

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Щёкина Нера Викторовна  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 28.05.2019 16:24  
Уникальный программный идентификатор:  
a2232a55157e576551a8999b1190891af58989470420556b0r575a454e57789



**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования**

**«Благовещенский государственный педагогический университет»**

**ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА**

**Рабочая программа дисциплины**

**УТВЕРЖДАЮ**

**Декан факультета педагогики и  
методики начального образования  
ФГБОУ ВО «БГПУ»**

 **А.А. Клёцкина**  
**«22» мая 2019 г.**

**Рабочая программа дисциплины  
ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

**Направление подготовки  
44.03.03 СПЕЦИАЛЬНОЕ (ДЕФЕКТОЛОГИЧЕСКОЕ) ОБРАЗОВАНИЕ**

**Профиль  
«ОБУЧЕНИЕ ЛИЦ С НАРУШЕНИЕМ РЕЧИ (ЛОГОПЕДИЯ)»**

**Уровень высшего образования  
БАКАЛАВРИАТ**

**Принята на заседании кафедры  
физического воспитания и спорта  
(протокол № 7 от «15» мая 2019 г.)**

**Благовещенск 2019**

## СОДЕРЖАНИЕ

|                                                                                                               |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <u>1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА</u> .....                                                                          | 3  |
| <u>2 УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ</u> .....                                                               | 5  |
| <u>3 СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ (РАЗДЕЛОВ)</u> .....                                                                      | 27 |
| <u>4 МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ (УКАЗАНИЯ) ДЛЯ СТУДЕНТОВ ПО<br/>ИЗУЧЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ</u> .....                  | 27 |
| <u>5 ПРАКТИКУМ ПО ДИСЦИПЛИНЕ</u> .....                                                                        | 30 |
| <u>6 ДИДАКТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ КОНТРОЛЯ (САМОКОНТРОЛЯ)<br/>УСВОЕННОГО МАТЕРИАЛА</u> .....                   | 31 |
| <u>7 ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ<br/>В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ</u> .....                       | 38 |
| <u>8 ОСОБЕННОСТИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ИНВАЛИДАМИ И ЛИЦАМИ С<br/>ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ</u> ..... | 39 |
| <u>9 СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИНФОРМАЦИОННЫХ РЕСУРСОВ</u> .....                                                    | 39 |
| <u>10 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА</u> .....                                                                  | 40 |
| <u>11 ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ</u> .....                                                                   | 41 |

## 1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**1.1 Цель дисциплины:** формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом; понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности.

**1.2 Место дисциплины в структуре ООП:** дисциплина «Элективные курсы по физической культуре» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений Блока Б1 (Б1.В.01) основной образовательной программы бакалавриата по направлению подготовки.

**1.3 Дисциплина направлена на формирование следующих компетенций: УК-7:**

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

УК-7.1. Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.

УК-7.2. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.

УК-7.3 Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.

**1.4 Перечень планируемых результатов обучения.** В результате изучения дисциплины студент должен

**знать:**

- научно-практические основы физической культуры, спорта, здорового образа жизни.

**уметь:**

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

**владеть:**

- системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие психофизических способностей, качеств и свойств личности (с выполнением установленных нормативов по общей физической подготовке, а также нормам комплекса ГТО);

- возможностью обеспечения общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность к будущей профессии;

- опытом творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

**1.5 Общая трудоемкость дисциплины составляет 328 академических часа** (указанные часы в зачетные единицы не переводятся).

Дисциплины (модули) по элективным курсам по физической культуре реализуются в порядке, установленном организацией. Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья организация устанавливает особый порядок освоения дисциплин (модулей) по элективным курсам по физической культуре с учетом состояния их здоровья.

| № | Наименование раздела                    | Курс | Семестр | Кол-во часов | ЗЕ |
|---|-----------------------------------------|------|---------|--------------|----|
|   | Элективные курсы по физической культуре | 1    | 2       | 68           | -  |

|  |                                         |   |   |    |   |
|--|-----------------------------------------|---|---|----|---|
|  | Элективные курсы по физической культуре | 2 | 3 | 62 | - |
|  | Элективные курсы по физической культуре | 2 | 4 | 68 | - |
|  | Элективные курсы по физической культуре | 3 | 5 | 62 | - |
|  | Элективные курсы по физической культуре | 3 | 6 | 68 | - |

**Общая трудоемкость дисциплины «Элективные курсы по физической культуре»** составляет 328 академических часа (указанные часы зачетные единицы не переводятся).

Программа предусматривает изучение материала на практических занятиях. Предусмотрены самостоятельные занятия студентов избранным видом спорта. Проверка знаний осуществляется индивидуально.

#### **1.6 Объем дисциплины и виды учебной деятельности**

##### **Объем дисциплины и виды учебной деятельности (очная форма обучения)**

| <b>Вид учебной работы</b> | <b>Всего часов</b> | <b>Семестр 2</b> |
|---------------------------|--------------------|------------------|
| Общая трудоемкость        | 68                 | 68               |
| Аудиторные занятия        |                    |                  |
| Лекции                    |                    |                  |
| Практические занятия      | 34                 | 34               |
| Самостоятельная работа    | 34                 | 34               |
| Вид итогового контроля    | -                  | зачёт            |

| <b>Вид учебной работы</b> | <b>Всего часов</b> | <b>Семестр 3</b> |
|---------------------------|--------------------|------------------|
| Общая трудоемкость        | 62                 | 62               |
| Аудиторные занятия        |                    |                  |
| Лекции                    |                    |                  |
| Практические занятия      | 32                 | 32               |
| Самостоятельная работа    | 30                 | 30               |
| Вид итогового контроля    | -                  | зачёт            |

| <b>Вид учебной работы</b> | <b>Всего часов</b> | <b>Семестр 4</b> |
|---------------------------|--------------------|------------------|
| Общая трудоемкость        | 68                 | 68               |
| Аудиторные занятия        |                    |                  |
| Лекции                    |                    |                  |
| Практические занятия      | 34                 | 34               |
| Самостоятельная работа    | 34                 | 34               |
| Вид итогового контроля    | -                  | зачёт            |

| <b>Вид учебной работы</b> | <b>Всего часов</b> | <b>Семестр 5</b> |
|---------------------------|--------------------|------------------|
| Общая трудоемкость        | 62                 | 62               |
| Аудиторные занятия        |                    |                  |
| Лекции                    |                    |                  |
| Практические занятия      | 32                 | 32               |
| Самостоятельная работа    | 30                 | 30               |
| Вид итогового контроля    | -                  | зачёт            |

| <b>Вид учебной работы</b> | <b>Всего часов</b> | <b>Семестр 6</b> |
|---------------------------|--------------------|------------------|
| Общая трудоемкость        | 68                 | 68               |
| Аудиторные занятия        |                    |                  |
| Лекции                    |                    |                  |
| Практические занятия      | 34                 | 34               |
| Самостоятельная работа    | 34                 | 34               |
| Вид итогового контроля    | -                  | зачёт            |

