

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

Аннотация рабочей программы дисциплины

Б1.О.ДВ. 01 «Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту»

Б1.О.ДВ.01.01 – Баскетбол

Б1.О.ДВ.01.02 – Волейбол

Б1.О.ДВ.01.03 – Теннис

Б1.О.ДВ.01.04 - Бадминтон

Б1.О.ДВ.01.05 – Общая физическая подготовка

Форма обучения очная

Направление подготовки 21.03.01 Нефтегазовое дело, профиль:

**Автоматизированные системы управления технологическими процессами в
нефтегазовой отрасли**

1. Цели освоения дисциплины

- формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств и методов физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
- понимание социальной роли физической культуры в 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 готовность 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 обязательной части блока 1 «Дисциплины (модули)» учебного плана образовательной программы подготовки бакалавров по направлению 21.03.01 Нефтегазовое дело, профиль: Автоматизированные системы управления технологическими процессами в нефтегазовой отрасли и является обязательной в объеме 328 академических часов. Индекс дисциплины – Б1.О.ДВ.01

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 для поддержания должного уровня физической подготовленности, укрепления и развития человека, обеспечения 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: поддержание должного уровня физической подготовленности, сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей, для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

4. 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	5	6	
Общая трудоемкость	54	54	54	54	54	58	328
Контактная работа:	54	52	54	36	54	36	286
Контактная работа (Конт ТО): проведение текущих консультаций, ИРС, проверка контрольных заданий		4		4		4	12
Практические занятия (ПР)	54	48	54	32	54	32	274
Самостоятельная работа		2		18		22	42
Промежуточная аттестация	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	

Распределение видов работы и их трудоемкость по разделам дисциплины (модуля)

№ п/п	Дисциплины	Се-местр	Неде-ля се-местра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость в часах			Формы текущего контроля успеваемости (по семестрам)
				Конт ТО	пр. занятия	сам.работа	
1.	Б1.О.ДВ.01.01 Баскетбол	1	1-18		54		Тесты контрольные нормативы
		2	1-18	4	48	2	Тесты контрольные нормативы

		3	1-18		54		Тесты контрольные нормативы
		4	1-18	4	32	18	Тесты контрольные нормативы
		5	1-18		54		Тесты контрольные нормативы
		6	1-18	4	32	22	Тесты контрольные нормативы
2.	Б1.О.ДВ.01.02 Волейбол	1	1-18		54		Тесты контрольные нормативы
		2	1-18	4	48	2	Тесты контрольные нормативы
		3	1-18		54		Тесты контрольные нормативы
		4	1-18	4	32	18	Тесты контрольные нормативы
		5	1-18		54		Тесты контрольные нормативы
		6	1-18	4	32	22	Тесты контрольные нормативы
3.	Б1.О.ДВ.01.03 Теннис	6	1-18		54		Тесты контрольные нормативы
		1	1-18	4	48	2	Тесты контрольные нормативы
		3	1-18		54		Тесты контрольные нормативы
		4	1-18	4	32	18	Тесты контрольные нормативы
		5	1-18		54		Тесты контрольные нормативы
		6	1-18	4	32	22	Тесты контрольные нормативы
4.	Б1.О.ДВ.01.04 Бадминтон	1	1-18		54		Тесты контрольные нормативы
		2	1-18	4	48	2	Тесты контрольные нормативы

		3	1-18		54		Тесты контрольные нормативы
		4	1-18	4	32	18	Тесты контрольные нормативы
		5	1-18		54		Тесты контрольные нормативы
		6	1-18	4	32	22	Тесты контрольные нормативы
5.	Б1.О.ДВ.01.05 Общая физическая подготовка	1	1-18		54		Тесты контрольные нормативы
		2	1-18	4	48	2	Тесты контрольные нормативы
		3	1-18		54		Тесты контрольные нормативы
		4	1-18	4	32	18	Тесты контрольные нормативы
		5	1-18		54		Тесты контрольные нормативы
		6	1-18	4	32	22	Тесты контрольные нормативы

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. Жданкина, Е. Ф. Физическая культура. Лыжная подготовка : учебное пособие для вузов / Е. Ф. Жданкина, И. М. Добрынин ; под научной редакцией С. В. Новаковского. — Москва : Издательство Юрайт, 2019 ; Екатеринбург : Изд-во Урал. ун-та. — 125 с. — (Университеты России). — ISBN 978-5-534-10153-9 (Издательство Юрайт). — ISBN 978-5-7996-1903-9 (Изд-во Урал. ун-та). — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/429446>
4. 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>

5. 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>
6. 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>
7. 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>
8. 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>
9. 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](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.
4. [www. Fiziolive.ru](http://www.Fiziolive.ru)
5. [www. Fgosvo.ru](http://www.Fgosvo.ru)
6. [www. Fizkult-ura.ru](http://www.Fizkult-ura.ru)
7. www.Sportboxes.ru

Авторы:

Г.Я. Шидловский, доцент, к.п.н. _____

Т.Н.Шидловская, старший преподаватель _____

Рассмотрена на заседании кафедры физической культуры и спорта
от _____ 2022 года, протокол № _____