

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
АЭРОКОСМИЧЕСКОГО ПРИБОРОСТРОЕНИЯ»

Кафедра №64

«УТВЕРЖДАЮ»

Руководитель направления

д.т.н., проф.

(должность, уч. степень, звание)

М.Б. Сергеев

(подпись)



«15» мая 2018 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Прикладная физическая культура (элективный модуль)»
(Название дисциплины)

Код направления	09.03.01
Наименование направления/ специальности	Информатика и вычислительная техника
Наименование направленности	Вычислительные машины, комплексы, системы и сети
Форма обучения	заочная

Санкт-Петербург 2018 г.

Лист согласования рабочей программы дисциплины

Программу составил(а)

доцент, к.п.н, доцент

должность, уч. степень, звание



15.05.2018

С.С. Плотникова

Программа одобрена на заседании кафедры № 64

«15»мая 2018 г, протокол № 10

Заведующий кафедрой № 64

д.п.н.,доц.

должность, уч. степень, звание



15.05.2018

В.М. Башкин

Ответственный за ОП 09.03.01(02)

доц.,к.т.н.,доц.

должность, уч. степень, звание



15.05.2018

Н.В. Соловьев

Заместитель директора института (декана факультета) № 4 по методической работе

доц.,к.т.н.,доц.

должность, уч. степень, звание



15.05.2018

А.А.Ключарев

инициалы, фамилия

Аннотация

Дисциплина «Прикладная физическая культура (элективный модуль)» входит в вариативную часть образовательной программы подготовки обучающихся по направлению 09.03.01 «Информатика и вычислительная техника» направленность «Вычислительные машины, комплексы, системы и сети». Дисциплина реализуется кафедрой №64.

Дисциплина нацелена на формирование у выпускника общекультурных компетенций:

ОК-8 «способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности».

Содержание дисциплины охватывает круг вопросов, связанных с изучением основных разделов предмета физической культуры в вузе, направленных на повышение уровня общей физической подготовленности студентов, комплексное развитие основных физических качеств, получение необходимых теоретических и практических умений и навыков при выполнении двигательных действий.

Преподавание дисциплины предусматривает следующие формы организации учебного процесса: практические занятия, самостоятельная работа.

Программой дисциплины предусмотрены следующие виды контроля: текущий контроль успеваемости, промежуточная аттестация, итоговая аттестация в форме зачета.

Общая трудоемкость освоения дисциплины составляет 0 зачетных единиц, 328 часов.

Язык обучения по дисциплине «русский».

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине

1.1. Цели преподавания дисциплины

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 профессиональной деятельности.

Цель физического воспитания достигается решением взаимосвязанных задач:

- оздоровительных и развивающих (укрепление здоровья, гармоническое развитие тела, достижение высокой работоспособности и др.);
- образовательных (приобретение необходимых знаний в области физической культуры);
- воспитательных (формирование потребности в занятиях, в физическом самосовершенствовании, развитие и совершенствование положительных качеств личности, ее морально-волевых, нравственных и эстетических начал).

1.2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ОП

- **ОК-8** «способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности»:
 - **знать** основные методы и средства физической культуры для подготовки к полноценной социальной и профессиональной деятельности;
 - **уметь** использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;
 - **владеть** методами физического воспитания, средствами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности.
 - **иметь** опыт применения методов и средств физической культуры для подготовки к полноценной социальной и профессиональной деятельности.

2. Место дисциплины в структуре ОП

Дисциплина базируется на знаниях, ранее приобретенных студентами при изучении следующих дисциплин:

- Курс физической культуры в средней школе.
- Курс естествознания в средней школе.
- Курс основы безопасности жизнедеятельности в средней школе.

3. Объем дисциплины в ЗЕ/академ. час

Данные об общем объеме дисциплины, трудоемкости отдельных видов учебной работы по дисциплине (и распределение этой трудоемкости по семестрам) представлены в таблице 1

Таблица 1 – Объем и трудоемкость дисциплины

Вид учебной работы	Всего	Трудоемкость по семестрам				
		№ 1	№ 2	№ 3	№ 4	№ 5
1	2	3	4	5	6	7
Общая трудоемкость дисциплины, ЗЕ/(час)	0/ 328	0/ 65	0/ 65	0/ 65	0/ 65	0/ 68
<i>Аудиторные занятия</i> , всего час., <i>В том числе</i>	4					4
лекции (Л), (час)						
Практические/семинарские занятия (ПЗ), (час)	4					4
лабораторные работы (ЛР), (час)						
курсовой проект (работа) (КП, КР), (час)						
Экзамен, (час)						
Самостоятельная работа , всего	324	65	65	65	65	64
Вид промежуточного контроля: зачет, дифф. зачет, экзамен (Зачет, Дифф. зач, Экз.)	, , , , Зачет					Зачет

4. Содержание дисциплины

4.1. Распределение трудоемкости дисциплины по разделам и видам занятий

Разделы и темы дисциплины и их трудоемкость по каждой специализации приведены в таблице 2

Таблица 2. – Разделы, темы дисциплины и их трудоемкость по направлению

Разделы, темы дисциплины	Лекции (час)	ПЗ (СЗ) (час)	ЛР (час)	КП (час)	СРС (час)
Семестр 1					
Раздел 1. Основы техники волейбола					65
Тема 1.1. Основы техники отдельных элементов волейбола					21
Тема 1.2. Основы технико-тактической подготовки игры в волейбол.					21

Тема 1.3. Основы судейства игры в волейбол.					23
Итого в семестре:					65
Семестр 2					
Раздел 2. Основы техники баскетбола					65
Тема 2.1 Основы техники отдельных элементов баскетбола.					21
Тема 2.2 Основы технико-тактической подготовки игры в баскетбол.					21
Тема 2.3. Основы судейства игры баскетбол.					23
Итого в семестре:					65
Семестр 3					
Раздел 3. Основы техники футбола					65
Тема 3.1 Основы техники отдельных элементов футбола.					21
Тема 3.2 Основы технико-тактической подготовки игры в футбол.					21
Тема 3.3. Основы судейства игры в футбол.					23
Итого в семестре:					65
Семестр 4					
Раздел 4. Общая физическая подготовка с элементами легкой атлетики					65
Тема 4.1. Специальные беговые и прыжковые упражнения.					21
Тема 4.2. Кроссовая подготовка.					21
Тема 4.3. Основы техники легкоатлетических прыжков.					23
Итого в семестре:					65
Семестр 5					
Раздел 5. Общая физическая подготовка					64
Тема 5.1 Основы силовой подготовки.		2			32
Тема 5.2 Базовые основы техники при работе на тренажерах.		2			32
					64
Итого:	0	4	0	0	324

4.2. Содержание разделов и тем лекционных занятий

Содержание разделов и тем лекционных занятий приведено в таблице 3.

Таблица 3 - Содержание разделов и тем лекционных занятий

Номер раздела	Название и содержание разделов и тем лекционных занятий
	Учебным планом не предусмотрено

4.3. Практические (семинарские) занятия

Темы практических занятий и их трудоемкость по каждой специализации приведены в таблицах 4

Таблица 4– Практические занятия и их трудоемкость по направлению

№ п/п	Темы практических занятий	Формы практических занятий	Трудоемкость, (час)	№ раздела дисциплины
Семестр 5				
1	Тема 5.1 Основы силовой подготовки.	Групповое занятие под руководством преподавателя	2	5
2	Тема 5.2 Базовые основы техники при работе на тренажерах.	Групповое занятие под руководством преподавателя	2	5
Всего:			4	

4.4. Лабораторные занятия

Темы лабораторных занятий и их трудоемкость приведены в таблице 5.

Таблица 5 – Лабораторные занятия и их трудоемкость

№ п/п	Наименование лабораторных работ	Трудоемкость, (час)	№ раздела дисциплины
Учебным планом не предусмотрено			

4.5. Курсовое проектирование (работа)

Учебным планом не предусмотрено

4.6. Самостоятельная работа студентов

Виды самостоятельной работы и ее трудоемкость приведены в таблице 6.

Таблица 6 Виды самостоятельной работы и ее трудоемкость

Вид самостоятельной работы	Всего, час	Семестр				
		1, час	2, час	3, час	4, час	5, час
1	2	3	4	5	6	7
Самостоятельная работа, всего	324	65	65	65	65	64
изучение теоретического материала дисциплины (ТО)	320	65	65	65	65	60
курсовое проектирование (КП, КР)						
расчетно-графические задания (РГЗ)						
выполнение реферата (Р)						
Подготовка к текущему контролю (ТК)	4					4

домашнее задание (ДЗ)						
контрольные работы заочников (КРЗ)						

5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю);

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся указаны в п.п. 8-10.

6. Перечень основной и дополнительной литературы

6.1. Основная литература

Перечень основной литературы приведен в таблице 7.

Таблица 7 – Перечень основной литературы

Шифр	Библиографическая ссылка / URL адрес	Количество экземпляров в библиотеке (кроме электронных экземпляров)
Ч С 17	Самостоятельная физическая подготовка студентов на примере легкой атлетики [Текст] : учебно-методическое пособие / С.-Петерб. гос. ун-т аэрокосм. приборостроения ; сост.: А. А. Евгеньев, Е. Г. Шубин, В. М. Башкин. - СПб. : Изд-во ГУАП, 2012	СО(БМ)(20) ФУК(Гастелло)(10) Ленсовета(7) ИФ(3)
Ч И 60	Индивидуальная коррекция тренировочной нагрузки по состоянию центральной нервной системы и нервно-мышечного аппарата спортсменов [Текст] : методические указания / С.-Петерб. гос. ун-т аэрок. приборостроения ; сост.: В. М. Башкин, Е. А. Евгеньев. - СПб. : Изд-во ГУАП, 2012.	СО(БМ)(20) ФУК(Гастелло)(10) Ленсовета(7) ИФ(3)
Ч Е 91	Ефимова-Комарова, Людмила Борисовна. Физическая культура студента специальной медицинской группы [Текст] : учебно-методическое пособие для студентов специального учебного отделения / Л. Б. Ефимова-Комарова, Л. А. Кирьянова, Т. А. Башкина ; С.-Петерб. гос. ун-т аэрокосм. приборостроения. - СПб. : Изд-во ГУАП, 2013.	ЛС-19 Чз ЛС-1 СО(БМ)-20 ФУК(Гастелло)-25

6.2. Дополнительная литература

Перечень дополнительной литературы приведен в таблице 8.

Таблица 8 – Перечень дополнительной литературы

Шифр	Библиографическая ссылка/ URL адрес	Количество экземпляров в библиотеке (кроме электронных экземпляров)
Ч Т 33	Теория и практика дартса [Текст] : методическое пособие / С.-Петерб. гос. ун-т аэрокосм. приборостроения ; сост. А. С. Сидоренко [и др.]. - СПб. : Изд-во ГУАП, 2015. - 19 с.	70
Ч С 34	Основы спортивного туризма в высших и средних-специальных учебных заведениях [Текст] : учебно-методическое пособие / А. С. Сидоренко ; С.-Петерб. гос. ун-т аэрокосм. приборостроения. - СПб. : Изд-во ГУАП, 2017. - 94 с.	35
Ч С 34	Основы общей физической и специальной технической подготовленности студентов, занимающихся футболом [Текст] : учебно-методическое пособие / А. С. Сидоренко. - СПб. : Изд-во ГУАП, 2017. - 60 с.	37

7. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети ИНТЕРНЕТ, необходимых для освоения дисциплины

Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети ИНТЕРНЕТ, необходимых для освоения дисциплины приведен в таблице 9.

Таблица 9 – Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети ИНТЕРНЕТ, необходимых для освоения дисциплины

URL адрес	Наименование
http://lib.sportedu.ru/Catalog.idc	Электронный каталог Центральной отраслевой библиотеки по физической культуре и спорту. /
http://www.minsport.gov.ru/	Министерство спорта РФ
http://kfis.spb.ru/	Комитет по физической культуре и спорту СПб
http://www.studsport.ru	Российский студенческий спортивный союз.
http://www.gto.ru/	Официальный портал комплекса ГТО.

8. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

8.1 Перечень программного обеспечения

Перечень используемого программного обеспечения представлен в таблице 10.

Таблица 10 – Перечень программного обеспечения

№ п/п	Наименование
1.	Microsoft Windows (номер лицензии:62047569)
2.	Microsoft Office (номер лицензии:61351237)

8.2 Перечень информационно-справочных систем

Перечень используемых информационно-справочных систем представлен в таблице 11.

Таблица 11 – Перечень информационно-справочных систем

№ п/п	Наименование
1	Справочно-правовая система «Консультант Плюс»
2	ЭБС ZNANIUM
3	ЭБС издательства ЛАНЬ

9. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Состав материально-технической базы представлен в таблице 12.

Таблица 12 – Состав материально-технической базы

№ п/п	Наименование составной части материально-технической базы	Номер аудитории (при необходимости)
1	Спортивный зал с отдельными секциями по видам спорта (с инвентарным обеспечением) - 90/21 для проведения практических занятий - укомплектован специализированными техническими средствами и тренажерами, служащими для реализации учебной программы по физической культуре.	14-01
2	Спортивный зал (с инвентарным обеспечением) 29.70/15.87 для проведения практических занятий - укомплектован специализированными техническими средствами и тренажерами, служащими для реализации учебной программы по физической культуре.	13-10
3	Тренажерный зал (с инвентарным обеспечением) 20.10/6.45 для проведения практических занятий - укомплектован специализированными техническими средствами и тренажерами, служащими для реализации учебной программы по физической культуре.	12-25
4	Зал общей физической подготовки (с инвентарным обеспечением) 8.5/3.5 для проведения практических занятий - укомплектован специализированными техническими средствами и тренажерами, служащими для реализации учебной программы по физической культуре.	12-26

10. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

10.1 Состав фонда оценочных средств приведен в таблице 13

Таблица 13 - Состав фонда оценочных средств для промежуточной аттестации

Вид промежуточной аттестации	Примерный перечень оценочных средств
Зачет	Контрольное тестирование по нормативам в табл.17.1-17.2
Зачет	Рефератная работа только для студентов специальной медицинской группы Б (освобожденных от практических занятий)

10.2. Перечень компетенций, относящихся к дисциплине, и этапы их формирования в процессе освоения образовательной программы приведены в таблице 14.

Таблица 14 – Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Номер семестра	Этапы формирования компетенций по дисциплинам/практикам в процессе освоения ОП
ОК-8 «способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности»	
1	Прикладная физическая культура (элективный модуль)
2	Прикладная физическая культура (элективный модуль)
3	Прикладная физическая культура (элективный модуль)
4	Прикладная физическая культура (элективный модуль)
5	Прикладная физическая культура (элективный модуль)
6	Физическая культура

10.3. В качестве критериев оценки уровня сформированности (освоения) у обучающихся компетенций применяется **шкала модульно–рейтинговой системы университета**.

В таблице 15 представлена 100–балльная и 4–балльная шкалы для оценки сформированности компетенций.

Таблица 15 –Критерии оценки уровня сформированности компетенций

Оценка компетенции		Характеристика сформированных компетенций
100-балльная шкала	4-балльная шкала	
$85 \leq K \leq 100$	«отлично» «зачтено»	<ul style="list-style-type: none"> - обучающийся глубоко и всесторонне усвоил программный материал; - уверенно, логично, последовательно и грамотно его излагает; - опираясь на знания основной и дополнительной литературы, тесно привязывает усвоенные научные положения с практической деятельностью направления; - умело обосновывает и аргументирует выдвигаемые им идеи; - делает выводы и обобщения; - свободно владеет системой специализированных понятий.
$70 \leq K \leq 84$	«хорошо» «зачтено»	<ul style="list-style-type: none"> - обучающийся твердо усвоил программный материал, грамотно и по существу излагает его, опираясь на знания основной литературы; - не допускает существенных неточностей; - увязывает усвоенные знания с практической деятельностью направления; - аргументирует научные положения; - делает выводы и обобщения; - владеет системой специализированных понятий.
$55 \leq K \leq 69$	«удовлетворительно» «зачтено»	<ul style="list-style-type: none"> - обучающийся усвоил только основной программный материал, по существу излагает его, опираясь на знания только основной литературы; - допускает несущественные ошибки и неточности; - испытывает затруднения в практическом применении знаний направления; - слабо аргументирует научные положения; - затрудняется в формулировании выводов и обобщений; - частично владеет системой специализированных понятий.

$K \leq 54$	«неудовлетворительно» «не зачтено»	<ul style="list-style-type: none"> - обучающийся не усвоил значительной части программного материала; - допускает существенные ошибки и неточности при рассмотрении проблем в конкретном направлении; - испытывает трудности в практическом применении знаний; - не может аргументировать научные положения; - не формулирует выводов и обобщений.
-------------	---------------------------------------	---

10.4. Типовые контрольные задания или иные материалы:

1. Вопросы (задачи) для экзамена (таблица 16)

Таблица 16 – Вопросы (задачи) для экзамена

№ п/п	Перечень вопросов (задач) для экзамена
	Учебным планом не предусмотрено

2. Вопросы (задачи) для зачета / дифференцированного зачета (таблица 17)

Таблица 17.1 – Контрольные нормативы по дисциплине

юноши

Контрольные и зачетные нормативы	ед. изм	баллы				
		5	4	3	2	1
Прыжок в длину с места	м	2.30	2.10	2.00	1.90	1.70
Сгибание рук в упоре лежа	раз	32	28	25	16	8
Челночный бег 10×10 метров	сек	28.0	29.0	30.0	31.0	32.0
Подъем туло-вища из и.п. лежа на спине	раз/ мин	50	40	30	20	10

девушки

Контрольные и зачетные нормативы	ед. изм	баллы				
		5	4	3	2	1
Прыжок в длину с места	м	1.85	1.70	1.60	1.45	1.30
Сгибание рук в упоре лежа	раз	16	10	9	6	3
Челночный бег 10×10 метров	сек	31.0	32.0	33.0	34.0	35.0

Прыжки на скакалке	раз/мин	110	100	90	75	50
--------------------	---------	-----	-----	----	----	----

Таблица 17.2 – Критерии оценки контрольных нормативов по дисциплине

Оценка итогов контрольного тестирования студентов по спортивно-технической и прикладной подготовленности	Отлично	Хорошо	Удовлетворительно
Средняя оценка тестов в баллах	4,5	3,5	2,5

Примерная тематика реферативных работ по дисциплине для студентов специальной группы Б (освобожденных от практических занятий по физической культуре) :

Примерные темы и этапы подготовки реферативных работ для студентов, освобожденных от практических занятий физической культурой и спортом.

Этапы:

5-ый семестр. Диагноз и краткая характеристика заболевания студента. Двигательный режим.

5 семестр

1. Роль лечебной физической культуры (ЛФК) в системе медицинской реабилитации.
2. ЛФК при заболеваниях органов дыхания.
3. ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
4. ЛФК при заболеваниях нервной системы.
5. ЛФК при черепно-мозговой травме.
6. ЛФК при заболеваниях мочеполовой системы.
7. ЛФК при заболеваниях эндокринной системы.
8. ЛФК при заболеваниях опорно-двигательного аппарата.
9. ЛФК после перенесенных травм.
10. ЛФК при заболеваниях органов зрения.
11. ЛФК при ЛОР-заболеваниях.
12. ЛФК при заболеваниях желез внутренней секреции.
13. ЛФК при заболеваниях желудочно-кишечного тракта.
14. Физическая культура и объемы нагрузок при аллергопатологии.
15. ЛФК при нарушениях осанки.
16. ЛФК в разные триместры беременности.
17. Роль физической культуры в укреплении и сохранении здоровья.
18. Основы методики регуляции эмоциональных состояний человека (аутогенная тренировка, психофизическая тренировка, медитация).
19. Основы методики самомассажа.
20. Нетрадиционные оздоровительные методики.
21. Традиционные и нетрадиционные методики дыхательной гимнастики.
22. Характеристика, содержание и направленность популярных частных методик оздоровительных видов гимнастики
23. Обмен углеводов и минеральных веществ при физической нагрузке.

24. Воздействие природных и социально-экологических факторов на организм и жизнедеятельность человека.

Темы рефератов могут совпадать, но быть разными по содержанию.

3. **Темы и задание для выполнения курсовой работы / выполнения курсового проекта** (таблица 18)

Таблица 18 – Примерный перечень тем для выполнения курсовой работы / выполнения курсового проекта

№ п/п	Примерный перечень тем для выполнения курсовой работы / выполнения курсового проекта
	Учебным планом не предусмотрено

4. **Вопросы для проведения промежуточной аттестации при тестировании** (таблица 19)

Таблица 19 – Примерный перечень вопросов для тестов

№ п/п	Примерный перечень вопросов для тестов
	Учебным планом не предусмотрено

5. **Контрольные и практические задачи / задания по дисциплине** (таблица 20)

Таблица 20 – Примерный перечень контрольных и практических задач / заданий

№ п/п	Примерный перечень контрольных и практических задач / заданий
	Учебным планом не предусмотрено

10.5. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и / или опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций, содержатся в Положениях «О текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации студентов ГУАП, обучающихся по программы высшего образования» и «О модульно-рейтинговой системе оценки качества учебной работы студентов в ГУАП».

11. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

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

Процесс занятий физической культурой предусматривает решение следующих воспитательных, образовательных, развивающих и оздоровительных задач:

- воспитание потребности в физическом самосовершенствовании и здоровом образе жизни;

- формирование системы теоретических знаний и практических умений в области физической культуры;
- обеспечение необходимого уровня профессиональной готовности будущих специалистов, включающей физическую подготовленность, тренированность, работоспособность, развитие профессионально значимых физических качеств и психомоторных способностей;
- полноценное использование средств физической культуры для профилактики заболеваний, сохранения и укрепления здоровья, овладение умениями по самоконтролю в процессе физкультурно-спортивных занятий.

Занятия проводятся в виде практических занятий.

Методические указания для обучающихся по прохождению практических занятий

Практическое занятие является одной из основных форм организации учебного процесса, заключающаяся в выполнении обучающимися под руководством преподавателя комплекса учебных заданий с целью усвоения научно-теоретических основ учебной дисциплины, приобретения умений и навыков, опыта творческой деятельности.

Целью практического занятия для обучающегося является привитие обучающемуся умений и навыков практической деятельности по изучаемой дисциплине.

Планируемые результаты при освоении обучающимся практических занятий:

- закрепление, углубление, расширение и детализация знаний при решении конкретных задач;
- развитие познавательных способностей, самостоятельности мышления, творческой активности;
- овладение новыми методами и методиками изучения конкретной учебной дисциплины;
- выработка способности рациональных двигательных умений и навыков;
- обеспечение рационального сочетания теоретической и практической форм обучения.

Функции практических занятий:

- познавательная;
- общеразвивающая;
- оздоровительная;
- воспитательная.

Формы организации практических занятий определяются в соответствии со специфическими особенностями учебной дисциплины и целями обучения. Они могут проводиться:

- в форме групповых занятий;
- в форме круговой тренировки,
- в индивидуальной форме,

- в игровой форме.

Методика проведения практического занятия может быть различной, при этом важно достижение общей цели дисциплины.

Требования к проведению практических занятий

- Наличие допуска спортивного врача к занятиям по физической культуре (при наличии справки из поликлиники ГУАП)
- Спортивная форма, спортивная обувь.

Методические указания для обучающихся по прохождению самостоятельной работы

В процессе выполнения самостоятельной работы по тематике курса Физическая культура у студентов формируются навыки самоподготовки, которые позволяют им развивать умения и навыки в усвоении и систематизации приобретаемых знаний по физической культуре, обеспечивают высокий уровень успеваемости, способствуют дальнейшему повышению уровня профессионализма. Порядок и трудоемкость освоения тем курса студентами в рамках самостоятельной работы обозначены в таблице 2 данной РПД. Виды самостоятельной работы студентов (изучение теоретического материала физической культуры) и их трудоёмкость обозначены в таблице 6 данной РПД.

В качестве самостоятельной учебно-исследовательской работы студенты, показавшие высокий уровень владения материалом по дисциплине, выступают с докладом на тему физической культуры и спорта секции ежегодной (апрельской) студенческой конференции ГУАП. Лучшие доклады студентов публикуются в виде статей в научном сборнике конференции.

Методические указания для обучающихся по прохождению промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация обучающихся предусматривает оценивание промежуточных и окончательных результатов обучения по дисциплине. Она включает в себя:

- зачет – это форма оценки знаний, полученных обучающимся в ходе изучения учебной дисциплины в целом или промежуточная (по окончании семестра) оценка знаний обучающимся по отдельным разделам дисциплины с аттестационной оценкой «зачтено» или «не зачтено».

Система оценок при проведении промежуточной аттестации осуществляется в соответствии с требованиями Положений «О текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации студентов ГУАП, обучающихся по программы высшего образования»

Требования к получению итоговой аттестации за семестр

- **Для студентов основного отделения:**
 - Наличие медицинского осмотра (без него студент не допускается к практическим занятиям).
 - Посещение учебных занятий по расписанию
 - Выполнение установленных на данный семестр контрольных нормативов (с оценкой не менее 2,5 по среднему баллу. (табл. 17.1, 17.2).
- **Для студентов специального медицинского отделения «Б»:**
 - Наличие медицинского осмотра (без него студент не допускается к практическим занятиям).

- Успешное выполнение и защита рефератной работы по предложенной тематике.

Лист внесения изменений в рабочую программу дисциплины

Дата внесения изменений и дополнений. Подпись внесшего изменения	Содержание изменений и дополнений	Дата и № протокола заседания кафедры	Подпись зав. кафедрой