МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
НОВОСИБИРСКИЙ ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)
ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМ. А.Н. КОСЫГИНА (ТЕХНОЛОГИИ. ДИЗАЙН. ИСКУССТВО)»
(НТИ (филиал) РГУ им. А.Н. Косыгина)

УТВЕРЖДАЮ
Зам. директора
по учебно-методической работе
_____ Печурина Г.Г.
«___» _____ 2024г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ: Общая физическая культура

Направление подготовки:	54.03.01 «Дизайн»
Профиль подготовки:	«Дизайн костюма», «Промышленный дизайн»
Квалификация выпускника:	Бакалавр
Форма обучения:	Очная
Факультет:	Технологии и дизайна
Кафедра:	Безопасности жизнедеятельности и физического воспитания

Очная форма обучения

Курсы: 1,2,3,4 Семестры: 1, 2,3,4,5,6,7

Практические занятия:	258 час	зачет	1,2,3,4,5,6,7 Семестр
Самостоятельная работа студентов:	70 час		
Всего:	328 час		

Новосибирск – 2024г

Рабочая программа составлена на основании следующих нормативных документов:

1.Федерального государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования по направлению подготовки: 54.03.01 «Дизайн» (квалификация «бакалавр»), реализуемой в соответствии с ФГОС ВО, утвержден-ным приказом Министерство науки и высшего образования РФ от 13.08.2020 № 1015.

2. Базового учебного плана. Направление: 54.03.01 «Дизайн».

3. Образовательной программы. Направление: 54.03.01 «Дизайн».

4.Рабочего учебного плана. Направление: 54.03.01 «Дизайн» (квалификация «бакалавр»). Профиль подготовки «Дизайн костюма». Набор 2025. – Новоси-бирск: Новосибирский технологический институт (филиал) ФГБОУ ВО «Россий-ский государственный университет имени А.Н. Косыгина» (Технологии. Дизайн. Искусство).

Утвержден Ученым советом НТИ (филиала) РГУ им. А.Н. Косыгина (Техно-логии. Дизайн. Искусство).

5. Рабочего учебного плана. Направление: 54.03.01 «Дизайн» (квалификация «бакалавр»). Профиль подготовки «Промышленный дизайн». Набор 2025. – Но-восибирск: Новосибирский технологический институт (филиал) ФГБОУ ВО «Рос-сийский государственный университет имени А.Н. Косыгина» (Технологии. Ди-зайн. Искусство).

Утвержден Ученым советом НТИ (филиала) РГУ им. А.Н. Косыгина (Техно-логии. Дизайн. Искусство).

Разработчик:
Ст. преподаватель _____ Никулин Ю.И.
Рецензент:
Зав. каф., доц., канд. техн. наук _____ Тихонова О.В.

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры Безопасности жизнедеятельности и физвоспитания (протокол №1 от 29.08.2024)

Зав. каф., доц., канд. техн. наук _____ Тихонова О.В.

Декан ФТиД _____ Бунькова Т.О.

СОДЕРЖАНИЕ

1	Паспорт процесса (Паспорт рабочей программы учебной дисциплины)……	6
2	Место дисциплины в структуре ОПОП бакалавриата…….	8
3	Ожидаемые результаты образования и компетенции обучающегося по завершению освоения программы учебной дисциплины……	10
4	Структура и содержание учебной дисциплины ……	11
5	Образовательные технологии…….	17
6	Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины…….	18
7	Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	22
8	Условия реализации программы дисциплины……..	24
9	Учебно-методическая карта дисциплины…….	27
10	Протокол согласования рабочей программы с другими дисциплинами направления…….	35
11	Дополнения и изменения к рабочей программе……	35
12	Приложение А Балльно-рейтинговая система…….	36

Рецензия
на рабочую программу дисциплины
основной профессиональной образовательной программы
НТИ (филиала) РГУ им. А.Н. Косыгина
(Технологии. Дизайн. Искусство)

по направлению **54.03.01 «Дизайн»**

направленность/профиль: **«Дизайн костюма»,**
«Промышленный дизайн»

В соответствии с ФГОС ВО по направлению 54.03.01 «Дизайн» направленность/профиль **«Дизайн костюма», «Промышленный дизайн»**, дисциплина ***Элективные курсы по физической культуре и спорту: Общая физическая культура*** изучается в рамках блока 1, «Дисциплины (модули)».
Разработчиком рабочей программы дисциплины (РПД) «Элективные курсы по физической культуре и спорту: Общая физическая культура» является ст. преподаватель кафедры БЖ и ФВ НТИ (филиала) РГУ им. А.Н.Косыгина (Технологии. Дизайн. Искусство) Никулин Ю.И.

№ П/П	*КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ РПД*	*ОТМЕТКА О СООТВЕТСТВИИ*
1	Цели изучения дисциплины	Да
2	Цели соотнесены с общими целями основной профессиональной образовательной программы (ОПОП), в том числе - имеют междисциплинарный характер, - связанны с задачами воспитания.	Да Да Да
3	Прописана связь дисциплины с другими дисциплинами рабочего учебного плана по ОПОП	Да

4	Прописан вклад дисциплины при формировании компетенций (УК): - по ФГОС ВО по направлению(ям) - по ОПОП	 Да Да
5	При формировании требований к результатам обучения по дисциплине (знать, уметь, владеть) учтены результаты обучения, приведенные во ФГОС ВО по направлению(ям)	Да
6	Содержание дисциплины структурировано по видам учебных занятий с указанием их объемов.	Да
7	Расчет времени в программе соответствует объему часов, отведенному на изучение дисциплины по учебному плану.	Да
8	Представлен тематический план лекций и практических (лабораторных, семинарских) занятий	Да
9	Отражены современные достижения науки применительно к конкретной дисциплине	Да
10	Указано учебно-методическое обеспечение дисциплины, в том числе: - перечень основной и дополнительной литературы, электронных ресурсов - методические рекомендации (материалы) преподавателю; - методические рекомендации студентам.	 Да Да Да
11	Указаны формы текущего, промежуточного и итогового контроля.	Да
12	В приложении к программе приведены фонды оценочных материалов (ФОМ): вопросы для самоконтроля и проверки качества знаний студентов; комплект тестов по дисциплине; методические рекомендации по проведению практических занятий; комплект экзаменационных билетов.	Да
13	ФОМ содержат материалы, разработанные на основе реальных практических ситуаций, в том числе, связанных со спецификой малого и среднего бизнеса	Нет
14	Выявленные недостатки/замечания/рекомендации рецензента: (*необходимость сокращения, дополнения или переработки отдельных частей текста рукописи)*	Нет
15	К процессу разработки и актуализации РПД и учебно-методических материалов дисциплины привлекаются работодатели, ориентированные на выпускников программы: участие в разработке содержания программы, предоставление исходных материалов для анализа, расчетных программ, фильмов и прочее	Да

РПД «Элективные курсы по физической культуре и спорту: Общая физическая культура» может быть использована для методического обеспечения учебного процесса в рамках основной профессиональной образовательной программы

НТИ (филиала) РГУ им. А.Н. Косыгина(Технологии. Дизайн. Искусство) по направлению
54.03.01 «Дизайн» «Дизайн костюма», «Промышленный дизайн» **в представленном виде;**

Рецензент:

Зав. каф., доц., канд. техн. наук _____ Тихонова О.В.

1.ПАСПОРТ ПРОЦЕССА

Обозначение документа	Пункт ГОСТ Р ИСО 9001-2001	Наименование процесса
Б1. В.ДВ.06.01	**7.3 и 7.5**	**«Элективные курсы по физической культуре и спорту: Общая физическая культура»**

Определение процесса: Процесс преподавания дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту: Общая физическая культура» для студентов очной формы обучения направления подготовки: 54.03.01 «Дизайн» «Дизайн костюма», «Промышленный дизайн» ориентированный на выполнение ФГОС ВО.	**Цель процесса:** Выполнение требований ФГОС ВО. Целью системы физического воспитания – воспитание физически совершенных и гармонически развитых студентов, всесторонне подготовленных к творческому труду и высокой жизненной позиции.
Владелец процесса: Кафедра Безопасности жизнедеятельности и физвоспитания	**Ответственный руководитель процесса:** Ст. Преподаватель Никулин Ю.И.
Входы процесса: Студенты и знания, полученные студентами при изучении дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту: Общая физическая культура» на предыдущей ступени образования (средняя школа, учебные заведения начального и среднего образования). ФГОС ВО	**Выходы процесса:** В результате изучения дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту: Общая физическая культура» студент должен: **знать:** особенности использования средств физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Общефизическую и специальную подготовку в системе ФК. Научно-практические основы ФК; ЗОЖ. **уметь:** применять специальные знания навыки и умения, необходимые для широкого использования средств ФК в процессе

	деятельности и повседневной жизни, а также жизненно важных, прикладных и спортивных умений. **владеть:** способность владеть системой практических умений и навыков, необходимых для широкого использования; способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения сохранения и укрепления здоровья и самОПОПределения ФК. ФГОС ВО
Требования к входам процесса: Соответствие требования ФГОС ВО, перечень компетенции, необходимых для изучения данной дисциплины. Умение осуществлять анализ теоретического и практического содержания в пределах учебной дисциплины. Способность владеть системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья.	Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующей компетенции: ОК-7 – Способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
Поставщики процесса: 1. Школа. 2. Лицей. 3. Колледж.	**Потребители процесса:** Студенты 1-2-3-4 курса очной формы обучения, и будущие работодатели.
Управляющие воздействия: ФГОС ВО, рабочий учебный план, рабочая программа по дисциплине, порядок проведения итоговой аттестации по дисциплине (зачет).	**Основные ресурсы:** Основные ресурсы: (328 час); аудиторная нагрузка: пз-258 час, СРС-70 час.
Контролируемые параметры процесса: - зачет 1- 2- 3 – 4 – 5 – 6 - 7 семестр; - выполнение практического раздела учебной программы (П.З.); - реферативные работы; - тестирование.	**Методы измерения параметров процесса:** Критерии оценок, рейтинговая шкала 100 баллов, зачет или не зачет
Показатели результативности: Выполнение запланированных мероприятий в срок; рейтинг, обеспечивающий контрольные баллы, а также получение зачета.	**Периодичность оценки:** Непрерывно, согласно графику проведения занятий и по завершению изучения дисциплины.

2 МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП БАКАЛАВР

Дисциплина **Б1.В.ДВ.06.01** «Элективные курсы по физической культуре и спорту: Общая физическая культура» входит в Блок 1, базовая часть

Таблица 2.1 - Принципы построения дисциплины

Принцип *(особенность)*	**Содержание**
Ядро дисциплины	**Базовая часть дисциплины:** **1 Модуль** Легкая атлетика **2 Модуль** Плавание **3 Модуль** Волейбол **4 Модуль** Баскетбол **5 Модуль** Лыжные гонки **6 Модуль** Профессионально-прикладная физическая подготовка
Основные понятия дисциплины	- Общая физическая подготовка. - Техника бега (спиной вперед, приставными шагами, левым, правым боком). - Техника упражнений пловцов на суши, на воде. - Оценка деятельности сердечно-сосудистой системы - Общая выносливость - Обучение техники игровых приемов - Совершенствование техники игровых приемов - Совершенствование двигательных навыков
Обеспечение последующих дисциплин образовательной программы (связи с последующими дисциплинами)	**Перечень дисциплин, изучение которых опирается на данную:** «История», «Культурология», «Правоведение», «Социология»
Практическая направленность (практическая часть дисциплины**)**	Практическая часть дисциплины содержит: - классификация физических упражнений; - понятие о технике физических упражнений;

	- характеристика и правила выполнения физических упражнений; - ритм как комплексная характеристика техники физических упражнений; - овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья; - воспитание физических качеств (двигательная активность) гибкость, быстрота, выносливость, сила с учетом состояния здоровья
Учет индивидуальных особенностей обучающихся, реализация права выбора способа учения	**Возможность работать в своем темпе; подбор индивидуальных заданий разного уровня сложности**
Дисциплина и современные информационные технологии	В подготовке студентов практикуется использование онлайновых интерактивных тренингов. Программа WorId wide wed (www)

3. ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБРАЗОВАНИЯ И КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ ПО ЗАВЕРШЕНИЮ ОСВОЕНИЯ ОСНОВНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ: ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Ожидаемые результаты освоения обучающимися программы учебной дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту: Общая физическая культура» представлены в таблице 3.1.

Таблица 3.1 – Результаты освоения обучающимися программы учебной дисциплины (цели дисциплины)

После изучения дисциплины обучающийся будет:				
Наименование категории (группы) общепрофессиональных компетенций	*Коды компетенции*	Результаты освоения ОПОП *Содержание компетенций*	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
1	2	3	4	5
Общекультурные	ОК-7	Способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	**Знать:** -Основные понятия теории физического воспитания, роль и место физической культуры и спорта в обеспечении здоровья нации и содействия социально-культурному развитию общества; - Методы и средства физической культуры для обеспечения социальной и профессиональной деятельности, основы самостоятельного, правильного использования методов физвоспитания и укрепления здоровья **Уметь:** -Находить эффективные методы и средства физической культуры для обеспечения социальной и профессиональной деятельности; -Выявлять позитивные и негативные стороны своей физической подготовки, правильно использовать методы физвоспитания как в теории так и на практике **Владеть:** -Средствами самостоятельного методически правильного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья, готовностью к достижению должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Посещение ПЗ Сдача контрольных нормативов. Зачет.

4 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1 Объем дисциплины и виды учебной работы

Таблица 4.1 – Объем дисциплины и виды учебной работы

(Выписка из рабочего учебного плана очная форма обучения)

Очная форма обучения											
Форма контроля, семестр	**Трудоемкость**			**Вид уч. занят.**	**Распределение по курсам и семестрам**						
	В часах				**1 курс**		**2курс**		**3 курс**		**4 курс**
	С преподавателем				**1 сем.**	**2 сем.**	**3 сем.**	**4 сем.**	**5 сем.**	**6 сем.**	**7 сем.**
Зачет	**Аудиторные занятия**	**СРС**	**Всего**								
	ПЗ										
1,2,3,4,5,6,7	258	70	328	**ПЗ**	39	39	39	39	34	34	34

4.2 Разделы дисциплины (табл.4.2)

Общая трудоемкость дисциплины составляет 328 ***часов.***

Таблица 4.2 – Разделы дисциплины

№ п/п	Раздел дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Вид учебной работы, включая самостоятельную работу студентов трудоемкость в часах			Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				ПЗ	**СР**	**в з.е.**	
1	2	3	4	5	7	11	13
1	Легкая атлетика	1	1-7	21	5		Посещение ПЗ Сдача контрольных нормативов
2.	Баскетбол	1	8-14	18	5		Посещение ПЗ Сдача контрольных нормативов
Итого по семестру				**39**	**10**		**Итоговый контроль – зачет**
3.	Плавание	2	1-7	21	5		Посещение ПЗ Сдача контрольных нормативов
4.	Проф-прикладная физическая подготовка	2	8-18	18	5		Посещение ПЗ
Итого по семестру				**39**	**10**		**Итоговый контроль – зачет**
5.	Проф-прикладная физическая подготовка	3	1-7	21	5		Посещение ПЗ
6.	Волейбол	3	8-18	18	5		Посещение ПЗ. Сдача контрольных нормативов
Итого по семестру				**39**	**10**		
7.	Волейбол	4	1-8	21	5		Посещение ПЗ. Текущий контроль
8.	Плавание	4	9-18	18	5		Посещение ПЗ. Текущий контроль
Итого по семестру				**39**	**10**		**Итоговый контроль – зачет**
9.	Плавание	5		14	5		Посещение ПЗ. Сдача контрольных нормативов
10	Волейбол	5		20	5		Посещение ПЗ. Сдача контрольных нормативов
Итого по семестру				**34**	**12**		**Итоговый контроль – зачет**
11	Волейбол			34	10		Посещение ПЗ. Сдача контрольных нормативов
Итого по семестру				**34**	**10**		

12	Легкая атлетика			20	5		Посещение ПЗ. Сдача контрольных нормативов
13	Волейбол			14	5		Посещение ПЗ. Сдача контрольных нормативов
Итого по семестру				**34**	**10**		
Итого:				**258**	**70**		

4.3 Содержание разделов учебной дисциплины по видам занятий

4.3.1 Практические занятия

При проведении практических занятий преподаватель может ставить различные задачи по изучению техники выполнения упражнений с целью развития основных физических качеств. Подбираются упражнения, регулируется их продолжительность и интенсивность. Отдельные физические упражнения выполняются в группах по 2-3 человека.

Таблица 4.3 – Характеристика практических учебных занятий и самостоятельной работы

№	Название раздела дисциплины	№ п/п темы	Учебная деятельность студента	Объем час.		Ссылка на цели
1	2	3	4	5	6	
Первый семестр						
				ср	**пз**	
1.	Легкая атлетика	1.1.	**Общая физическая подготовка.** Техника бега на короткие и длинные дистанции. Техника прыжков в длину, высоту, с разбега, с места.	5	21	ОК-7
2.	Баскетбол	2.1.	**Техника бега (спиной вперед, приставными шагами, левым, правым боком).** Техника зонной защиты, личной защиты. Инструкторская практика.	5	18	ОК-7
	Самостоятельное изучение	**СИ-1;2;3;4**	Социальные функции ФК; Физическое развитие и подготовленность; мотивационно-ценностное отношение студентов к ФК	**10**		
	Контактная работа	ПЗ	Практические занятия		**39**	
	Итого по семестру			**10**	**39**	
Второй семестр						
3.	Плавание	3.1.	Правила безопасности плавания на воде. **Техника упражнений пловцов на суши, на воде.** Техника скольжения на груди, спине, работа рук, ног. Техника плавания «кроль» на груди, спине.	5	21	ОК-7
4.	Профессионально-прикладная физическая подготовка (микроцикл 1)	4.1.	**Оценка деятельности сердечно-сосудистой системы** проба «Руфье». Силовая выносливость . Составление комплекса утренней гигиенической гимнастики	5	18	ОК-7

	Самостоятельное изучение	**СИ-5;6;7;8**	Значение ФК, совершенствование личностных качеств; Формирование осознанных потребностей в самостоятельных занятиях; Новые формы ФК и спорта	**10**		
	Контактная работа	ПЗ	Практические занятия		**39**	
	Итого по семестру			**10**	**39**	
Третий семестр						
1	2	3	4	5	6	
5.	Профессионально-прикладная физическая подготовка (микроцикл 2)	7.1.	**Общая выносливость** тест К.Купера. Определение общей работоспособности Гарвардский степ-тест. Составление комплекса производственной гимнастики.	5	21	ОК-7
6.	Волейбол	8.1.	**Обучение техники игровых приемов**: подачи мяча, приему мяча, нападающий удар, блокировки.	5	18	ОК-7
	Самостоятельное изучение	**СИ-9;10 11;**	Повышение роли ФК и ЗОЖ; Актуальные проблемы совершенствования новых технологий; Информационные технологии в ФК; Двигательная активность как условие сохранения здоровья;	**10**		
	Контактная работа					
	Итого по семестру			**10**	**39**	
Четвертый семестр						
7.	Волейбол	11.1	**Совершенствование техники игровых приемов**: подачи мяча, приему мяча, нападающий удар, блокировки	5	21	ОК-7
8.	Плавание	10.1	Обучение техники плавания способом «кроль» на груди Обучение техники плавания способом «кроль» на спине	5	18	ОК-7
	Самостоятельное изучение	**СИ-12; 13; 14**	Современные виды оздоровительной гимнастики; Физическое воспитание как основа валеологического образования	**10**		
	Контактная работа	ПЗ	Практические занятия		**39**	
	Итого по семестру			**10**	**39**	
Пятый семестр						
9.	Плавание	12.1.	Совершенствование техники плавания способом «кроль» на груди. Совершенствование техники плавания способом «кроль» на спине.	5	18	ОК-7

10.	Волейбол	13.1.	Совершенствование техники игровых приемов: подачи мяча, приему мяча, нападающий удар, блокировки.	5	18	ОК-7
	Самостоятельное изучение	**СИ-15**	ФК как социально-педагогическая система обучения;	**10**		
	Контактная работа	ПЗ	Практические занятия		**34**	
	Итого по семестру			**10**	**34**	

Шестой семестр						
11	Волейбол	14.1	Соревнования, инструкторская практика (судейство, ведение протокола)	5	24	ОК-7
12.	Плавание	15.1	Совершенствование техники плавания способом «кроль» на груди. Совершенствование техники плавания способом «кроль» на спине.	5	10	ОК-7
	Самостоятельное изучение	**СИ-16**	Здоровье сберегающие технологии;	**10**		
	Контактная работа	ПЗ	Практические занятия		**34**	
	Итого по семестру			**10**	**34**	
Седьмой семестр						
13.	Профессионально-прикладная физическая подготовка	18.1	**Совершенствование двигательных навыков** при выполнений упражнений с массой собственного веса	**5**	**34**	ОК-7
	Самостоятельное изучение	**СИ-17; 18**	Новейшие методики укрепления здоровья; Формирование физической культуры	**5**		
	Контактная работа	ПЗ	Практические занятия		**34**	
	Итого по семестру			**10**	**34**	
	Итого по дисциплине			**70**	**258**	

5 ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

При освоении дисциплины используются следующие сочетания видов учебной работы с методами и формами активизации познавательной деятельности бакалавров для достижения запланированных результатов обучения и формирования компетенций.

Методы и формы активизации деятельности	**Виды учебной деятельности**	
	ПЗ	СРС
Тренировка	х	х
IT-методы		х
Командная работа	х	х
Опережающая СРС	х	х
Индивидуальное обучение	х	х
Проблемное обучение		х
Обучение на основе опыта	х	х

Для достижения поставленных целей преподавания дисциплины реализуются следующие средства, способы:

- Обучение двигательным умениям и навыкам осуществляется на практических занятиях с применением метода упражнения, игрового метода, технологий личностно-ориентированного подхода.
- Совершенствование техники выполнения упражнений и развития основных физических качеств, происходит с использованием спортивного инвентаря, практические занятия проводятся в спортзале.
- Самостоятельное изучение методов и средств физического воспитания, укрепления здоровья, повышение уровня физической подготовленности с использованием Internet – ресурсов, информационных баз, методических разработок, специальной учебной и научной литературы;

6 УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ «ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ: ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

В соответствии с ФГОС ВО выпускник по направлению подготовки: 54.03.01 «Дизайн» квалификации «бакалавр» после изучения данной дисциплины должен обладать следующими компетенциями (представлены в таблице 6.1). Содержание самостоятельной работы обучающихся представлено в таблице 6.2.

Таблица 6.1 – Компетентностные характеристики обучающегося по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту: Общая физическая культура»

Индекс *	**Наименование компетенции ***	**Содержание компетенции***	Технологии формирования	**Форма оценочного средства *****
ОК - 7	Общекультурные	- Способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Практические занятия. Самост. работа	Посещение ПЗ. Сдача контр. нормативов Зачет

Таблица 6.2 Содержание самостоятельной работы обучающихся

№ п/ п	Виды самостоятельной работы	Тема дисциплины курса (таблица 4.3)	Форма контроля
1.	Социальные функции физической культуры и порта в системе общечеловеческих ценностей	1.1 -2.1;	Защита реферата Сдача контр. нормативов
2.	Физическое развитие, физическая подготовленность студента в современной России	1.1 -2.1;	Защита реферата Сдача контр. нормативов
3.	Мотивационно - ценностное отношение студентов к занятиям по физической культуре и спорту	1.1 -2.1;	Защита реферата Сдача контр. нормативов
4.	Формирование мотивационно - ценностного отношения к ЗОЖ	1.1 -2.1;	Защита реферат Сдача контр. нормативов
5.	Значение физической культуры, совершенствование личных качеств, обеспечивающих формирование умений и навыков будущих специалистов	3.1-4.1;	Защита реферата Сдача контр. нормативов
6.	Формирование осознанных потребностей в самостоятельных занятиях физической культуры и спорта	3.1-4.1;	Защита реферата Сдача контр. нормативов
7.	Повышение роли физической культуры и ЗОЖ в жизни современного студента	3.1-4.1;	Защита реферата Сдача контр. нормативов
8.	Актуальные проблемы совершенствования новых технологий физкультурно-оздоровительной работы в ВУЗе	3.1-4.1;	Защита реферата Сдача контр. нормативов

9.	Современное виды оздоровительной гимнастики, как уникальное средство сохранения и укрепления здоровья	7.1-8.1;	Защита реферата Сдача контр. нормативов
10.	Физическое воспитание как основа валеологического образования	7.1-8.1	Защита реферата Сдача контр. нормативов
11.	Физическая культура как социально - педагогическая система обучения в ВУЗе	7.1-8.1	Защита реферата Сдача контр. нормативов
12.	Новые формы физической культуры и спорта	10.1-11.1;	Защита реферата Сдача контр. нормативов
13.	Здоровье сберегающие технологии в процессе физического воспитания студентов	10.1-11.1;	Защита реферата Сдача контр. нормативов
14.	Двигательная активность как условие сохранения и укрепления здоровья	10.1-11.1;	Защита реферата Сдача контр. нормативов
15.	Информационные технологии как новейшие методики комплексного подхода в обучении физической культуре, спорту и здоровому образу жизни	12.1-13.1;	Защита реферата Сдача контр. нормативов
16.	Роль физической культуры и спорта в ориентации студентов ВУЗов на ЗОЖ	14.1-15.1;	Защита реферата Сдача контр. нормативов
17.	Новейшие методики сохранения и укрепления здоровья	18.1	Защита реферата Сдача контр. нормативов
18.	Формирование физической культуры и культуры здоровья студента в условиях модернизации образования	18.1	Защита реферата Сдача контр. нормативов

6.1 Для проверки знаний обучающихся предусматриваются следующие формы контроля:

Образец балльно-рейтингового листа приведен в **ПРИЛОЖЕНИИ А** (таблица А.1)

Для оценки качества учебной деятельности студентов применяется балльно-рейтинговая система. Оценка по дисциплине за семестр равна сумме баллов за работу в семестре (0 – 80) и числа баллов полученных на зачете (0 – 20).

Максимальный рейтинг, который студент можем получить за семестр 100. Максимальный балл проставляется за качественное и своевременное выполнение работ и требований к ним по всем видам деятельности студента.

Баллы за работу в семестре включают в себя:

1. Баллы за работу на ПЗ: посещаемость ПЗ 0 – 0,5 балла

Количество баллов, необходимых для допуска к зачету – 7

2. Баллы за активную работу на ПК 0 – 0,5 балла

Количество баллов, необходимых для допуска к зачету – 7

3. Баллы за выполнение контрольных норм по видам спорта на ПЗ 0 – 5 баллов

Количество баллов, необходимых для допуска к зачету – 16 баллов

4. Баллы за участие в соревнованиях 0 – 6 баллов

Количество баллов, необходимых для допуска к зачету 14 баллов

5. Баллы за участие в судействе соревнований от 0 – 2 баллов

Количество баллов, необходимых для допуска к зачету 6 баллов

6. Баллы за творческую работу:

Каждый студент в течении семестра выполняет и защищает реферативную работу по утренней гигиенической гимнастике на 1 курсе, по производственной гимнастике на 2 курсе 0 – 10 баллов

Количество баллов, необходимых для допуска к зачету 6 баллов.

7. Баллы за участие в других видах работ от 0 – 2 баллов

Количество баллов необходимых для допуска к зачету 4 балла

Рейтинг достаточный к зачету 60 и более баллов

Зачет – 20 баллов

6.2 Оценочные материалы для текущего контроля и аттестации студента представлены в методических указаниях «Фонд оценочных материалов по дисциплине Элективные курсы по физической культуре и спорту: Общая физическая культура»

(первый семестр)

Лёгкая атлетика

К-1. Бег на короткие дистанции, бег со старта, бег на короткие дистанции и финиширование (выполнить на технику).

Баскетбол

К-2. Знание правил игры.
К-3. Техника владения телом (стойки, повороты, остановки, прыжки).
К-4. Техника передачи мяча, ведение мяча.
К-5. Техника бросков мяча в корзину.

К-6. Ближние броски в корзину.

броски / по-падания	5/5	5/4	5/3	5/2	5/1
оценка	5	4	3	2	1

К-7. Дальние броски в корзину.

броски / по-падания	5/5	5/4	5/3	5/2	5/1
оценка	5	4	3	2	1

(второй семестр)

Плавание

К-8. Техника плавания способом «кроль» на груди (выполнение на технику).

К-9. Техника плавания способом «кроль» на спине (выполнение на технику).

К-10. Плавание 50 м. или 100м.

оценка / дистанция время	5	4	3	2	сдано

50м.	м	40”	44”	48”	57”	Б/Вр
	ж	54”	1’03”	1’14”	1’24”	Б/Вр
100м.	м	1’40”	1’50”	2’	2’15”	2’30”
	ж	2’15”	2’40”	2’40”	3’36”	4’10”

Профессионально-прикладная физическая подготовка

К-11. Утренняя гигиеническая гимнастика - показать, объяснить и провести с группой комплекс упражнений по УГГ.

К-12. Самостоятельно составить комплекс упражнений по утренней гигиенической гимнастике.

(третий семестр)

Профессионально - прикладная подготовка (микроцикл 2)

К-13. Показать, объяснить и провести с группой комплекс упражнений производственной гимнастики с учётом вида производственной деятельности.

К-14. Домашнее задание: самостоятельно составить комплекс упражнений производственной гимнастики с учётом характера труда.

Волейбол

К-15. Практические занятия:

- **знать** и применять правило соревнований
- **уметь** вести протокол соревнований
- **знать** жесты волейбольного арбитра

К-16.Подачи через сетку.

результат	5	4	3	2	1
Оценка	5	4	3	2	1

К-17.Передачи в парах.

результат	40	35	30	25	20
оценка	5	4	3	2	1

К-18.Передачи над собой.

результат	25	20	15	10	5
оценка	5	4	3	2	1

(четвертый семестр)

Волейбол.

К-19.Подачи через сетку.

Результат	10	8	6	4	2

оценка	5	4	3	2	1

Плавание

К-20. Плавание способом «кроль»

К-21. Плавание способом «кроль» на спине, груди выполнение на технику.

К-22. Плавание 50 м. или 100м.

оценка / дистанция / время		5	4	3	2	сдано
50м.	м	40”	44”	48”	57”	Б/Вр
	ж	54”	1’03”	1’14”	1’24”	Б/Вр
100м.	м	1’40”	1’50”	2’	2’15”	2’30”
	ж	2’15”	2’40”	2’40”	3’36”	4’10”

(пятый семестр)

Плавание

К-23. Плавание способом «кроль»

К-24. Плавание способом «кроль» на спине, груди выполнение на технику.

К-25. Плавание 50 м. или 100м.

оценка / дистанция / время		5	4	3	2	сдано
50м.	м	40”	44”	48”	57”	Б/Вр
	ж	54”	1’03”	1’14”	1’24”	Б/Вр
100м.	м	1’40”	1’50”	2’	2’15”	2’30”
	ж	2’15”	2’40”	2’40”	3’36”	4’10”

Волейбол.

К-26.Подачи через сетку.

Результат	10	8	6	4	2
оценка	5	4	3	2	1

(шестой семестр)

Волейбол

К-27.Подачи через сетку.

результат	5	4	3	2	1
Оценка	5	4	3	2	1

К-28.Передачи в парах.

результат	40	35	30	25	20
оценка	5	4	3	2	1

К-29.Передачи над собой.

результат	25	20	15	10	5
оценка	5	4	3	2	1

Лёгкая атлетика.

К-30. Эстафетный бег (выполнить на технику).

(седьмой семестр)

Волейбол.

К-31.Передачи над собой.

Результат	30	25	20	15	10
оценка	5	4	3	2	1

7 УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Информация по учебно-методическому и информационному обеспечению дисциплины представлено в таблице 7.1

8 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

8.1 Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Информация о наличии специализированных аудиторий, лабораторий, технических средств обучения и т.д. представляется в виде таблицы (табл.8.1).

Таблица 8.1 Обеспечение образовательного процесса по программе для проведения практических занятий.

№ п\п	Наименование дисциплины (модуля), практик в соответствии с учебным планом	Наименование оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения лабораторных/практических занятий с перечнем основного оборудования	Фактический адрес учебных кабинетов и объектов
Б1.В.ДВ.06.01	Элективные курсы по физической культуре и спорту: Общая физическая культура	Оборудование для проведения практических занятий, текущего контроля, промежуточной аттестации. Фитболы – 10шт. Бодибары 4 кг – 1 шт. Бодибары 5 кг – 2 шт. Бодибары 6 кг – 3 шт. Бодибары 9 кг – 1 шт. Коврики для фитнеса – 10 шт. Скакалки – 20 шт. Гантели 1 кг – 2 шт. Гантели 2 кг – 2 шт. Гантели 2,5 кг -2 шт. Гантели 4 кг – 2 шт. Гири 12 кг – 2 шт. Тренажер «гиперэкстензия» - 1 шт. Скамья для пресса – 1 шт. Турник настенный – 1 шт. Брусья настенные – 1 шт. Тренажер степпер – 1 шт. Обручи металлический – 5 шт. Палка гимнастическая – 5 шт. Комплект учебно-наглядных пособий, обеспечивающих тематические иллюстрации по дисциплине.	Новосибирск, Красный проспект, 35 (НТИ (филиал) РГУ им. А.Н. Косыгина

9 УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ

(первый семестр)

№ неде-ли		Номер темы, учебных занятий			Используемые учебно-методические материалы (учебники, метод, пособия и т.д.)	Самостоятельная работа студентов			Формы контроля
	Лекционные занятия ЛЗ	Практические занятия ПЗ	Лабораторные занятия ЛБ	Индивидуальные занятия ИЗ		Самос-тоят. Изучение	Задания	Про-екты, Работы	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.		ПЗ-1			Б-2,Б-6, Б-7				
2.		ПЗ-2			Б-2,Б-6, Б-7	СИ -1			
3.		ПЗ-3			Б-2,Б-6, Б-7				
4.		ПЗ-4			Б-2,Б-6, Б-7	СИ -2			
5.		ПЗ-5			Б-2,Б-6, Б-7				
6.		ПЗ-6			Б-2,Б-6, Б-7	СИ -3			
7.		ПЗ-7			Б-2,Б-6, Б-7				
8.		ПЗ-8			Б-2,Б-6, Б-7				
9.		ПЗ-9			Б-2,Б-6, Б-7				К-1
10.		ПЗ-10			Б-4,Б-6,Б-7				
11.		ПЗ-11			Б-4,Б-6,Б-7				
12.		ПЗ-12			Б-4,Б-6,Б-7				
13.		ПЗ-13			Б-4,Б-6,Б-7	СИ -4			
14.		ПЗ-14			Б-4,Б-6,Б-7				К-2, К-3
15.		ПЗ-15			Б-4,Б-6,Б-7				К-4, К-5
16.		ПЗ-16			Б-4,Б-6,Б-7				К-6, К-7
17.		ПЗ-17			Б-4,Б-6,Б-7				
18.		ПЗ-18			Б-4,Б-6,Б-7				Зачет

(второй семестр)

	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.		ПЗ-19			Б-1,Б-6, Б-7, Б-10				
2.		ПЗ-20			Б-1,Б-6, Б-7, Б-10	СИ -5			
3.		ПЗ-21			Б-1,Б-6, Б-7, Б-10				
4.		ПЗ-22			Б-1,Б-6, Б-7, Б-10				К-8
5.		ПЗ-23			Б-1,Б-6, Б-7, Б-10				К-9
6.		ПЗ-24			Б-1,Б-6, Б-7, Б-10				К-10
7.		ПЗ-25			Б-5,Б-6, Б-7	СИ -6			
8.		ПЗ-26			Б-5,Б-6, Б-7				
9.		ПЗ-27			Б-5,Б-6, Б-7				
10.		ПЗ-28			Б-5,Б-6, Б-7	СИ -7			
11.		ПЗ-29			Б-5,Б-6, Б-7				
12.		ПЗ-30			Б-5,Б-6, Б-7				
13.		ПЗ-31			Б-5,Б-6, Б-7				
14.		ПЗ-32			Б-5,Б-6, Б-7	СИ -8			
15.		ПЗ-33			Б-5,Б-6, Б-7				
16.		ПЗ-34			Б-5,Б-6, Б-7				
17.		ПЗ-35			Б-5,Б-6, Б-7				К-11 К-12
18.		ПЗ-36			Б-5,Б-6, Б-7				Зачет

(третий семестр)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.		ПЗ-37			Б-5,Б-6, Б-7				
2.		ПЗ-38			Б-5,Б-6, Б-7	СИ- 9			
3.		ПЗ-39			Б-5,Б-6, Б-7				
4.		ПЗ-40			Б-5,Б-6, Б-7				
5.		ПЗ-41			Б-5,Б-6, Б-7	СИ -10			
6.		ПЗ-42			Б-5,Б-6, Б-7				
7.		ПЗ-43			Б-5,Б-6, Б-7				
8.		ПЗ-44			Б-5,Б-6, Б-7				
9.		ПЗ-45			Б-5,Б-6, Б-7				К-13
10.		ПЗ-46			Б-5,Б-6, Б-7				К-14
11.		ПЗ-47			Б-3, Б-6, Б-7				
12.		ПЗ-48			Б-3, Б-6, Б-7	СИ - 11			
13.		ПЗ-49			Б-3, Б-6, Б-7				
14.		ПЗ-50			Б-3, Б-6, Б-7				К-15
15.		ПЗ-51			Б-3, Б-6, Б-7				К-16
16.		ПЗ-52			Б-3, Б-6, Б-7				К-17
17.		ПЗ-53			Б-3, Б-6, Б-7				К-18
18.		ПЗ-54			Б-3, Б-6, Б-7				Зачет

(четвертый семестр)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.		ПЗ-55			Б-3, Б-6, Б-7				
2		ПЗ-56			Б-3, Б-6, Б-7	СИ - 12			
3.		ПЗ-57			Б-3, Б-6, Б-7				
4.		ПЗ-58			Б-3, Б-6, Б-7				
5.		ПЗ-59			Б-3, Б-6, Б-7				
6.		ПЗ-60			Б-3, Б-6, Б-7				
7.		ПЗ-61			Б-3, Б-6, Б-7	СИ - 13			
8.		ПЗ-62			Б-3, Б-6, Б-7				
9.		ПЗ-63			Б-3, Б-6, Б-7				
10		ПЗ-64			Б-3, Б-6, Б-7				
11.		ПЗ-65			Б-3, Б-6, Б-7				
12.		ПЗ-66			Б-3, Б-6, Б-7				К- 19
13.		ПЗ-67			Б-1, Б-6,Б-7,Б-9				
14.		ПЗ-68			Б-1, Б-6,Б-7,Б-9	СИ - 14			
15.		ПЗ-69			Б-1, Б-6,Б-7,Б-9				К- 20
16.		ПЗ-70			Б-1, Б-6,Б-7,Б-9				К-21
17.		ПЗ-71			Б-1, Б-6,Б-7,Б-9				К-22
18.		ПЗ-72			Б-1, Б-6,Б-7,Б-9				Зачет

(пятый семестр)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.		ПЗ-73			Б-1, Б-6,Б-7,Б-9	СИ - 15			
2.		ПЗ-74			Б-1, Б-6,Б-7,Б-9				
3.		ПЗ-75			Б-1, Б-6,Б-7,Б-9				
4.		ПЗ-76			Б-1, Б-6,Б-7,Б-9				
5.		ПЗ-77			Б-1, Б-6,Б-7,Б-9				
6.		ПЗ-78			Б-1, Б-6,Б-7,Б-9				К-23
7.		ПЗ-79			Б-1, Б-6,Б-7,Б-9				К-24
8.		ПЗ-80			Б-1, Б-6,Б-7,Б-9				К-25
9.		ПЗ-81			Б-3, Б-6, Б-7				
10.		ПЗ-82			Б-3, Б-6, Б-7				
11.		ПЗ-83			Б-3, Б-6, Б-7				
12.		ПЗ-84			Б-3, Б-6, Б-7				
13.		ПЗ-85			Б-3, Б-6, Б-7				
14.		ПЗ-86			Б-3, Б-6, Б-7				
15.		ПЗ-87			Б-3, Б-6, Б-7				
16.		ПЗ-88			Б-3, Б-6, Б-7				К-26
17.		ПЗ-89			Б-3, Б-6, Б-7				Зачет
18.									

(шестой семестр)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.		ПЗ-90			Б-3, Б-6, Б-7				
2.		ПЗ-91			Б-3, Б-6, Б-7				
3.		ПЗ-92			Б-3, Б-6, Б-7				
4.		ПЗ-93			Б-3, Б-6, Б-7				
5.		ПЗ-94			Б-3, Б-6, Б-7	СИ -16			
6.		ПЗ-95			Б-3, Б-6, Б-7				
7.		ПЗ-96			Б-3, Б-6, Б-7				
8.		ПЗ-97			Б-3, Б-6, Б-7				К-27
9.		ПЗ-98			Б-3, Б-6, Б-7				К-28
10.		ПЗ-99			Б-3, Б-6, Б-7				К-29
11.		ПЗ-100			Б-3, Б-6, Б-7				
12.		ПЗ-101			Б-3, Б-6, Б-7				
13.		ПЗ-102			Б-2,Б-6, Б-7				
14.		ПЗ-103			Б-2,Б-6, Б-7				
15.		ПЗ-104			Б-2,Б-6, Б-7				
16.		ПЗ-105			Б-2,Б-6, Б-7				К-30
17.		ПЗ-106			Б-2,Б-6, Б-7				Зачет
18.									

(седьмой семестр)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.		ПЗ-107			Б-3, Б-6, Б-7				
2.		ПЗ-108			Б-3, Б-6, Б-7	СИ - 17			
3.		ПЗ-109			Б-3, Б-6, Б-7				
4.		ПЗ-110			Б-3, Б-6, Б-7				
5.		ПЗ-111			Б-3, Б-6, Б-7				
6.		ПЗ-112			Б-3, Б-6, Б-7				
7.		ПЗ-113			Б-3, Б-6, Б-7				
8.		ПЗ-114			Б-3, Б-6, Б-7				
9.		ПЗ-115			Б-3, Б-6, Б-7				
10.		ПЗ-116			Б-3, Б-6, Б-7	СИ - 18			
11.		ПЗ-117			Б-3, Б-6, Б-7				
12.		ПЗ-118			Б-3, Б-6, Б-7				
13.		ПЗ-119			Б-3, Б-6, Б-7				
14.		ПЗ-120			Б-3, Б-6, Б-7				
15.		ПЗ-121			Б-3, Б-6, Б-7				
16.		ПЗ-122			Б-3, Б-6, Б-7				К-31
17.		ПЗ-123			Б-3, Б-6, Б-7				Зачет
18									

Таблица 7.1 Обеспечение образовательного процесса по образовательной программе 54.03.01 «Дизайн» учебной и учебно-методической литературой

№ п/п	Наименование дисциплины и ее шифр в соответствии с учебным планом	Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной и учебно-методической литературы	Количество экземпляров	Число обучающихся, одновременно изучающих дисциплину
1	2	3	4	5
		Основная литература		
	Б1.В.ДВ.06.01 Элективные курсы по физической культуре и спорту: Общая физическая культура	Б-1 Замогильнов, А. И. Сборник олимпиадных теоретико-методических заданий по предмету «Физическая культура»: учеб. пособие / А.И. Замогильнов. — Москва: ИНФРА-М, 2019. — 119 с. - URL: https://znanium.com/read?id=344860	100%	
		Б-2 Сидорова, Е. Н. Специальные упражнения для обучения видам легкой атлетики: учебное пособие / Е.Н. Сидорова, О.О. Николаева. - Красноярск: СФУ, 2016. - 148 с. - URL: https://znanium.com/read?id=328578	100%	
		Б-3 Караулова, Л. К. Физиология физкультурно-оздоровительной деятельности: учебник / Л.К. Караулова. — Москва: ИНФРА-М, 2018. — 336 с. — URL: https://znanium.com/read?id=320736	100%	
		Б-4 Каткова, А.М. Физическая культура и спорт: учебное наглядное пособие / А.М. Каткова, А.И. Храмцова. - М.: МПГУ, 2018. - 64 с. – URL: https://znanium.com/read?id=339601	100%	
		Дополнительная литература		
		Б-5 Бузулькова, Н. А. Бег и спортивная ходьба в режиме труда и отдыха студентов: Методические указания / Н.А. Бузулькова, Г.М. Сухомлинова, В.Н. Новикова В.Н. - Москва :МГУДТ, 2016. - 26 с. – URL: https://znanium.com/read?id=260992	100%	
		Б-6 Зульфугарзаде, Т.Э. Правовые основы физической культуры и спорта: учебное пособие / Т. Э. Зульфугарзаде. — Москва: ИНФРА-М, 2021. — 140 с. — URL: https://znanium.com/read?id=361268	100%	

		Б-7 Садова, Е. И. Развитие быстроты у студентов основного отделения: методические указания / Е.И. Садова,Ж.Э. Лапынина, И.А. Шульц. - Москва: МГУДТ, 2015. - 27 с. – URL: https://znanium.com/read?id=136949 Б-8 Филиппова, Ю. С. Физическая культура: учебно-методическое пособие / Ю.С. Филиппова. — Москва: ИНФРА-М, 2024. — 201 с. — URL: https://znanium.com/read?id=357459 Б-9 Каткова, А.М. Физическая культура и спорт: учебное наглядное пособие / А.М. Каткова, А.И. Храмцова.- М.: МПГУ, 2018. - 64 с. – URL: https://znanium.com/read?id=244751read?id=339601 Б-10 Фитнес-аэробика: учебно-методическое пособие/ Е. В. Серженко, С. В. Плетцер, Т. А. Андреенко, Е. Г. Ткачева. - Волгоград: ФГБОУ ВПО Волгоградский ГАУ, 2015. - 76 с. - URL: https://znanium.com/read?id=244751 **Базы данных, Интернет-ресурсы, информационно справочные и поисковые системмы** https://www.znanium.com/ http://sportfiction.ru/partners/bmsi/ https://www.rsl.ru/ http://elibrary.ru/	100% 100% 100% 100%	

Зав. библиотекой _____ Русских Н.И.

10 ПРОТОКОЛ СОГЛАСОВАНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ С ДРУГИМИ ДИСЦИПЛИНАМИ НАПРАВЛЕНИЯ НА 2024/2021 УЧЕБНЫЙ ГОД

Наименование дисциплины, изучение, которой опирается на данную	**Кафедра**	**Предложения об изменении в рабочей программе и подпись зав. кафедрой**	**Решение, принятое кафедрой, разрабатывающей программу и подпись зав. кафедрой**
1. Дисциплина РУП 54.03.01	Дизайн		

Декан факультета Т и Д _____ Бунькова Т.О. _____
личная подпись *дата*

11 ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ НА 202_/202_ УЧ. ГОД.

В рабочую программу вносятся следующие изменения:

Рабочая программа пересмотрена на заседании кафедры пр №_____

«_____»_____20___г.

Заведующий кафедрой_____
наименование кафедры *личная подпись* *расшифровка подписи* *дата*

Заведующая библиотекой_____
личная подпись *расшифровка подписи* *дата*

ПРИЛОЖЕНИЕ А

Примерный образец оценки знаний студентов по балльно-*рейтинговой системе по дисциплине Элективные курсы по физической культуре и спорту: Общая физическая культура ФГОС ВО направления: 54.03.01 «Дизайн» «Дизайн костюма», «Промышленный дизайн»*

Вид контроля	Оце-ноч-ный балл	Дни недели																		Всего
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	
Посещаемость	0,5	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	9
Активная работа на ПЗ	0,5	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	9
Выполнение контрольных нормативов по видам спорта	0-5				*	*							*				*			20
Участие в соревнованиях по видам спорта	0-6														*	*	*			18
Участие в судействе соревнований	0-2														*	*	*	*		8
Творческая работа (выступление на конференции)	0-10																		*	10
Другие виды работ	0-2																*	*	*	6
Рейтинг по дисциплине (промежуточный)																				80
Зачет	20																			20
Рейтинг по дисциплине (итоговый)																				100

Ст. Преподаватель: _____Никулин Ю.И.