--|
| | | <p>таблицы Рабкина, офтальмологический светильник, таблицы для оценки остроты зрения.</p> <p>Инвентарь и расходные медицинские материалы для выполнения прививок, оказания неотложной и первичной помощи и проведения лечебно-профилактических процедур: пинцет, ножницы, грелка резиновая, шпатели, прививочный инструментарий, вата, бинты, шприцы, шины.</p> <p>Стерилизационное и дезинфицирующее оборудование: биксы, коробка стерилизационная, кварцевые лампы.</p> | |
|--|--|---|--|