

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САХАЛИНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

Аннотация рабочей программы дисциплины

Б1.О.03.03 «Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту»

**Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование, профиль
Психология и педагогика дошкольного образования образование
(Заочная форма обучения)**

1. Цели освоения дисциплины

- понимание социальной роли физической культуры в укреплении здоровья, развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- формирование устойчивого интереса и потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом; установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание,
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности,
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую должный уровень готовности студента к будущей профессии;
- развитие резервных возможностей организма и адаптация к интенсивной интеллектуальной деятельности средствами физической культуры;
- совершенствование спортивного мастерства студентов-спортсменов.

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина (модуль) «Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту» относится к вариативной части блока 1 «Дисциплины (модули)» учебного плана образовательной программы подготовки бакалавров по направлению 44.03.02 Психолого-педагогическое образование, профиль Психология и педагогика дошкольного образования и является обязательной в объеме 328 академических часов. Индекс дисциплины – Б1.О.03.03

Пререквизиты дисциплины (модуля): дисциплина формирует специальные знания и компетенции необходимые для решения образовательных, оздоровительных и воспитательных задач и связана с дисциплиной (модули) «Физическая культура и спорт».

Постреквизиты дисциплины: *(Отсутствуют)*.

3. Требования к результатам освоения содержания дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций - способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности **(УК – 7)**.

В результате освоения дисциплины "Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту » обучающийся должен:

- Знать:** значение физической культуры и спорта в укреплении и развитии человека, обеспечении здоровья и подготовке к профессиональной деятельности;
- научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни.

Уметь: рационально использовать средства и методы физического воспитания для поддержания должного уровня физической подготовленности, физического саморазвития и самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни.

Владеть: системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Структура дисциплины «Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту»

Общая трудоемкость дисциплины составляет 328 часов и является обязательной.

Вид работы	Трудоемкость академических часов				
	Семестр				всего
	1	2	3	4	
Общая трудоемкость	82	92	72	82	328
Самостоятельная работа	78	88	68	78	312
Контактная работа в период промежуточная аттестация (КонтПА) - проведение текущих консультаций, индивидуальная работа со студентами, прием зачета.	1	1	1	1	4
Контроль Промежуточная аттестация	зачет	зачет	зачет	зачет	12

4. Распределение видов самостоятельной работы и их реализация по разделам

Наименование раздела	Форма текущего контроля
1. Посещение секций по личному выбору.	Документ о посещении секции (количество часов в неделю)
2. Участие в физкультурно-массовых и оздоровительных мероприятиях	Сертификат об участии в мероприятии (вид, дата, место проведения)
3. Участие в соревнованиях по избранному виду.	Выписка из протокола соревнований
4. Сдача нормативов Комплекса ГТО	УИН регистрации ГТО
5. Судейство соревнований по видам спорта;	Протокол соревнований
6. Самостоятельные занятия избранным видом активной физической деятельности	Тестирование
7. ППФП, ПФК	Выполнение комплексов

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

а) основная литература:

1. Валетов, М. Р. Настольный теннис в практике физического воспитания студентов вузов: методические рекомендации / М. Р. Валетов, Н. П. Наумова, В. В. Смородин. — Оренбург : Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2005. — 25 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/51586.html>

2. Волейбол: теория и практика : учебник для высших учебных заведений физической культуры и спорта / С. С. Даценко, К. А. Дашаев, Т. А. Злищева [и др.] ; под редакцией В. В. Рыцарев. — М. : Издательство «Спорт», 2016. — 456 с. — ISBN 978-5-9906734-7-2. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/43905.html>
3. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С. П. Евсеев. — М. : Издательство «Спорт», 2016. — 616 с. — ISBN 978-5-906839-42-8. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/55593.html>
4. Иванков, Ч. Т. Технология физического воспитания в высших учебных заведениях / Ч. Т. Иванков, С. А. Литвинов. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 103 с. — (Университеты России). — ISBN 978-5-534-11441-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/445290>
5. Круговая тренировка в системе физического воспитания студентов : учебно-методическое пособие для студентов и преподавателей / составители Е. В. Готовцев, И. А. Анохина, В. И. Козлов. — Воронеж : Воронежский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2017. — 95 с. — ISBN 978-5-7731-0505-3. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/72915.html>
6. Мостовая, Т. Н. Физическая культура. Подвижные игры в системе физического воспитания в ВУЗе : учебно-методическое пособие для высшего образования / Т. Н. Мостовая. — Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2016. — 72 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/65717.html>
7. Профессионально-прикладная физическая подготовка : учебное пособие для вузов / С. М. Воронин [и др.] ; под редакцией Н. А. Воронова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 140 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12268-8. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/447152>
- Решетников Н.В.; Кислицын Ю.Л.; Палтиевич Р.Л.; Погадаев Г.И. Физическая культура: учебник. — М.: Академия, 2012. — 176 с.— ISBN 978-5-7695-8908-9 <http://knigovodstvo.ru/book/1284>
8. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.] ; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 322 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11314-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/444895>

б) дополнительная литература:

1. Платонов, В.Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов [Электронный ресурс] / В.Н. Платонов. — Электрон. Тестовые данные. — М.: Издательства «Спорт», 2019. — 656 с. — 978-5-9500183-3-6. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/93625.html>.
2. Поливаев, А. Г. Организация судейства и проведение соревнований по игровым видам спорта (баскетбол, волейбол, мини-футбол) : учебное пособие для вузов / А. Г. Поливаев. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 103 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11446-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/445294>
3. Рипа, М. Д. Лечебно-оздоровительные технологии в адаптивном физическом воспитании : учебное пособие для академического бакалавриата / М. Д. Рипа, И. В. Кулькова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 158 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-07260-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/438765>
4. Токарева, А. В. Самоконтроль и методы оценки физического и функционального состояния студентов : учебное пособие / А. В. Токарева, В. Д. Гетьман, Л. Б. Ефимова-

Комарова. — СПб. : Санкт-Петербургский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2016. — 104 с. — ISBN 978-5-9227-0636-0. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/63642.html>

5. Самостоятельные занятия студентов физической культурой и спортом [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / С.Н.Зуев [и др.]. – Электрон тестовые данные. – М.: Российская таможенная академия, 2016. – 132 с. – 978-5-9590-0882-6. - Режим доступа: [http:// www. iprbookshop.ru/69779.html](http://www.iprbookshop.ru/69779.html).

в) программное обеспечение

1. Microsoft Office Professional Plus 2010 Russian Academic OPEN, (бессрочная), (лицензия 60939880);

2. Справочно-правовая система «КонсультантПлюс», версия «эксперт». Рег. номер 164638, версия «проф»;

3. «Антиплагиат. ВУЗ» Лицензионный договор № 181 от 20.03.2017 года.

Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»,

1. [www. Fiziolive.ru](http://www.Fiziolive.ru)

2. [www. Fgosvo.ru](http://www.Fgosvo.ru)

3. [www. Fizkult-ura.ru](http://www.Fizkult-ura.ru)

4. www.Sportboxs.ru

Авторы (и):

Г.Я. Шидловский, доцент, к.п.н. _____

Рецензент(ы):

Савостин Николай Михайлович, доцент кафедры естественно-научных дисциплин
ГБОУ ИРОСО

Рассмотрена на заседании кафедры физической культуры и спорта
от _____ 2019 года, протокол № _____

Утверждена на совете института психологии и педагогики СахГУ
от _____ 2019 года, протокол № _____.