

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Новгородский государственный университет имени Ярослава Мудрого»
Институт медицинского образования

Кафедра физического воспитания

У Т В Е Р Ж Д А Ю

Зам. директора института
медицинского образования
Р.А. Сулиманов
«06» 04 2017 год



ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

Учебный модуль всех направлений и специальностей

СОГЛАСОВАНО

Начальник учебно-методического
Управления

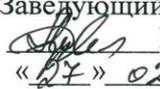
 Г.Н.Чурсинова
«28» 03 2017 г.

Разработал

доцент КФВ

 М.С.Цветков
«20» 02 2017 г.

Принято на заседании кафедры
Заведующий кафедрой

 М.С.Цветков
«27» 02 2017 г.

Великий Новгород

2017

1. Цели и задачи учебного модуля

Целью физического воспитания студентов 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 жизни и профессиональной деятельности.

Задачи:

- понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- знание биологических, психолого-педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- 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 и спорте;
- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

2. Место учебного модуля в структуре ОП

Свои образовательные и развивающие функции «Физическая культура и спорт» наиболее полно осуществляет в целенаправленном педагогическом процессе физического воспитания, который опирается на основные педагогические принципы: сознательности, наглядности, доступности, систематичности и динамичности. В этих принципах заложена гуманитарная сущность индивидуального отношения к каждому занимающемуся в ходе его становления как личности и как будущего специалиста.

Именно этими принципами пронизано всё содержание рабочей программы по учебному модулю «Физическая культура и спорт», которое тесно связано не только с физическим развитием и совершенствованием функциональных систем организма молодого человека, но и с формированием средствами физической культуры и спорта жизненно необходимых двигательных умений и навыков, психических качеств, свойств и черт личности.

Модули, для которых данная дисциплина является предшествующей:

История, концепция современного естествознания, безопасность жизнедеятельности.

Таблица 1 – Разделы модуля и междисциплинарные связи с обеспечиваемыми (последующими) учебными модулями

№ п/п	Наименование обеспечиваемых (последующих) учебных модулей	№ № разделов данного модуля, необходимых для изучения обеспечиваемых (последующих) учебных модулей					
		1	2	3	4	5	6

1.	История	+					
2.	Концепции современного естествознания	+	+				
3.	Основы медицинских знаний			+	+		
4.	Физиология человека			+	+		

3. Требования к результатам освоения учебного модуля

Процесс изучения УМ направлен на формирование следующих компетенций:

Таблица 2 – Компетенции

Направление	Компетенция	Содержание компетенции
01.03.02, 05.03.02 05.03.06, 06.03.01 07.03.01, 08.03.01 09.03.01, 11.03.01 11.03.03, 11.03.04 13.03.01, 15.03.05 15.03.06, 21.03.02 23.03.03, 29.03.04 35.03.01, 35.03.04 35.03.06, 35.03.07 36.03.02, 37.03.01 38.03.01, 38.03.02 38.03.03, 38.03.04 40.03.01, 42.03.02 44.03.02, 45.03.01 46.03.01, 46.03.02 47.03.01, 51.03.01 54.03.01	ОК8	способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
31.05.01 31.05.03 33.05.01 34.03.01	ОК-6	
29.03.04	ОК-11	
07.03.03	ОК-15	владением средствами самостоятельного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья, готовностью к достижению должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
38.03.06	ОК-7	способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
44.03.01, 44.03.05	ОК-8	готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность
44.03.03	ОК-8	готовность укреплять здоровье, поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
45.03.02	ОК-8	способностью применять методы и средства познания, обучения и самоконтроля для своего интеллектуального развития, повышения культурного уровня, профессиональной компетенции, сохранения своего здоровья, нравственного и физического самосовершенствования

В результате изучения дисциплины студент должен:

Знать: научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни

- влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;
- способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;
- правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности.

Уметь: использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни

- выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнения атлетической гимнастики;

- выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации;

- преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения;

- выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки;

- осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой.

Владеть: средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности

Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья;

- подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооруженных Силах Российской Федерации;

- организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях;

- в процессе активной творческой деятельности по формированию здорового образа жизни.

4 Структура и содержание учебного модуля

4.1 Трудоемкость учебного модуля

Общая трудоемкость дисциплины – 2 зачетные единицы (72 академических часа)

Таблица 3 – Разделы дисциплин и виды занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекции	практические занятия	СРС	Всего
1.	Теоретический раздел	18	-	-	18
2.	Практический (Методико-практический) раздел		54	-	54
3.					

Таблица 4 – Трудоёмкость для очной формы обучения

Вид учебной работы	Всего часов/ зачетных единиц	Семестры*						
		I	II	III	IV	V	VI	VII
Трудоёмкость модуля в зачетных единицах (ЗЕ)	23ЗЕ			1 ЗЕ			1 ЗЕ	

Распределение трудоемкости по видам УР в академических часах (АЧ):	72			36			36	
Лекции	18	-		10	-	-	8	
Практические занятия (ПЗ) (методико-практические)	54	-	-	26	-	-	28	-
Вид промежуточной аттестации (зачет)				зачёт			зачет	

Таблица 5 – Трудоёмкость для заочной формы обучения

Вид учебной работы	Всего часов/ зачетных единиц	Семестры*						
		I	II	III	IV	V	VI	VII
Трудоёмкость модуля в зачетных единицах (ЗЕ)	23Е			1 ЗЕ			1 ЗЕ	
Распределение трудоемкости по видам УР в академических часах (АЧ):	72			36			36	
Лекции	4			2			2	
Практические занятия (ПЗ)	4			2			2	
Внеаудиторная СРС	64			32			32	
Вид промежуточной аттестации (зачет)				зачёт			зачёт	

*Распределение по семестрам в соответствии с базовым учебным планом образовательной программы и самостоятельных занятий физической культурой

Теоретический раздел (18 час.)

2 курс – 10 часов

Раздел № 1 Физическая культура и спорт в общекультурной и профессиональной подготовке студентов –2 часа

1.1. Цель и задачи физического воспитания. Современное состояние физической культуры и спорта. ФЗ № 329 «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

1.2. Основные понятия, термины физической культуры. Виды физической культуры.

1.3. Физическая культура и спорт как средства сохранения и укрепления студентов, их физического и спортивного совершенствования.

1.4. Профессиональная направленность физической культуры. Гуманитарная значимость физической культуры.

1.5. Основы организации физического воспитания в вузе.

Раздел № 2 Социально-биологические основы физического воспитания и спорта – 2 часа

2.1. Организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система. Воздействие природных и социально-экологических факторов на организм и жизнедеятельность человека.

2.2. Средства физической культуры и спорта в управлении совершенствованием функциональных возможностей организма в целях обеспечения умственной и физической деятельности. Физиологические механизмы и закономерности совершенствования отдельных систем организма под воздействием направленной физической тренировки.

2.3. Двигательная функция и повышение устойчивости организма человека к различным условиям внешней среды.

2.4. Двигательная активность и ее влияние на здоровье современного человека

2.4.1. Потребность в движении, Физическая активность, Объем двигательной активности

2.4.2. Организация двигательной активности

2.4.3. Двигательная активность детей раннего возраста

2.4.4. Двигательная активность и умственное развитие.

Раздел № 3 Основы здорового образа жизни. Физическая культура в обеспечении здоровья – 2 часа

3.1. Здоровье человека как ценность и факторы, его определяющие. Взаимосвязь общей культуры студента и его образ жизни.

3.2. Здоровый образ жизни и его составляющие.

3.3. Личное отношение к здоровью как условие формирования здорового образа жизни.

3.4. Критерии эффективности здорового образа жизни.

Раздел № 4 Методические принципы и методы физического воспитания – 2 часа

4.1. Принципы физического воспитания.

4.2. Методы физического воспитания.

4.3. Нагрузка и отдых как специфические компоненты методов физического воспитания.

Раздел № 5 Самоконтроль студентов, занимающихся физическими упражнениями и спортом – 2 часа

5.1. Диагностика и самодиагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями.

5.2. Врачебный контроль, его содержание. Самоконтроль, его основные методы и показатели, дневник самоконтроля.

5.3. Корректировка содержания занятий со студентами разных медицинских групп по результатам показателей врачебно-педагогического контроля. Показания и противопоказания к занятиям физической культурой для студентов.

5.4. Физиологические состояния и отрицательные реакции организма при занятиях физической культурой и спортом, первая помощь при некоторых болезненных состояниях и травмах.

3 курс – 8 часов

Раздел № 6 Основы общей и специальной физической подготовки в системе физического воспитания. Спортивная подготовка.

6.1. Общая физическая подготовка. Специальная физическая подготовка. Особенности общей и специальной физической подготовки студентов разных медицинских групп.

6.2. Зоны и интенсивность физических нагрузок. Энергозатраты в процессе занятий физической культурой. Значение мышечной релаксации.

6.3. Роль оздоровительной физкультуры в коррекции физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности студентов. Формы занятий физическими упражнениями.

6.4. Структура и содержание учебного занятия оздоровительной направленности.

Раздел № 7 Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студентов – 2 часа

7.1. Производственная физическая культура. Производственная гимнастика.

7.2. Особенности выбора форм, методов и средств физической культуры и спорта в рабочее и свободное время специалистов.

7.3. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры. Дополнительные средства повышения общей и профессиональной работоспособности.

7.4. Влияние индивидуальных особенностей, географо-климатических условий и других факторов на содержание физической культуры специалистов, работающих на производстве.

7.5. Роль будущих специалистов по внедрению физической культуры в производственном коллективе

Раздел 8. Спорт. Студенческий спорт. Классификация видов спорта. Особенности занятий индивидуальным видом спорта или системой физических упражнений – 2 часа

8.1. Спорт. Многообразие видов спорта. Классификация. Краткая характеристика некоторых видов спорта.

8.2. Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений. Влияние избранного вида спорта или системы физических упражнений на физическое развитие, функциональную подготовленность и психические качества.

8.3. Пути достижения физической, технической, тактической и психической подготовленности. Модельные характеристики спортсмена высокого класса.

8.4. Планирование тренировки в избранном виде спорта или системе физических упражнений. Виды и методы контроля за эффективностью тренировочных занятий.

8.5. Специальные зачетные требования и нормативы по годам (семестрам) обучения студентов. Система студенческих спортивных соревнований. Требования спортивной классификации и правил соревнований по избранному виду спорта.

Раздел № 9 История становления и развития Олимпийского движения. Комплекс ГТО – 2 часа

9.1. Возникновение олимпийских игр. Возрождение олимпийской идеи. Олимпийское движение. Олимпийские комитеты в России.

9.2. Паралимпийские игры. Универсиады.

9.3. История комплексов ГТО и БГТО. Новый Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс: цель, задачи, структура, основные требования.

4.2. Практический (методико-практический) раздел (54 часа)

Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и виды учебных занятий

ВТОРОЙ КУРС

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины	Содержание (тематика) занятий	Количество часов
I. Методико-практический раздел – второй курс			
1.	Тема 1. Методика проведения производственной гимнастики с учетом заданных условий и	Производственная физическая культура. Производственная гимнастика. Особенности выбора форм, методов и средств физической культуры и спорта в рабочее и свободное время специалистов.	2

	характера труда – 2 часа.		
2.	Тема 2. Методики оценки работоспособности и двигательных режимов	Простейшие методики самооценки работоспособности усталости, утомления и применения средств физической культурой для их направленной коррекции. Оптимальный двигательный режим на занятиях физической культурой. Методы самооценки работоспособности.	4
3.	Тема 3. Методика составления и проведения простейших самостоятельных занятий физическими упражнениями, гигиенической и тренировочной направленности	Цели и задачи самостоятельных занятий. Особенности проведения самостоятельных занятий. Формы самостоятельных занятий. Объем и интенсивность физических упражнений с учетом учебной деятельности.	4
4.	Тема 4. Мотивация и обоснование индивидуального выбора обучающимися вида спорта для регулярных занятий	Выбор видов спорта для занятий учетом уровня физической подготовленности и физического развития.	4
5.	Тема 5. Методы оценки коррекции осанки и телосложения	Понятие об осанке, виды осанок. Специальные упражнения для формирования мышечного корсета, выработки силовой и общей выносливости мышц туловища. Методы оценки: внешний вид, мышечный тонус.	4
6.	Методика составления индивидуальных программ физического самовоспитания и занятий с оздоровительной, рекреационной и восстановительной направленностью (медленный бег, плавание и т.д.).	Методика оценки уровня физической подготовленности, методика составления индивидуальных программ физического самовоспитания и занятий оздоровительной, рекреационной и восстановительной направленности, формы и содержание самостоятельных занятий оздоровительной направленности, формы и содержание самостоятельных занятий рекреационной направленности,	4

7.	Методика составления и проведения простейших самостоятельных занятий физическими упражнениями гигиенической или тренировочной направленности.	Формы и содержание самостоятельных занятий оздоровительно-коррекционной направленности. Роль оздоровительной гимнастики при самостоятельных занятиях. Планирование и управление самостоятельными занятиями.	2
8.	Методы самооценки специальной физической и спортивной подготовленности по избранному виду спорта (тесты, контрольные задания).	Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями. Дневник самоконтроля. Самоконтроль с использованием субъективных методов. Самоконтроль с использованием объективных методов. Методы оценки физического развития. Нагрузочные тесты. Тесты физической работоспособности	4

ИТОГО 26 часов

ТРЕТИЙ КУРС

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины	Содержание (тематика) занятий	Количество часов
I. Методико-практический раздел – третий курс			
1.	Методика индивидуального подхода и применения средств для направленного развития отдельных физических качеств	Методика развития выносливости (Равномерный непрерывный метод, переменный непрерывный метод, интервальный метод).	4
2.	Методика развития быстроты	(методы повторного, повторно-прогрессирующего и переменного (с варьирующими ускорениями) упражнения).	4
3.	Методика развития гибкости	(активные упражнения на гибкость у гимнастической стенки, активные упражнения на гибкость в и. п. сидя и лежа, активные упражнения на гибкость с гимнастической палкой, упражнения на гибкость в парах, пассивные упражнения на гибкость в парах).	4
4.	Лёгкая атлетика.	Методика обучения элементам техники бега на короткие и средние дистанции,	4

		прыжкам в длину с места и разбега Основы техники безопасности.	
5.	Методы развития силы и их направленность в упражнениях с отягощением	(Метод непереломных усилий, метод непереломных усилий с максимальным количеством повторений (до отказа), метод динамических усилий).	2
6.	Виды испытаний (тесты) и нормативы государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне». Методика тестирования.	Подготовка к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО Методика тестирования и рекомендации к недельной двигательной активности. Организация физической и прикладной подготовки в целях успешного выполнения нормативов испытаний (тестов) ГТО	4
7.	Формы и содержание самостоятельных занятий оздоровительно-коррекционной направленности. Роль оздоровительной гимнастики при самостоятельных занятиях.	Планирование и управление самостоятельными занятиями. Границы интенсивности нагрузок на самостоятельных занятиях. Гигиенические требования к самостоятельным занятиям, приседания).	2
8.	Производственная физическая культура. Производственная гимнастика.	Особенности выбора форм, методов и средств физической культуры и спорта в рабочее и свободное время специалистов. Профилактика профессиональных заболеваний средствами физической культуры. Дополнительные средства повышения общей и профессиональной работоспособности	4

ИТОГО 28 часов

Темы презентаций

1. Виды бега в легкой атлетике.
2. Виды прыжков в легкой атлетике.

3. Техника и тактика игры в волейбол.
4. Техника и тактика игры в баскетбол.
5. Техника лыжных ходов.
6. Бадминтон.
7. Настольный теннис.
8. Фитнес.

Для студентов, имеющих слабый уровень общей физической подготовки, предлагаются теоретические тесты.

Пример теста

Выполните тестовое задание

Общие рекомендации по выполнению тестового задания

1. Внимательно прочитайте задание, выберите правильный вариант ответа.
2. Задание выполняется на бланке ответа и сдается для проверки преподавателю.

1. Способность выполнять координационно-сложные двигательные действия называется:
 - а. ловкостью
 - б. гибкостью
 - в. силовой выносливостью
2. Плоскостопие приводит к:
 - а. микротравмам позвоночника
 - б. перегрузкам организма
 - в. потере подвижности
3. Во время игры в баскетбол игра начинается при наличии на площадке:
 - а. трех игроков
 - б. четырех игроков
 - в. пяти игроков
4. При переломе плеча шиной фиксируют:
 - а. локтевой, лучезапястный суставы
 - б. плечевой, локтевой суставы
 - в. лучезапястный, локтевой суставы
5. К спортивным играм относится:
 - а. гандбол
 - б. лапта
 - в. салочки
6. Динамическая сила необходима при:
 - а. толкании ядра
 - б. гимнастике
 - в. беге
7. Расстояние от центра кольца до линии 3-х очкового броска в баскетболе составляет:
 - а. 5 м
 - б. 7 м
 - в. 6,25 м
8. Наиболее опасным для жизни является перелом.
 - а. открытый
 - б. закрытый с вывихом
 - в. закрытый
9. Продолжительность туристического похода для детей 16-17 лет не должна превышать:
 - а. пятнадцати дней
 - б. десяти дней

- в. пяти дней
10. Основным строительным материалом для клеток организма являются:
- а. углеводы
 - б. жиры
 - в. белки
11. Страной-родоначальницей Олимпийских игр является:
- а. Древний Египет
 - б. Древний Рим
 - в. Древняя Греция
12. Наибольший эффект развития координационных способностей обеспечивает:
- а. стрельба
 - б. баскетбол
 - в. бег
13. Мужчины не принимают участие в:
- а. керлинге
 - б. художественной гимнастике
 - в. спортивной гимнастике
14. Самым опасным кровотечением является:
- а. артериальное
 - б. венозное
 - в. капиллярное
15. Вид спорта, который не является олимпийским – это:
- а. хоккей с мячом
 - б. сноуборд
 - в. керлинг
16. Нарушение осанки приводит к расстройству:
- а. сердца, легких
 - б. памяти
 - в. зрение
17. Спортивная игра, которая относится к подвижным играм:
- а. плавание
 - б. бег в мешках
 - в. баскетбол
18. Мяч заброшен в кольцо из-за площадки при вбрасывании. В игре в баскетбол он:
- а. засчитывается
 - б. не засчитывается
 - в. засчитывается, если его коснулся игрок на площадке
19. Видом спорта, в котором обеспечивается наибольший эффект развития гибкости, является:
- а. гимнастика
 - б. керлинг
 - в. бокс
20. Энергия для существования организма измеряется в:
- а. ваттах
 - б. калориях
 - в. углеводах

Содержание самостоятельной работы для студентов очной формы обучения

Рекомендации для самостоятельной работы:

1. Самостоятельное изучение теоретического материала, в т.ч. учебной литературы (в соответствии со списком литературы).

2. Соблюдение правил техники безопасности при самостоятельных занятиях физическими упражнениями на спортивных сооружениях и спортивных площадках.

3. Соблюдение индивидуально-дифференцированной нагрузки в процессе занятий физическими упражнениями.

Реферат

Объем реферата составляет 20 страниц. Реферат состоит из оглавления, введения, основной части, заключения и библиографии. Вся информация, представляемая во введении, основной части и заключении, должна быть релевантной собственной авторской трактовке темы, т.е. между ними должны существовать четко выраженная логическая связь и смысловое соответствие. Большое внимание при оценке работы уделяется также грамотности оформления цитат и ссылок на используемую литературу. Список литературы должен прилагаться к реферату.

Темы индивидуальных заданий для подготовки рефератов и презентаций:

1. Физическая культура и спорт как социальные феномены общества.
2. Ценности физической культуры.
3. Основные положения организации физического воспитания в вузе.
4. Организм человека как единая саморазвивающаяся биологическая система.
5. Двигательная функция и повышение устойчивости человека к различным условиям внешней среды.
6. Средства физической культуры и спорта в решении задачи развития и совершенствования физиологического механизма в целях обеспечения умственной и физической деятельности.
7. Здоровье - его личное и общественное значение.
8. Здоровый образ жизни и его составляющие.
9. Здоровое и сбалансированное питание – как залог здорового образа жизни.
10. Массовый спорт и спорт высших достижений.
11. Студенческий спорт и его роль в жизни современного общества.
12. Современные системы физических упражнений.
13. Индивидуальный выбор студентами вида спорта или систем физических упражнений для регулярных занятий.
14. Личная и социально-экономическая необходимость специальной психофизической подготовки студента к труду.
15. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов ВУЗов.

Методы контроля СРС:

- самоконтроль
- контроль преподавателя

5. Контроль и оценка качества освоения учебного модуля

Студенты, обучающиеся по учебному модулю "Физическая культура" в каждом семестре выполняют зачетные требования по физической культуре с соответствующей записью в зачетной книжке студента («зачтено»).

Критерием успешности освоения учебного материала является экспертная оценка преподавателя, учитывающая регулярность посещения обязательных учебных занятий, знаний теоретического раздела программы и выполнение установленных на данный семестр тестов общей физической и спортивно-технической подготовки для отдельных групп различной спортивной направленности.

Перечень требований и тестов по каждому разделу, их оценки в очках разработан кафедрой физического воспитания и охватывают их общую физическую, спортивно-техническую и профессионально-прикладную физическую подготовленность, а также уровень теоретических знаний.

Суммарная оценка выполнения тестов общей физической и спортивно-технической

подготовленности определяется по среднему количеству баллов, набранных во время всех тестов, при условии выполнения каждого из них не ниже, чем на один балл.

Зачетный уровень средней суммарной оценки в баллах устанавливается для каждого семестра кафедрой физического воспитания и спорта.

Оценка качества освоения модуля осуществляется с использованием фонда оценочных средств, разработанного для данного модуля, по всем формам контроля в соответствии с Положением о фонде оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации студентов и итоговой аттестации выпускников.

Содержание видов контроля и их график отражены в технологической карте учебного модуля (Приложение Б).

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение учебного модуля

Учебно-методическое и информационное обеспечение учебного модуля представлено Картой учебно-методического обеспечения (Приложение В)

7. Материально-техническое обеспечение учебного модуля

- слайды, диаграммы, рисунки, таблицы, DVD для обеспечения учебных занятий по дисциплине физическая культура.

- теле - видео аппаратура, мониторы, компьютеры, средства и приборы врачебно-педагогического контроля оценки работоспособности, приборы контроля развития физических качеств занимающихся, стенды по обеспечению наглядно-методической информацией

Требования для крытых спортивных объектов:

1. состояние зала:

- а) качественное напольное покрытие, стены без выступов;
- б) герметичность оконных и дверных проемов;

2. инженерное оборудование:

- а) приточно-вытяжная вентиляция;
- б) освещенность не менее 200 лк;
- в) отопление.

3. наличие раздевалок:

оборудованы душевыми кабинами

4. безопасность:

радиаторы закрыты решетками

Соответствие требованиям представлено в Приложении Г

Приложение В

(обязательное)

Карта учебно-методического обеспечения

Учебного модуля «Физическая культура»

Для всех направлений и специальностей НовГУ

Форма обучения: дневная

Всего часов 414, из них: лекций - 18, методико-практических занятий - 36, практических занятий – 360

Таблица 1- Обеспечение модуля учебными изданиями

Библиографическое описание издания (автор, наименование, вид, место и год издания, кол.стр.)	Кол.экз. в библ. НовГУ	Наличие в ЭБС
Учебники и учебные пособия		

1. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для вузов - 5-е изд., испр. - (Высшее профессиональное образование) : М.: Издательство: Академия, Серия: Высшее профессиональное образование, 2010.- 480 с. [то же:2001]	104	
2. Основы физической культуры в вузе[Электронный ресурс].– ЦНИТ СГАУ, 2013 Режим доступа: http://cnit.ssau.ru/kadis/ocnov_set/index.htm	–	
3. Ильинич В.И. Физическая культура студента и жизнь: Учебник (Серия:'Disciplinae').– Издательство: Юристъ, Серия: Disciplinae, 2013. – 366 с.	–	кфв
Учебно-методические издания		
1. Рабочая программа учебного модуля «Физическая культура и спорт» для всех направлений и специальностей НовГУ имени Ярослава Мудрого (очное обучение) / Авт.- сост. М. С..Цветков; НовГУ им. Ярослава Мудрого.– Великий Новгород , 2017.– 24 с.		
2. Методические основы физической культуры студенческой молодежи: пед. и мед.-биолог. материалы : в 2 ч. Ч. 1 / сост.: М. С. Цветков, В. А. Гончаров ; Новгород. гос. ун-т им. Ярослава Мудрого. - Великий Новгород, 2014. - 138, [1] с. : ил.	10	
3. Методические основы физической культуры студенческой молодежи: пед. и мед.-биолог. материалы : в 2 ч. Ч. 2 / сост.: М. С. Цветков, В. А. Гончаров ; Новгород. гос. ун-т им. Ярослава Мудрого. - Великий Новгород, 2014. - 159, [1] с. : ил.	10	
4. “Социально-биологические и методические основы физической культуры”– курс лекций по физической культуре для студентов 1-3 курсов НовГУ: Метод..пособие / сост.: М. С. Цветков; Новгород.гос. ун-т. – Великий Новгород, 2015.– 176,[1] с.: ил.	10	
5. «Методические основы подготовки студентов 1-3 курсов НовГУ к выполнению норм ГТО по легкой атлетике, стрельбе и плаванию» учебно-методическое пособие / сост.: М. С. Цветков; НовГУ им. Ярослава Мудрого. – Великий Новгород, 2017.– 90 с.	10	
6. «Методические основы подготовки студентов 1-3 курсов НовГУ к выполнению норм ГТО по силовым видам физических упражнений, лыжным гонкам и туризму»: учебно-методическое пособие / сост.: М. С. Цветков; НовГУ им. Ярослава Мудрого. – Великий Новгород, 2017.– 72 с.	10	

Таблица 2 – Информационное обеспечение учебного модуля

Название программного продукта, интернет-ресурса	Электронный адрес	Примечание
Электронный каталог Центральной отраслевой библиотеки по физической культуре и спорту	http://lib.sportedu.ru/Catalog.idc	
Легкая атлетика России	http://rusathletics.com	
Спорткнига. Физкультура и спорт.	http://sportkniga.kiev.ua/cat/29	
Российский студенческий спортивный союз	http://www.studsport.ru	
Портал спортивных новостей	http://news.sportbox.ru	

Таблица 3 – Дополнительная литература

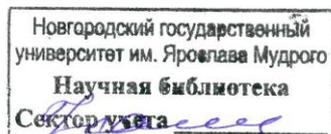
Библиографическое описание издания (автор, наименование, вид, место и год издания, кол.стр.)	Кол.экз. в библ. НовГУ	Наличие в ЭБС
1. Физические упражнения в системе самостоятельной реабилитации здоровья человека: Метод. пособие / Авт.сост. Я. А. Ковалев, М. С. Цветков; НовГУ им. Ярослава Мудрого.– Великий Новгород, 2004.-141 с.	10	
2. Общие принципы составления индивидуального двигательного режима при оздоровительных занятиях физкультурой:[электронный ресурс]:Конспект лекции / Авт.-сост. Я.А. Ковалев, Г.И. Дроздов; В.А. Силивра; НовГУ им. Ярослава Мудрого, Великий Новгород, 2013. – 13 с.– Режим доступа: http://www.novsu.ru/dept/1355/	–	

СОГЛАСОВАНО

НБ НовГУ:

Н. Библиот

должность



Колесова

подпись

Калинина Н.А

расшифровка

Приложение Г
(обязательное)
Структура и содержание учебного модуля «Физическая культура и спорт»
для лиц с ограниченными возможностями здоровья

- 1. Трудоемкость учебной дисциплины (модуля) – по всем пунктам соответствует трудоемкости, указанной в РП.**
- 2. Трудоемкость теоретических разделов учебной дисциплины (модуля) и контактной работы – по всем пунктам соответствует трудоемкости, указанной в РП.**
- 3. Трудоемкость практических разделов учебной дисциплины (модуля) и контактной работы – по всем пунктам соответствует трудоемкости, указанной в РП.**
- 4. Материально-техническое обеспечение процесса обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья – специальное материально-техническое обеспечение не требуется**

Приложение Д
Соответствие требованиям для крытых спортивных объектов

№ п/п	Спортивный комплекс/адрес	Назначение зала, площадь	Состояние спортивных объектов
1.	Ул. Большая С-Петербургская 41 (Единовременная пропускная способность - 10 кв.м. на 1 обучающегося)	Игровой зал, 288 кв. м	1. а) соответствует б) соответствует 2. а) вентиляция в рабочем состоянии б) соответствует в) соответствует 3. 2 раздевалки оборудованы душевыми кабинами
2.	Ул. Большая С-Петербургская 41	Игровой зал, 288 кв. м	1. а) соответствует б) соответствует 2. а) вентиляция в рабочем состоянии б) соответствует в) соответствует 3. раздевалка оборудована душевыми кабинами 4. Решетки имеются
3.	Ул. Большая С-Петербургская 41	Тренажерный зал	1. а) соответствует; б) соответствует 2. а) вентиляция в рабочем состоянии б) соответствует в) соответствует 3. раздевалка отсутствует 4. соответствует
4.	Ул. Большая С-Петербургская 41	Помещение (зал) для игры в настольный теннис,	1. а) соответствует; б) соответствует 2. а) соответствует; б) соответствует в) соответствует 3. раздевалка отсутствует 4. соответствует
5.	Ул. Большая С-Петербургская 41	Лыжная база S=1,3 га, 250 пар лыж	Требуется реконструкция базы
6.	Ул. Державина. 6	Игровой зал, 288 кв. м	1. а) соответствует; б) соответствует 2. а) вентиляция в рабочем состоянии б) соответствует в) соответствует 3. 1 раздевалка оборудована душевыми кабинами 4. Решетки имеются
7.	Ул. Державина. 6	Тренажерный зал, 60 кв. м	1. а) соответствует б) соответствует 2. а) вентиляция отсутствует б) соответствует в) соответствует 3. раздевалка имеется 4. Решетки имеются
8.	Антоново	Большой игровой зал, 648 кв. м	1. а) соответствует; б) соответствует 2. а) вентиляция отсутствует б) соответствует в) соответствует 3. раздевалки оборудована душевыми кабинами 4. Решетки имеются
9.	Антоново	Зал лечебной физкультуры, 160 кв. м.	1. а) соответствует; б) соответствует 2. а) вентиляция отсутствует

			б) соответствует в) соответствует 3. раздевалка оборудована душевыми кабинами 4. Решетки имеются
10.	Антоново	Помещение (зал) для игры в настольный теннис	1. а) соответствует; б) соответствует 2. а) соответствует; б) соответствует в) соответствует 3. раздевалка отсутствует 4. соответствует
11.	Ул. Красной Армии, 7	Физкультурно-спортивный комплекс, 1512 кв. м.	1. а) соответствует; б) соответствует 2. а) вентиляция в рабочем состоянии; б) соответствует в) соответствует 3. раздевалки оборудована душевыми кабинами 4. Решетки имеются
12	Ул. Красной Армии, 7	Тренажерный зал, 150 кв. м.	1. а) соответствует; б) соответствует 2. а) вентиляция в рабочем состоянии б) соответствует в) соответствует 3. раздевалка имеется 4. соответствует