

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
"Казанский (Приволжский) федеральный университет"  
Отделение педагогики



УТВЕРЖДАЮ

Проректор по образовательной деятельности КФУ

Проф. Таюрский Д.А.



\_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

*подписано электронно-цифровой подписью*

### Программа дисциплины

Элективные курсы по физической культуре и спорту Б1.В.1

Направление подготовки: 44.03.03 - Специальное (дефектологическое) образование

Профиль подготовки: Дошкольная дефектология

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: заочное

Язык обучения: русский

**Автор(ы):**

Артищева Л.В. , Зарипова Ф.Х. , Колясов Руслан Раисович

**Рецензент(ы):**

Касатова Л.В. , Ахметзянова А.И.

**СОГЛАСОВАНО:**

Заведующий(ая) кафедрой: Ахметзянова А. И.

Протокол заседания кафедры No \_\_\_\_ от " \_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 201\_\_ г

Учебно-методическая комиссия Института психологии и образования (отделения педагогики):

Протокол заседания УМК No \_\_\_\_ от " \_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 201\_\_ г

Регистрационный No 8012296918

Казань  
2018

## Содержание

1. Цели освоения дисциплины
2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы
3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины /модуля
4. Структура и содержание дисциплины/ модуля
5. Образовательные технологии, включая интерактивные формы обучения
6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов
7. Литература
8. Интернет-ресурсы
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины/модуля согласно утвержденному учебному плану

Программу дисциплины разработал(а)(и) старший преподаватель, к.н. Артищева Л.В. кафедра дефектологии и клинической психологии Институт психологии и образования , Lira.Artischeva@kpfu.ru ; старший преподаватель, б/с Зарипова Ф.Х. Общеуниверситетская кафедра физического воспитания и спорта КФУ , Farida.Chemodanova@kpfu.ru ; Колясов Руслан Раисович

### 1. Цели освоения дисциплины

Целью физического воспитания является формирование физической культуры студента и способности реализовать ее в социально-профессиональной, физкультурно-спортивной деятельности и в семье.

### 2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы высшего профессионального образования

Данная учебная дисциплина включена в раздел " Б1.В.1 Дисциплины (модули)" основной образовательной программы 44.03.03 Специальное (дефектологическое) образование и относится к вариативной части. Осваивается на 4 курсе, 7 семестр.

Дисциплина "Физическая культура" относится к общим гуманитарным и социально-экономическим дисциплинам Б4.Б.1. Изучается на 1-4 курсах 1-8 семестр, для студентов обучающихся по направлению

### 3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины /модуля

В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

Шифр компетенции	Расшифровка приобретаемой компетенции
ОК-7 (общекультурные компетенции)	способностью к самоорганизации и самообразованию
ОК-8 (общекультурные компетенции)	способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
ОПК-2 (профессиональные компетенции)	способностью работать на благо общества и государства

В результате освоения дисциплины студент:

1. должен знать:

Воспитание потребности в физическом самосовершенствовании и здоровом образе жизни.

2. должен уметь:

Формировать системы теоретических знаний и практических умений в области физической культуры и обеспечивать необходимым уровнем профессиональной готовности будущих специалистов.

3. должен владеть:

Полноценное использование средств физической культуры для профилактики заболеваний, сохранения и укрепления здоровья, овладение умениями по самоконтролю в процессе физкультурно-спортивных занятий.

4. должен демонстрировать способность и готовность:

- создание условий, в том числе обеспечение спортивным инвентарем и оборудованием, для проведения комплексных мероприятий по физкультурно-спортивной подготовке студентов;
- формирование у обучающихся навыков физической культуры с учетом индивидуальных способностей и состояния здоровья, создание условий для вовлечения обучающихся в занятия физической культурой и спортом;
- осуществление физкультурных мероприятий во время учебных занятий;
- проведение медицинского контроля во время занятий по физическому воспитанию;
- проведение ежегодного мониторинга состояния здоровья, физической подготовленности и физического развития обучающихся;
- содействие организации и проведению спортивных мероприятий с участием обучающихся.

**4. Структура и содержание дисциплины/ модуля**

Общая трудоемкость дисциплины составляет зачетных(ые) единиц(ы) 328 часа(ов).

Форма промежуточного контроля дисциплины зачет в 7 семестре.

Суммарно по дисциплине можно получить 100 баллов, из них текущая работа оценивается в 50 баллов, итоговая форма контроля - в 50 баллов. Минимальное количество для допуска к зачету 28 баллов.

86 баллов и более - "отлично" (отл.);

71-85 баллов - "хорошо" (хор.);

55-70 баллов - "удовлетворительно" (удов.);

54 балла и менее - "неудовлетворительно" (неуд.).

**4.1 Структура и содержание аудиторной работы по дисциплине/ модулю**

**Тематический план дисциплины/модуля**

N	Раздел Дисциплины/ Модуля	Семестр	Неделя семестра	Виды и часы аудиторной работы, их трудоемкость (в часах)			Текущие формы контроля
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	
1.	Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.	7	1-7	0	0	0	Проверка практических навыков
2.	Тема 2. Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья.	7	15-18	0	0	0	Устный опрос
3.	Тема 3. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.	7	16-18	0	0	0	Устный опрос

N	Раздел Дисциплины/ Модуля	Семестр	Неделя семестра	Виды и часы аудиторной работы, их трудоемкость (в часах)			Текущие формы контроля
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	
4.	Тема 4. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений.	7	1-9	0	0	0	Устный опрос
5.	Тема 5. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом.	7	1-9	0	0	0	Устный опрос
6.	Тема 6. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студентов.	7	10-17	0	2	0	Устный опрос
	Тема . Итоговая форма контроля	7		0	0	0	Зачет
	Итого			0	2	0	

#### 4.2 Содержание дисциплины

**Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.**

**Тема 2. Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья.**

**Тема 3. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.**

**Тема 4. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений.**

**Тема 5. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом.**

**Тема 6. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студентов.  
практическое занятие (2 часа(ов)):**

Тема ♦ 10. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студентов. Основные понятия: профессионально-прикладная физическая подготовка; формы (виды), условия труда, прикладные знания, физические, психические и специальные качества, прикладные умения и навыки, прикладные виды спорта. 1 часть. Общие положения профессионально-прикладной физической подготовки. Содержание. Личная и социально-экономическая необходимость специальной психофизической подготовки человека к труду. Определение понятия ППФП, ее цели, задачи, средства. Место ППФП в системе физического воспитания студентов. Факторы, определяющие конкретное содержание ППФП. Методика подбора средств ППФП. Организация, формы и средства ППФП студентов в вузе. Контроль за эффективностью ППФ подготовленности студентов.

#### 4.3 Структура и содержание самостоятельной работы дисциплины (модуля)

N	Раздел Дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды самостоятельной работы студентов	Трудоемкость (в часах)	Формы контроля самостоятельной работы
1.	Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.	7	1-7		50	Проверка практических навыков
2.	Тема 2. Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья.	7	15-18	подготовка к устному опросу	50	Устный опрос
3.	Тема 3. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.	7	16-18	подготовка к устному опросу	50	Устный опрос
4.	Тема 4. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений.	7	1-9	подготовка к устному опросу	50	Устный опрос
5.	Тема 5. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом.	7	1-9	подготовка к устному опросу	60	Устный опрос
6.	Тема 6. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студентов.	7	10-17	подготовка к устному опросу	62	Устный опрос
	Итого				322	

## 5. Образовательные технологии, включая интерактивные формы обучения

- занятия в спортивных секциях;
- самостоятельные занятия студентов физической культурой, спортом и туризмом (занятия в клубах любителей бега, клубах атлетической и ритмической гимнастики, туристических клубах и т.п.);
- физические упражнения в режиме рабочего дня;
- массовые оздоровительные физкультурные и спортивные мероприятия во внеучебное время (прогулки, спортивные игры, купание, туристические походы, спортивные праздники, спартакиады, массовые кроссы, соревнования по видам спорта и др.) проводятся спортивным клубом вуза.

## 6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов

## **Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.**

Проверка практических навыков, примерные вопросы:  
специфика профессиональной подготовки студентов

## **Тема 2. Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья.**

Устный опрос, примерные вопросы:  
Здоровье человека: психологический и физический аспекты

## **Тема 3. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.**

Устный опрос, примерные вопросы:  
Правила проведения самостоятельных занятий

## **Тема 4. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений.**

Устный опрос, примерные вопросы:  
Виды спорта

## **Тема 5. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом.**

Устный опрос, примерные вопросы:  
Приемы самоконтроля

## **Тема 6. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студентов.**

Устный опрос, примерные вопросы:  
Что включает в себя физическая подготовка студента

## **Тема . Итоговая форма контроля**

Примерные вопросы к зачету:

Итоговая дифференцированная оценка по физической культуре определяется средним арифметическим баллом от оценок, полученных по трем разделам зачетных требований, и проставляется в учебный журнал. При получении итоговой оценки не ниже трех баллов ("удовлетворительно") студенту ставится зачет за учебный год (семестр).

### **7.1. Основная литература:**

Здоровье и физическая культура студента: Учебное пособие / В.А. Бароненко, Л.А. Рапопорт. - 2-е изд., перераб. - М.: Альфа-М: НИЦ ИНФРА-М, 2013. - 336 с.: ил.; 60x90 1/16. (переплет) ISBN 978-5-98281-157-8, 400 экз. //<http://znanium.com/bookread.php?book=417975>

Муллер, А. Б. Физическая культура студента [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко, А. Ю. Близневский. - Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2011. - 172 с. - ISBN 978-5-7638-2126-0.// <http://znanium.com/bookread.php?book=443255>

### **7.2. Дополнительная литература:**

Братановский, С. Н. Административно-правовое регулирование организации и деятельности общественных спортивных объединений в России [Электронный ресурс] : монография / С. Н. Братановский, В. В. Майстровой. - М. : РИОР, 2011. - 211 с. - Режим доступа: <http://znanium.com/> //<http://znanium.com/bookread.php?book=418467>

Братановский, С. Н. Правовая организация управления физической культурой и спортом в Российской Федерации [Электронный ресурс] : монография / С. Н. Братановский, М. В. Лукин. - М. : РИОР, 2013. - 200 с. - Режим доступа: <http://znanium.com/> //<http://znanium.com/bookread.php?book=418638>

### **7.3. Интернет-ресурсы:**

КФУ - [kpfu.ru](http://kpfu.ru)

Правила различных спортивных игр - <http://sportrules.boom.ru>

Спортивная Россия - <http://www.infosport.ru>

ФизкультУРА - [www.fizkult-ura.ru](http://www.fizkult-ura.ru)

Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту - <http://lib.sportedu.ru/>

### **8. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля)**

Освоение дисциплины "Элективные курсы по физической культуре и спорту" предполагает использование следующего материально-технического обеспечения:

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "ZNANIUM.COM", доступ к которой предоставлен студентам. ЭБС "ZNANIUM.COM" содержит произведения крупнейших российских учёных, руководителей государственных органов, преподавателей ведущих вузов страны, высококвалифицированных специалистов в различных сферах бизнеса. Фонд библиотеки сформирован с учетом всех изменений образовательных стандартов и включает учебники, учебные пособия, УМК, монографии, авторефераты, диссертации, энциклопедии, словари и справочники, законодательно-нормативные документы, специальные периодические издания и издания, выпускаемые издательствами вузов. В настоящее время ЭБС ZNANIUM.COM соответствует всем требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего профессионального образования (ФГОС ВПО) нового поколения.

-ноутбук;

-принтер и копировальный аппарат.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВПО и учебным планом по направлению 44.03.03 "Специальное (дефектологическое) образование" и профилю подготовки Дошкольная дефектология .



Автор(ы):

Артищева Л.В. \_\_\_\_\_

Зарипова Ф.Х. \_\_\_\_\_

Колясов Руслан Раисович \_\_\_\_\_

"\_\_" \_\_\_\_\_ 201\_\_ г.

Рецензент(ы):

Касатова Л.В. \_\_\_\_\_

Ахметзянова А.И. \_\_\_\_\_

"\_\_" \_\_\_\_\_ 201\_\_ г.