

Документ подписан простой электронной подписью Информация о владельце: ФИО: Меркулов Евгений Сергеевич Должность: и.о. ректора Дата подписания: 01.04.2018 07:37:58 Уникальный программный ключ: 39428e82d614a3cd984f917b018f0fd2c07162daab517ab683d92f16379b6e7c	ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2018
Рабочая программа дисциплины «Прикладная физическая культура» для направления подготовки 06.03.01 «Биология», профиль подготовки «Биоэкология»		

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Камчатский государственный университет имени Витуса Беринга»

Рассмотрено и утверждено
на заседании кафедры физического воспитания
«__» _____ 2018 г., протокол № __

Зав. кафедрой физического воспитания
_____ Л.А. Баранова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Прикладная физическая культура

Направление подготовки: 06.03.01 «Биология»

Профили подготовки: «Биоэкология»

Квалификация выпускника: бакалавр

Формы обучения: очная

Курс 1 - 4 **Семестр:** 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8.

Зачет: 1, 2, 4, 6, 8 семестр

Петропавловск-Камчатский 2018 г.

ОПОП		СМК-РПД-В1.П2-2018
Рабочая программа дисциплины «Прикладная физическая культура» для направления подготовки 06.03.01 «Биология», профиль подготовки «Биоэкология»		

СОДЕРЖАНИЕ

1. Цель и задачи освоения дисциплины	4
2. Место дисциплины в структуре ОП ВО	4
3. Планируемые результаты обучения по дисциплине	4
4. Содержание дисциплины	6
5. Тематическое планирование	8
6. Самостоятельная работа	19
7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	20
8. Формы и критерии оценивания учебной деятельности студента	21
9. Материально-техническая база	23

ОПОП		СМК-РПД-В1.П2-2018
Рабочая программа дисциплины «Прикладная физическая культура» для направления подготовки 06.03.01 «Биология», профиль подготовки «Биоэкология»		

Рабочая программа составлена с учетом требований федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 06.03.01 Биология, утвержденного Приказом Минобрнауки России от 07.08.2014 №944.

Составитель:
доцент кафедры физического воспитания

_____ Л.А. Баранова
(подпись)

ОПОП		СМК-РПД-В1.П2-2018
Рабочая программа дисциплины «Прикладная физическая культура» для направления подготовки 06.03.01 «Биология», профиль подготовки «Биоэкология»		

1. Цель и задачи освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины является формирование навыков использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья; достижение общей физической подготовленности, формирование физической культуры личности, т.е. потребности и способности методически обоснованно и целенаправленно использовать средства физической культуры для обеспечения профессиональной надежности, что позволит выпускнику успешно работать в избранной сфере деятельности, а также обладать универсальными и специализированными компетенциями для самоутверждения, социальной мобильности и устойчивости на рынке труда.

Задачи освоения дисциплины:

- содействие гармоничному развитию личности будущего специалиста;
- формирование понимания социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- обеспечение условий для естественного процесса физического развития студентов
- достижение физической подготовки личности, соответствующей возрастным особенностям студентов;
- сохранение и укрепление здоровья студентов в период напряженного умственного труда в высшем учебном заведении;
- формирование посредством профессионально прикладной физической подготовки профессионально важных физических, психических и специальных качеств, обеспечивающих надежность выпускников в будущей трудовой деятельности;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

2. Место дисциплины в структуре ОП ВО.

Блок 1. Дисциплины (модули). Для освоения дисциплины необходимы знания, умения и компетенции, полученные в средней общеобразовательной школе. Дисциплина является компонентом общей культуры, психофизического становления и профессиональной подготовки студента. Дисциплина осваивается в течение всего периода обучения (1-4 курс) и осуществляется на основе овладения двигательными действиями, умениями, навыками при изучении таких ее разделов как «Легкая атлетика», «Гимнастика», «Спортивные игры» – волейбол, баскетбол, бадминтон, мини-футбол, настольный теннис и др.

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки:

ОК-8	способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной	знать:	роль физической культуры в развитии человека и подготовке специалиста, основы физической культуры и здорового образа жизни.
		уметь:	на основе самодиагностики физического состояния отбирать и реализовать методы поддержания физического здоровья.
		владеть	системой практических умений и навыков,

ОПОП		СМК-РПД-В1.П2-2018
Рабочая программа дисциплины «Прикладная физическая культура» для направления подготовки 06.03.01 «Биология», профиль подготовки «Биоэкология»		

	социальной и профессиональной деятельности	:	обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств, самоопределение в физической культуре.
--	--	---	--

4. Содержание дисциплины

РАЗДЕЛ 1. ГИМНАСТИКА. ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

МОДУЛЬ 1. ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

Тема 1. Гимнастика

Основы техники безопасности на занятиях гимнастикой. Включает в себя элементы спортивной и художественной гимнастики, шейпинга, аэробики, танца и других современных разновидностей гимнастических упражнений (стретчинг, Пилатес, Йога и т.д.); разнообразные комплексы общеразвивающих упражнений, элементы специальной физической подготовки, подвижные игры для развития силы, быстроты, общей и силовой выносливости, прыгучести, гибкости, ловкости, координационных способностей, социально и профессионально необходимых двигательных умений, и навыков. Основы производственной гимнастики. Составление комплексов упражнений (различные виды и направленности воздействия).

Тема 2. Легкая атлетика

Основы техники безопасности на занятиях легкой атлетикой. Ознакомление, обучение и овладение двигательными навыками и техникой видов лёгкой атлетики. Совершенствование знаний, умений, навыков и развитие физических качеств в лёгкой атлетике. Техника выполнения легкоатлетических упражнений. Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма средствами лёгкой атлетики. Специальная физическая подготовка в различных видах лёгкой атлетики. Способы и методы самоконтроля при занятиях лёгкой атлетикой. Особенности организации и планирования занятий лёгкой атлетикой в связи с выбранной профессией.

РАЗДЕЛ 2. СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ

МОДУЛЬ 1. БАСКЕТБОЛ

Тема 1. Баскетбол

Основы техники безопасности на занятиях баскетбола. Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка (упражнения для развития, силы, быстроты, общей и скоростной выносливости, прыгучести, гибкости, скоростной реакции, упражнения для развития ориентировки). Освоение техники передвижений, остановки и поворотов без мяча и с мячом, передачи мяча одной и двумя руками на месте и в движении, ловли мяча одной и двумя руками, ведения мяча, обводка противника, бросков мяча с места, в движении, одной и двумя руками. Обманные движения (финты), финт на проход, финт на бросок в корзину, финт на рывок; техника защиты; техника перемещений (основная, защитная стойка и все виды перемещений защитника), техника овладения мячом, вырывание и выбивание мяча, перехват. Противодействие ведению, проходам, броскам в корзину; овладение мячом, отскочившим от щита. Правила игры и основы судейства.

ОПОП		СМК-РПД-В1.П2-2018
Рабочая программа дисциплины «Прикладная физическая культура» для направления подготовки 06.03.01 «Биология», профиль подготовки «Биоэкология»		

МОДУЛЬ 2. ВОЛЕЙБОЛ

Тема 1. Волейбол

Основы техники безопасности на занятиях волейболом. Изучение, овладение основными приёмами техники волейбола (перемещение, приём и передача мяча, подачи, нападающие удары, блокирование). Совершенствование навыков игры в волейбол. Общая и специальная подготовка волейболиста. Обучение правилам игры в волейбол. Обучение верхней передаче мяча двумя руками. Обучение нижней передаче мяча двумя руками. Обучение перемещению на площадке в стойках. Обучение подачи мяча: прямой нижней, прямой верхней. Обучение приему мяча с подачи. Обучение прямому нападающему удару. Обучение технике блокирования. Обучение технике нападающего удара и блокирования. Обучение передаче мяча через сетку с перемещением. Сочетание перемещений и приемов. Обучение технике и тактике игры в волейбол. Техника и тактика игры. Правила соревнований, основы судейства.

МОДУЛЬ 3. НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС

Тема 1. Настольный теннис

Основы техники безопасности на занятиях настольным теннисом. Обучение техники владения ракеткой. Обучение техники защиты. Обучение техники нападения. Учебная игра

МОДУЛЬ 4. ПЛАВАНИЕ. ЛЫЖНЫЙ СПОРТ*¹

Тема 1. Плавание

Основы техники безопасности на занятиях по плаванию. Начальное обучение плаванию. Подвижные игры в воде. Освоение техники способов плавания (кроль на груди, кроль на спине, брасс, дельфин). Старты и повороты. Правила поведения на воде. Спасение утопающих, первая помощь. Общая и специальная подготовка пловца (общие и специальные упражнения на суше). Акваэробика. Правила соревнований, основы судейства.

Тема 2. Лыжный спор

Основы техники безопасности на занятиях по лыжному спорту. Освоение техники лыжных ходов. Повороты. Подъемы и спуски с гор. Прохождение дистанции. Правила соревнований, основы судейства.

МОДУЛЬ 5. СПЕЦИАЛИЗАЦИЯ

Тема 1. Специализация

Избранный вид спорта. Общая и специальная физическая подготовка в избранном виде спорта. Спортивное совершенствование. Участие в соревнованиях. Помощь в судействе.

¹ *Занятия плаванием и лыжной подготовкой предусмотрены вне сетки часов как дополнительные.
Примечание: Занятия плаванием вводятся в практический раздел курса и включаются в сетку часов по решению кафедры физического воспитания при наличии необходимой материально-технической базы.

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2018
Рабочая программа дисциплины «Прикладная физическая культура» для направления подготовки 06.03.01 «Биология», профиль подготовки «Биоэкология»	

5. Тематическое планирование

Тематическое планирование

1. Дисциплина

Индекс по ФГОС, Наименование: , Прикладная физическая культура

2. Направление подготовки (специальность)

Шифр по ФГОС, Наименование 06.03.01, «Биология», профиль «Биоэкология»

3. Группа

Шифр группы, курс, семестр Бб-18, 1 курс, 1 семестр

4. Преподаватель

Фамилия Имя Отчество, должность, кафедра физического воспитания

Модули дисциплины

№	Наименование модуля	Лекции	Практики/ семинары	Лабораторные	Сам. работа	Всего, часов
1	Легкая атлетика.	0	18	0	0	18
2	Баскетбол.	0	28	0	0	28
	Всего	0	46	0	0	46

Тематический план

Модуль 1

№ темы	Тема	Вид занятия	Обязательн о	Кол-во часов	Множитель	Контроль по модулю
	Практические занятия (семинары)					
1	Легкая атлетика. Обучение техники бега на короткие дистанции.	Пр/сем		2	1	ОК-8
2	Легкая атлетика. Обучение низкому и высокому старту, стартовому разбегу.	Пр/сем		2	1	ОК-8
3	Легкая атлетика. Обучение техники бега по прямой дистанции.	Пр/сем		2	1	ОК-8
4	Легкая атлетика. Обучение техники бега по повороту и правильному бегу при выходе с поворота на прямую часть дорожки.	Пр/сем		2	1	ОК-8
5	Легкая атлетика. Обучение техники бега на средние и длинные дистанции.	Пр/сем		2	1	ОК-8
6	Легкая атлетика. Обучение техники прыжков в длину с разбега.	Пр/сем		2	1	ОК-8
7	Легкая атлетика. Сдача контрольных нормативов.	Пр/сем		2	1	ОК-8

ОПОП		СМК-РПД-В1.П2-2018
Рабочая программа дисциплины «Прикладная физическая культура» для направления подготовки 06.03.01 «Биология», профиль подготовки «Биоэкология»		

8	Легкая атлетика. Обучение техники метания мяча.	Пр/сем		2	1	ОК-8
9	Легкая атлетика. Обучение техники метания гранаты.	Пр/сем		2	1	ОК-8

Модуль 2

№ темы	Тема	Вид занятия	Обязательное	Кол-во часов	Множитель	Контроль по модулю
10	Баскетбол. Обучение правилам игры в баскетбол. Обучение передачи мяча двумя руками на месте, в движении, в прыжке.	Пр/сем		2	1	ОК-8
11	Баскетбол. ловля мяча двумя руками при встречном движении, поступательном, при движении с боку.	Пр/сем		2	1	ОК-8
12	Баскетбол. Обучение ведению мяча с высоким и низким отскоком.	Пр/сем		2	1	ОК-8
13	Баскетбол. Обучение броскам в корзину (двумя руками сверху, двумя руками снизу, от груди)	Пр/сем		2	1	ОК-8
14	Баскетбол. Обучение броскам в корзину двумя руками с отскоком от щита, без отскока от щита.	Пр/сем		2	1	ОК-8
15	Баскетбол. Броски в корзину двумя руками в движении, в прыжке.	Пр/сем		2	1	ОК-8
16	Баскетбол. Броски в корзину двумя руками (средние, ближние, прямо перед щитом, под углом к щиту).	Пр/сем		2	1	ОК-8
17	Баскетбол. Броски в корзину одной рукой сверху, от плеча, снизу.	Пр/сем		2	1	ОК-8
18	Баскетбол. Броски в корзину одной рукой в движении, в прыжке.	Пр/сем		2	1	ОК-8
19	Баскетбол. Обучение техники остановки: поворотом, прыжком, двумя шагами.	Пр/сем		2	1	ОК-8
20	Баскетбол. Обводка соперника с переводом под ногой, за спиной.	Пр/сем		2	1	ОК-8
21	Баскетбол. Обучение тактическим приемам ведения игры.	Пр/сем		2	1	ОК-8
22	Баскетбол. Двухсторонняя учебная игра по упрощенным правилам.	Пр/сем		2	1	ОК-8
23	Баскетбол. Двухсторонняя учебная игра по упрощенным правилам.	Пр/сем		2	1	ОК-8

Тематическое планирование

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2018
Рабочая программа дисциплины «Прикладная физическая культура» для направления подготовки 06.03.01 «Биология», профиль подготовки «Биоэкология»	

5. Дисциплина

Индекс по ФГОС, Наименование: Прикладная физическая культура

6. Направление подготовки (специальность)

Шифр по ФГОС, Наименование 06.03.01, «Биология», профиль «Биоэкология»

7. Группа

Шифр группы, курс, семестр Бб-18, 1 курс, 2 семестр

8. Преподаватель

Фамилия Имя Отчество, должность, кафедра физического воспитания

Модули дисциплины

№	Наименование модуля	Лекции	Практики/ семинары	Лабораторные	Сам. работа	Всего, часов
1	Волейбол	0	34	0	0	34
2	Настольный теннис	0	12	0	0	12
	Всего	0	46	0	0	46

**Тематический план
Модуль 1**

№ темы	Тема	Вид занятия	Обязательн о	Кол-во часов	Множ итель	Контр оль по модул ю
	Практические занятия (семинары)					
1	Волейбол. Обучение правилам игры в волейбол.	Пр/сем		2	1	ОК-8
2	Волейбол. Обучение верхней передаче мяча двумя руками.	Пр/сем		2	1	ОК-8
3	Волейбол. Обучение нижней передаче мяча двумя руками.	Пр/сем		2	1	ОК-8
4	Волейбол. Обучение перемещению на площадке в стойках.	Пр/сем		2	1	ОК-8
5	Волейбол. Обучение подачи мяча: прямой нижней, прямой верхней.	Пр/сем		2	1	ОК-8
6	Волейбол. Обучение приему мяча с подачи.	Пр/сем		2	1	ОК-8
7	Волейбол. Обучение прямому нападающему удару.	Пр/сем		2	1	ОК-8
8	Волейбол. Обучение техники блокирования.	Пр/сем		2	1	ОК-8
9	Волейбол. Обучение технике нападающего удара и блокирования.	Пр/сем		2	1	ОК-8
10	Волейбол. Обучение передаче мяча через сетку с перемещением.	Пр/сем		2	1	ОК-8
11	Волейбол. Сочетание перемещений и приемов.	Пр/сем		2	1	ОК-8
12	Эстафеты с набивными мячами.	Пр/сем		2	1	ОК-8

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2018
Рабочая программа дисциплины «Прикладная физическая культура» для направления подготовки 06.03.01 «Биология», профиль подготовки «Биоэкология»	

13	Волейбол. Обучение технике и тактике игры в волейбол.	Пр/сем		2	1	ОК-8
14	Волейбол. Двухсторонняя учебная игра.	Пр/сем		2	1	ОК-8
15	Волейбол. Двухсторонняя учебная игра.	Пр/сем		2	1	ОК-8
16	Контрольные нормативы.	Пр/сем		2	1	ОК-8
17	Подвижные игры.	Пр/сем		2	1	ОК-8

Модуль 2

№ темы	Тема	Вид занятия	Обязательн о	Кол-во часов	Множитель	Контроль по модулю
18	Настольный теннис. Обучение техники владения ракеткой	Пр/сем	+	2	1	ОК-8
19	Настольный теннис. Обучение техники защиты.	Пр/сем		2	1	ОК-8
20	Настольный теннис. Обучение техники нападения.	Пр/сем		2	1	ОК-8
21	Настольный теннис. Учебная игра	Пр/сем		2	1	ОК-8
22	Настольный теннис. Учебная игра.	Пр/сем		2	1	ОК-8
23	Настольный теннис. Учебная игра.	Пр/сем		2	1	ОК-8

Тематическое планирование

9. Дисциплина

Индекс по ФГОС, Наименование: , Прикладная физическая культура

10. Направление подготовки (специальность)

Шифр по ФГОС, Наименование 06.03.01, «Биология», профиль «Биоэкология»

11. Группа

Шифр группы, курс, семестр Бб-17, 2 курс, 3 семестр

12. Преподаватель

Фамилия Имя Отчество, должность, кафедра физического воспитания

Модули дисциплины

№	Наименование модуля	Лекции	Практики/ семинары	Лабораторные	Сам. работа	Всего, часов
1	Легкая атлетика	0	14	0	0	14
2	Волейбол	0	26	0	0	26
	Всего	0	40	0	0	40

Тематический план Модуль 1

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2018
Рабочая программа дисциплины «Прикладная физическая культура» для направления подготовки 06.03.01 «Биология», профиль подготовки «Биоэкология»	

№ темы	Тема	Вид занятия	Обязательное	Кол-во часов	Множитель	Контроль по модулю
	Практические занятия (семинары)					
1	Легкая атлетика. Совершенствование техники бега на короткие дистанции с низкого старта.	Пр/сем		2	1	ОК-8
2	Легкая атлетика. Совершенствование техники стартового разбега и перехода от стартового разбега к бегу на дистанции.	Пр/сем		2	1	ОК-8
3	Легкая Атлетика. Дальнейшее обучение технике бега по повороту и правильному бегу при выходе с поворота на прямую часть дорожки.	Пр/сем		2	1	ОК-8
4	Легкая атлетика. Совершенствование техники низкого старта и техники финиширования.	Пр/сем		2	1	ОК-8
5	Легкая атлетика. Совершенствование техники бега высокого старта и стартового ускорения.	Пр/сем		2	1	ОК-8
6	Сдача контрольных нормативов.	Пр/сем		2	1	ОК-8
7	Легкая атлетика. Эстафеты.	Пр/сем		2	1	ОК-8

№ темы	Тема	Вид занятия	Обязательное	Кол-во часов	Множитель	Контроль по модулю
8	Волейбол. Дальнейшее обучение верхней передаче мяча двумя руками.	Пр/сем		2	1	ОК-8
9	Волейбол. Дальнейшее обучение нижней передаче мяча двумя руками.	Пр/сем		2	1	ОК-8
10	Волейбол. Обучение технике перемещения на площадке и приемов.	Пр/сем		2	1	ОК-8
11	Волейбол. Обучение подаче мяча (прямой нижней, прямой верхней).	Пр/сем		2	1	ОК-8
12	Волейбол. Передачи мяча через сетку с перемещением.	Пр/сем		2	1	ОК-8
13	Волейбол. Обучение приему мяча снизу двумя руками после подачи.	Пр/сем		2	1	ОК-8
14	Волейбол. Дальнейшее обучение прямому нападающему удару.	Пр/сем		2	1	ОК-8
15	Волейбол. Обучение технике одиночного блокирования.	Пр/сем		2	1	ОК-8
16	Волейбол. Нападающий удар и блокирование.	Пр/сем		2	1	ОК-8

ОПОП		СМК-РПД-В1.П2-2018
Рабочая программа дисциплины «Прикладная физическая культура» для направления подготовки 06.03.01 «Биология», профиль подготовки «Биоэкология»		

6	Баскетбол. Броски в корзину одной рукой сверху, снизу, от плеча, сверху вниз.	Пр/сем		2	1	ОК-8
7	Баскетбол. Совершенствование техники перехвата и овладения мячом. Совершенствование техники игры и бросков по кольцу.	Пр/сем		2	1	ОК-8
8	Баскетбол. Совершенствование быстрого прорыва, эшелонного прорыва.	Пр/сем		2	1	ОК-8
9	Баскетбол. Совершенствование защитных действий игрока, накрывание мяча.	Пр/сем		2	1	ОК-8
10	Практика / семинар 10	Пр/сем		2	1	ОК-8
11	Баскетбол. Совершенствование в вырывании и выбивании мяча.	Пр/сем		2	1	ОК-8
12	Баскетбол. Совершенствование зонной защиты, личной зонной и смешанной защиты.	Пр/сем		2	1	ОК-8
13	Баскетбол. Совершенствование обманных действий. Штрафные броски.	Пр/сем		2	1	ОК-8
14	Баскетбол. Учебная игра в численном большинстве.	Пр/сем		2	1	ОК-8
15	Баскетбол. Двухсторонняя учебная игра.	Пр/сем		2	1	ОК-8
16	Сдача контрольных нормативов.	Пр/сем	+	2	1	ОК-8

Модуль 2

№ темы	Тема	Вид занятия	Обязательность	Кол-во часов	Множитель	Контроль по модулю
17	Атлетическая гимнастика. Совершенствование разученных комплексов атлетической гимнастики и обучение навыкам самостоятельных занятий с использованием тренажеров и средств отягощения.	Пр/сем		2	1	ОК-8
18	Дальнейшее разучивание и совершенствование комплексов атлетической гимнастики с отягощением.	Пр/сем		2	1	ОК-8
19	Дальнейшее разучивание и совершенствование комплексов атлетической гимнастики.	Пр/сем		2	1	ОК-8

ОПОП		СМК-РПД-В1.П2-2018
Рабочая программа дисциплины «Прикладная физическая культура» для направления подготовки 06.03.01 «Биология», профиль подготовки «Биоэкология»		

20	Атлетическая гимнастика. Комплекс упражнений с резиновой лентой, жгутом, эспандером.	Пр/сем		2	1	ОК-8
----	--	--------	--	---	---	------

Тематическое планирование

17. Дисциплина

Индекс по ФГОС, Наименование: , Прикладная физическая культура

18. Направление подготовки (специальность)

Шифр по ФГОС, Наименование 06.03.01, «Биология», профиль «Биоэкология»

19. Группа

Шифр группы, курс, семестр Бб-16, 3 курс, 5 семестр

20. Преподаватель

Фамилия Имя Отчество, должность, кафедра физического воспитания

Модули дисциплины

№	Наименование модуля	Лекции	Практики/ семинары	Лабораторные	Сам. работа	Всего, часов
1	Легкая атлетика	0	14	0	0	14
2	Волейбол	0	26	0	0	26
	Всего	0	40	0	0	40

Тематический план

Модуль 1

№ темы	Тема	Вид занятия	Обязательное	Кол-во часов	Множитель	Контроль по модулю
	Практические занятия (семинары)					
1	Легкая атлетика. Совершенствование техники бега на короткие дистанции с низкого старта.	Пр/сем		2	2	ОК-8
2	Легкая атлетика. Совершенствование техники стартового разбега и перехода от стартового разбега к бегу на дистанции.	Пр/сем		2	2	ОК-8
3	Легкая Атлетика. Дальнейшее обучение технике бега по повороту и правильному бегу при выходе с поворота на прямую часть дорожки.	Пр/сем		2	2	ОК-8
4	Легкая атлетика. Совершенствование техники низкого старта и техники финиширования.	Пр/сем		2	2	ОК-8
5	Легкая атлетика. Совершенствование техники бега высокого старта и стартового ускорения.	Пр/сем		2	2	ОК-8
6	Сдача контрольных нормативов.	Пр/сем	+	2	2	ОК-8

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2018
Рабочая программа дисциплины «Прикладная физическая культура» для направления подготовки 06.03.01 «Биология», профиль подготовки «Биоэкология»	

1	Баскетбол	0	20	0	0	20
2	Настольный теннис	0	14	0	0	14
3	Бадминтон	0	6	0	0	6
	Всего	0	40	0	0	40

**Тематический план
Модуль 1**

№ темы	Тема	Вид занятия	Обязательн о	Кол-во часов	Множитель	Контроль по модулю
	Практические занятия (семинары)					
1	Баскетбол. Совершенствование техники передачи мяча.	Пр/сем		2	2	ОК-8
2	Баскетбол. Совершенствование техники ведения мяча.	Пр/сем		2	2	ОК-8
3	Баскетбол. Совершенствование техники бросков в корзину (двумя руками, одной рукой, из-за головы, после ведения и двух шагов).	Пр/сем		2	2	ОК-8
4	Баскетбол. Совершенствование техники защиты.	Пр/сем		2	2	ОК-8
5	Баскетбол. Совершенствование техники нападения.	Пр/сем		2	2	ОК-8
6	Баскетбол. Совершенствование техники овладения мячом.	Пр/сем		2	2	ОК-8
7	Баскетбол. Дальнейшее обучение тактическим приемам ведения игры.	Пр/сем		2	2	ОК-8
8	Баскетбол. Двухсторонняя учебная игра.	Пр/сем		2	2	ОК-8
9	Баскетбол. Двухсторонняя учебная игра.	Пр/сем		2	2	ОК-8
10	Баскетбол. Навыки судейства.	Пр/сем		2	2	ОК-8

Модуль 2

№ темы	Тема	Вид занятия	Обязательн о	Кол-во часов	Множитель	Контроль по модулю
11	Настольный теннис. Совершенствование техники владения ракеткой.	Пр/сем		2	2	ОК-8
12	Настольный теннис. Совершенствование техники защиты.	Пр/сем		2	2	ОК-8

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2018
Рабочая программа дисциплины «Прикладная физическая культура» для направления подготовки 06.03.01 «Биология», профиль подготовки «Биоэкология»	

№ темы	Тема	Вид занятия	Обязательность	Кол-во часов	Множитель	Контроль по модулю
	Практические занятия (семинары)					
1	Легкая атлетика. Совершенствование техники бега на короткие дистанции.	Пр/сем		2	2	ОК-8
2	Легкая атлетика. Совершенствование техники низкого старта и стартового разгона.	Пр/сем		2	2	ОК-8
3	Легкая атлетика. Совершенствование техники бега по виражу и прямой дистанции.	Пр/сем		2	2	ОК-8
4	Легкая атлетика. Совершенствование техники бега на средние и длинные дистанции.	Пр/сем		2	2	ОК-8
5	Сдача контрольных нормативов.	Пр/сем	+	2	2	ОК-8

Модуль 2

№ темы	Тема	Вид занятия	Обязательность	Кол-во часов	Множитель	Контроль по модулю
6	Волейбол. Совершенствование техники нижней передачи мяча двумя руками.	Пр/сем		2	2	ОК-8
7	Волейбол. Совершенствование техники приема мяча с подачи.	Пр/сем		2	2	ОК-8
8	Волейбол. Дальнейшее совершенствование прямого нападающего удара.	Пр/сем		2	2	ОК-8
9	Волейбол. Дальнейшее совершенствование техники блокирования.	Пр/сем		2	2	ОК-8
10	Волейбол. Совершенствование техники нападающего удара и блокирования.	Пр/сем		2	2	ОК-8
11	Волейбол. Подвижные игры.	Пр/сем		2	2	ОК-8
12	Волейбол. Двухсторонняя учебная игра.	Пр/сем		2	2	ОК-8
13	Волейбол. Двухсторонняя учебная игра	Пр/сем		2	2	ОК-8
14	Волейбол. Учебная игра.	Пр/сем		2	2	ОК-8
15	Сдача контрольных нормативов.	Пр/сем	+	2	2	ОК-8

ОПОП		СМК-РПД-В1.П2-2018
Рабочая программа дисциплины «Прикладная физическая культура» для направления подготовки 06.03.01 «Биология», профиль подготовки «Биоэкология»		

3	Баскетбол. Совершенствование техники бросков в корзину (двумя руками, одной рукой, из-за головы, после ведения и двух шагов).	Пр/сем		2	2	ОК-8
4	Баскетбол. Совершенствование техники защиты.	Пр/сем		2	2	ОК-8
5	Баскетбол. Совершенствование техники нападения.	Пр/сем		2	2	ОК-8
6	Баскетбол. Совершенствование техники овладения мячом.	Пр/сем		2	2	ОК-8
7	Баскетбол. Дальнейшее обучение тактическим приемам ведения игры.	Пр/сем		2	2	ОК-8
8	Баскетбол. Двухсторонняя учебная игра.	Пр/сем		2	2	ОК-8
9	Баскетбол. Двухсторонняя учебная игра.	Пр/сем		2	2	ОК-8
10	Баскетбол. Навыки судейства.	Пр/сем		2	2	ОК-8

Модуль 2

№ темы	Тема	Вид занятия	Обязательность	Кол-во часов	Множитель	Контроль по модулю
11	Настольный теннис. Совершенствование техники владения ракеткой.	Пр/сем		2	2	ОК-8
12	Настольный теннис. Совершенствование техники защиты.	Пр/сем		2	2	ОК-8
13	Настольный теннис. Совершенствование техники нападения.	Пр/сем		2	2	ОК-8
14	Настольный теннис. Учебная игра.	Пр/сем		2	2	ОК-8
15	Настольный теннис. Учебная игра.	Пр/сем		2	2	ОК-8
16	Настольный теннис. Учебная игра.	Пр/сем		2	2	ОК-8
17	Настольный теннис. Навыки судейства.	Пр/сем		2	2	ОК-8
18	Сдача контрольных нормативов.	Пр/сем	+	2	2	ОК-8

Модуль 3

№ темы	Тема	Вид занятия	Обязательность	Кол-во часов	Множитель	Контроль по модулю
--------	------	-------------	----------------	--------------	-----------	--------------------

ОПОП		СМК-РПД-В1.П2-2018
Рабочая программа дисциплины «Прикладная физическая культура» для направления подготовки 06.03.01 «Биология», профиль подготовки «Биоэкология»		

19	Бадминтон. Совершенствование техники владения ракеткой.	Пр/сем		2	2	ОК-8
20	Бадминтон. Учебная игра.	Пр/сем		2	2	ОК-8

6. Самостоятельная работа

Самостоятельная работа включает две составные части: аудиторная самостоятельная работа и внеаудиторная.

Самостоятельная аудиторная работа включает выступление по вопросам семинарских занятий, выполнение практических заданий.

Внеаудиторная самостоятельная работа студентов заключается в следующих формах:

- изучение литературы; осмысление изучаемой литературы;
- работа в информационно-справочных системах;
- аналитическая обработка текста (конспектирование, реферирование);

Практические занятия

РАЗДЕЛ 1. ГИМНАСТИКА. ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

МОДУЛЬ 1. ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

Обучение техники бега на короткие дистанции.

Обучение низкому и высокому старту, стартовому разбегу.

Обучение техники бега по прямой дистанции.

Обучение техники бега по повороту и правильному бегу при выходе с поворота на прямую часть дорожки.

Обучение техники бега на средние и длинные дистанции.

Обучение техники прыжков в длину с разбега.

Сдача контрольных нормативов.

Обучение техники метания мяча.

Обучение техники метания гранаты.

РАЗДЕЛ 2. СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ

МОДУЛЬ 1. БАСКЕТБОЛ

Правила игры в баскетбол. Передача мяча двумя руками на месте, в движении, в прыжке.

Ловля мяча двумя руками при встречном движении, поступательном, при движении с боку.

Ведение мяча с высоким и низким отскоком.

Броски в корзину (двумя руками сверху, двумя руками снизу, от груди)

Броски в корзину двумя руками с отскоком от щита, без отскока от щита.

Броски в корзину двумя руками в движении, в прыжке.

Броски в корзину двумя руками (средние, ближние, прямо перед щитом, под углом к щиту).

Броски в корзину одной рукой сверху, от плеча, снизу.

Броски в корзину одной рукой в движении, в прыжке.

Техника остановки: поворотом, прыжком, двумя шагами.

Обводка соперника с переводом под ногой, за спиной.

Тактические приемы ведения игры.

Двухсторонняя учебная игра по упрощенным правилам.

ОПОП		СМК-РПД-В1.П2-2018
Рабочая программа дисциплины «Прикладная физическая культура» для направления подготовки 06.03.01 «Биология», профиль подготовки «Биоэкология»		

МОДУЛЬ 2. ВОЛЕЙБОЛ

Обучение правилам игры в волейбол.
 Обучение верхней передаче мяча двумя руками.
 Обучение нижней передаче мяча двумя руками.
 Обучение перемещению на площадке в стойках.
 Обучение подачи мяча: прямой нижней, прямой верхней.
 Обучение приему мяча с подачи.
 Обучение прямому нападающему удару.
 Обучение технике блокирования.
 Обучение технике нападающего удара и блокирования.
 Обучение передаче мяча через сетку с перемещением.
 Сочетание перемещений и приемов.
 Эстафеты с набивными мячами.
 Обучение технике и тактике игры в волейбол.
 Двухсторонняя учебная игра.
 Двухсторонняя учебная игра.
 Контрольные нормативы.

МОДУЛЬ 3. НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС

Обучение техники владения ракеткой
 Обучение техники защиты.
 Обучение техники нападения.
 Учебная игра

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение

7.1. Основная учебная литература

1. Бишаева А.А. Физическая культура : учебник для использования в учеб. процессе образоват. учреждений, реализующих программы нач. и сред. проф. образования - 5-е изд., стер. – М.: Академия, 2012. - 299 с.
2. Евсеев, Ю.И. Физическая культура : учеб. пособие для студентов вузов - Ростов-н/Д., 2010.
3. Физическая культура: сб. науч.-метод. Ст. в рамках частных методик преподавания по курсу/ отв. ред. Л.А. Баранова; КамГУ им. Витуса Беринга. – Петропавловск-Камчатский: КамГУ им. Витуса Беринга, 2012. – 85 с.
4. Холодов Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта :учеб. для ВПО / М, 2014.

7.2. Дополнительная учебная литература:

1. Вайнбаум Я.С. Гигиена физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Я.С. Вайнбаум, В.И. Коваль, Т.А. Родионова. – М.: Академия, 2003. – 240 с.
2. Васильева О.С. Психология здоровья человека: этапы, представления, установки : учеб. пособие для вузов / О.С. Васильева, Ф.Р. Филатов. – М.: Академия, 2001. – 352 с.
3. Гришина Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: учеб.пособие для студентов вузов. – Ростов-н/Д.: Феникс, 2010. – 250 с.
4. Назарова, Е.Н. Здоровый образ жизни и его составляющие : учеб. пособие для студентов вузов / Е.Н. Назарова, Ю.Д. Жиров. - 2-е изд., стер. – М.: Академия, 2008. – 254 с.

ОПОП		СМК-РПД-В1.П2-2018
Рабочая программа дисциплины «Прикладная физическая культура» для направления подготовки 06.03.01 «Биология», профиль подготовки «Биоэкология»		

- Полиевский С.А. Общая и специальная гигиена : учеб. для вузов по спец. «физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптив. физ. культура)». – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Академия, 2009. – 304 с.
- Прокофьева В.Н. Рабочая тетрадь для лабораторных занятий по физиологии физического воспитания и спорта : учеб.-метод. пособие для вузов. – М.: Сов. спорт, 2005. – 164 с.
- Психология здоровья: учеб. для вузов / Под ред. Г.С. Никифорова. – СПб.: Питер, 2003. – 607 с.
- Туманян Г.С. Здоровый образ жизни и физическое совершенствование : учеб. пособие для студентов вузов. – 3-е изд., стер. – М.: Академия, 2009. – 336 с.
- Физическая культура студента : учеб. для вузов / под ред. В.И. Ильинича. – М.: Гардарики, 2000. – 448 с.

7.3. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет:

- Сайт библиотеки КамГУ [http:// bibl.kamgpu.ru](http://bibl.kamgpu.ru)
- Электронный каталог библиотеки КамГУ <http:// bibl.kamgpu.ru/index.php/elresonlin...>
- Информационный ресурс <http://www.sport.gymn.net.ru>;
- Информационный ресурс <http://www.lesgaft.spb.ru/999>.
- Информационный ресурс <http://www.narod.Ru>;

Современные профессиональные базы данных, информационные справочники:

<i>Название электронного ресурса</i>	<i>Используемый для работы адрес</i>
eLibrary – Научная электронная библиотека	www.elibrary.ru
ЭБС ibooks.ru – библиотека цифрового века	http://ibooks.ru

8. Формы и критерии оценивания учебной деятельности студента

На основании разработанной компетентностной модели выпускника образовательные цели представлены в виде набора компетенций как планируемых результатов освоения дисциплины. Определение уровня достижения планируемых результатов освоения дисциплины осуществляется посредством оценки уровня сформированности компетенции и оценки уровня успеваемости обучающегося по пятибалльной системе («отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно» // «зачтено», «не зачтено»).

Уровень сформированности компетенции	Уровень основания дисциплины	Критерии оценивания обучающихся	Критерии оценивания работ обучающихся
		Устный опрос, сообщение по вопросам семинарских (практических) занятий, зачет	Письменный доклад, конспект
Высокий	Отлично // зачтено	Оценивается ответ студента, которым даны полные, развернутые ответы на поставленные и дополнительные вопросы. Студент продемонстрированы глубокие исчерпывающие знания всего программного материала, понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых процессов и явлений, твердое	Оценивается работа, в которой дано всестороннее и глубокое освещение избранной темы (проблематики) в тесной взаимосвязи с практикой и современностью. Студент показал умение работать с научной и учебной литературой, нормативными правовыми актами, делать теоретические и практические выводы. На защите студентом продемонстрированы

ОПОП		СМК-РПД-В1.П2-2018
Рабочая программа дисциплины «Прикладная физическая культура» для направления подготовки 06.03.01 «Биология», профиль подготовки «Биоэкология»		

		<p>знание основных положений смежных дисциплин. Ответ логически последователен, содержателен. Стиль изложения материала научный с использованием юридической терминологии. Студентом продемонстрирована сформированность компетенций (знаний, умений, навыков) по дисциплине. Студентом могут быть допущены отдельные недочеты в определении понятий, исправленные студентом самостоятельно.</p>	<p>глубокое знание темы исследования, умение использовать юридическую терминологию, способность вести научную дискуссию, аргументировано отстаивать свою научную позицию по результатам работы. Выступление выстроено логично и последовательно, четко отражает результаты исследования. При защите студент дает правильные и обоснованные ответы на вопросы, свободно ориентируется в тексте работы. Студентом продемонстрирована готовность к самостоятельной профессиональной деятельности.</p>
Базовый	Хорошо // зачтено	<p>Оценивается ответ студента, которым даны полные, развернутые ответы на поставленные и дополнительные вопросы. Студентом продемонстрированы глубокие знания всего программного материала, понимание существенных и несущественных признаков, причинно-следственные связи, твердое знание основных положений смежных дисциплин. Ответ логически последователен, содержателен. Стиль изложения материала научный с использованием юридической терминологии. Студентом продемонстрирована в целом успешная сформированность компетенций (знаний, умений, навыков) по дисциплине, вместе с тем имеют место отдельные пробелы в умении, студент не вполне осознанно, владеет навыками. Студентом могут быть допущены 2-3 неточности или</p>	<p>Оценивается работа, в которой дано всестороннее освещение избранной темы (проблематики) в тесной взаимосвязи с практикой и современностью. Студент показал умение работать с научной и учебной литературой, нормативными правовыми актами, делать теоретические и практические выводы. Тема работы в целом раскрыта. На защите студентом продемонстрированы знание темы исследования, умение использовать юридическую терминологию. Выступление выстроено логично и последовательно, достаточно хорошо отражает результаты исследования. При защите студент дает правильные ответы на большинство вопросов, хорошо ориентируется в тексте работы, достаточно обосновано защищает свою точку зрения. Студентом продемонстрирована готовность к самостоятельной профессиональной деятельности.</p>

ОПОП		СМК-РПД-В1.П2-2018
Рабочая программа дисциплины «Прикладная физическая культура» для направления подготовки 06.03.01 «Биология», профиль подготовки «Биоэкология»		

		незначительные ошибки.	
Пороговый	Удовлетворительно // зачтено	<p>Оценивается ответ студента, которым даны недостаточно полные и развернутые ответы на поставленные и дополнительные вопросы. Логика и последовательность изложения нарушены. Допущены ошибки в определении употреблении понятий. Студент с затруднением самостоятельно выделяет существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи. Речевое оформление требует поправок, коррекции. Студентом в целом продемонстрирована сформированность компетенций (знаний, умений, навыков) по дисциплине, вместе с тем имеют место несистематическое использование умений и фрагментарные навыки.</p>	<p>Оценивается работа, выполнена самостоятельно, присутствуют собственные обобщения, заключения и выводы, носящие общий характер. В оформлении, структуре и стиле работы есть недостатки. В работе соблюдаются общие требования. Автор работы в основном владеет материалом, однако литература и источники по теме работы использованы в недостаточном объеме. Выступление выстроено не вполне последовательно, с нарушением логики, недостаточно четко отражает результаты исследования. Отвечая на вопросы, студент допускает ошибки. Вместе с тем, студент способен осуществлять самостоятельную профессиональную деятельность.</p>
Компетенции не сформированы	Неудовлетворительно // не зачтено	<p>Оценивается ответ студента, представляющей собой разрозненные знания с существенными ошибками. Ответ фрагментарен, нелогичен. Студент не осознает связь обсуждаемого вопроса с другими вопросами дисциплины. Отсутствуют конкретизация и доказательность изложения. Речь неграмотная, юридическая терминология не используется. Дополнительные и уточняющие вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответа студента. Компетенции (знаний, умений, навыков) по дисциплине не сформированы: теоретические знания имеются, но они разрознены, умения и навыков отсутствуют // Либо, если</p>	<p>Оценивается работа, содержание которой не соответствует заявленной проблематике. При написании работы не были использованы современные источники и литература. Оформление работы не соответствует требованиям. В докладе студента отсутствует логика и последовательность, не приведены результаты исследования. Студент не ориентируется в тексте работы, при защите допускает грубые фактические ошибки при ответах на поставленные вопросы или вовсе не отвечает на них. Студентом продемонстрирована неготовность к самостоятельной профессиональной деятельности.</p>

ОПОП		СМК-РПД-В1.П2-2018
Рабочая программа дисциплины «Прикладная физическая культура» для направления подготовки 06.03.01 «Биология», профиль подготовки «Биоэкология»		
		ответ на вопрос полностью отсутствует или студент отказывается от ответа на поставленные вопросы.

9. Материально-техническая база

Спортивный гимнастический зал, оснащенный гимнастическим инвентарем и оборудованием; оборудование и технические средства для организации и проведения соревнований; аудитория, оснащенная экраном, компьютером, проектором и аудиоколонками.