

Министерство просвещения Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
им. В.П. Астафьева»
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Кафедра разработчик
Кафедра физической культуры и здоровья

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Физическая культура и спорт

Направление подготовки:
37.03.01 Психология
направленность (профиль) образовательной программы
Социальная психология

по заочной форме обучения

Квалификация (степень) выпускника

БАКАЛАВР

Красноярск, 2020

Рабочая программа дисциплины «Физическая культура и спорт» составлена доцентом Поповановой Н.А., доцентом Лавриченко К.С., доцентом Ситничуком С.С., доцентом Кравченко В.М., старшим преподавателем Гречушкиной И.И.

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры физической культуры и здоровья.

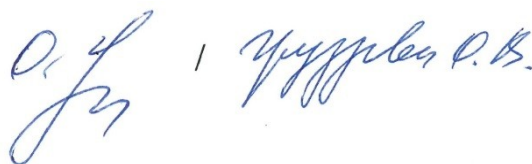
протокол № 10 от «11» мая 2017 г.
Заведующий кафедрой



Н.А. Попованова

Одобрено научно-методическим советом специальности (направления подготовки) института психолого-педагогического образования

Протокол №4 от «17» мая
2017г. Председатель НМСС (Н)



Рабочая программа дисциплины «Физическая культура и спорт» составлена доцентом Поповановой Н.А., доцентом Лавриченко К.С., доцентом Ситничуком С.С., доцентом Кравченко В.М., старшим преподавателем Гречушкиной И.И.

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры физической культуры и здоровья.

протокол №9 от «26» апреля 2018 г.
Заведующий кафедрой



Н.А. Попованова

Одобрено научно-методическим советом специальности (направления подготовки) института психолого-педагогического образования

Протокол №5 от «11» июня 2018г
Председатель НМСС (Н)



Рабочая программа дисциплины «Физическая культура и спорт» составлена доцентом Поповановой Н.А., доцентом Лавриченко К.С., доцентом Ситничуком С.С., доцентом Кравченко В.М., старшим преподавателем Гречушкиной И.И.

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры физической культуры и здоровья.

Протокол № 9 от «25» апреля 2019 г.

Заведующий кафедрой



Н.А. Попованова

Одобрено научно-методическим советом специальности (направления подготовки) института психолого-педагогического образования

Протокол №5 от «15» мая 2019г.
Председатель НМСС (Н)



1 М.Т. Авдеев

Рабочая программа дисциплины «Физическая культура и спорт» составлена доцентом Поповановой Н.А., старшим преподавателем Гречушкиной И.И.

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры физической культуры и здоровья

Протокол №11 от 06.05.2020 г.

Заведующий кафедрой



Н.А. Попованова

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании выпускающей кафедры психологии и педагогики детства

Протокол № 9 от 06.05.2020 г.

Заведующий кафедрой



О.В.Груздева

Одобрено научно-методическим советом специальности (направления подготовки) института психолого - педагогического образования

Протокол № 5 от 20.05.2020 г.

Председатель НМСС (Н)



Шкерина Т.А.

1. Пояснительная записка

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Программа дисциплины разработана в соответствии со следующими нормативными актами: Федеральный Закон от 21 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Федеральный Закон от 04 декабря 2007 г. № Э29-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»; федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 37.03.01 Психология (приказ № 946 от 7 августа 2014 г.); и другими локальными актами, регламентирующими порядок осуществления образовательной деятельности в КГПУ им. В.П. Астафьева. Дисциплина относится к базовой части учебного плана образовательной программы.

1.2. Общая трудоемкость дисциплины - в З.Е., часах и неделях

Общая трудоемкость дисциплины составляет трудоемкость дисциплины: 2 ЗЕ / 72 часа. Дисциплина, согласно графику учебного процесса, реализуется на 1 курсе в 1 семестре. Форма контроля – зачет.

1.3. Цель и задачи дисциплины «Физическая культура и спорт»

Целью освоения дисциплины является формирование общекультурных и профессиональных компетенций в информационно-образовательной среде вуза через осознание бакалаврами социальных и профессиональных ценностей, овладение знаниями, умениями и опытом деятельности, что в итоге предполагает формирование общей и профессиональной культуры, в том числе физической культуры личности.

1.4. Основные разделы содержания

Модуль 1. Организационно-правовые основы физической культуры и спорта

1.1 Ценностные аспекты физической культуры в контексте общекультурной и профессиональной подготовки студентов

1.2 Социально-биологические основы физической культуры

1.3 Физическая культура и спорт как социально ценностные феномены

общества

1.4 Физическая культура как ценность личности

1.5 Аксиологические основы здорового образа жизни

Модуль 2. Организация физического воспитания в вузе

2.1 Профессионально-прикладная физическая культура подготовка студентов

2.2. Принципы, средства и методы физического воспитания

2.4. Профессиональная направленность физического воспитания студентов педагогических вузов

2.5. Ценности общей физической, специальной и спортивной подготовки в системе физического воспитания

2.6. Формирование ценностного отношения и готовности студентов к физическому самовоспитанию

1.5. Планируемые результаты обучения

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

ОК-8: способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

ОК-7: способность к самоорганизации и самообразованию;

ПК-27: способность эффективно взаимодействовать с педагогическими работниками образовательных организаций и другими специалистами по вопросам развития детей.

Планируемые результаты обучения

Задачи освоения дисциплины	Планируемые результаты обучения по дисциплине (дескрипторы)	Код результата обучения (компетенция)
Обучающийся должен укреплять здоровье,	Знать базовые основы физической культуры и здорового образа жизни	ОК-8
	Уметь составлять программу собственного физического развития и подготовленности;	

поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Владеть конкретными методиками развития физических качеств, освоения двигательных умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, приемами и способами самоконтроля.	
Обучающийся должен обладать способностью к самоорганизации и самообразованию	Знать базы данных информационной среды в сфере физической культуры.	ОК-7
	Уметь извлекать, сортировать и дифференцировать информацию в соответствии с поставленной задачей	
	Владеть информационными технологиями для получения необходимых знаний	

1.6. Контроль результатов освоения дисциплины

В ходе изучения дисциплины используются такие методы текущего контроля успеваемости как подготовка презентации по выбранной проблеме, защита реферата по теме, предложенной преподавателем или выбранной студентом самостоятельно. Оценочные средства результатов освоения дисциплины, критерии оценки выполнения заданий представлены в разделе «Фонды оценочных средств». Итоговая форма контроля – зачет.

1.7. Перечень образовательных технологий, используемых при освоении дисциплины

Для реализации дисциплины используются следующие образовательные технологии: современное традиционное обучение (лекционно-семинарская-зачетная система) и личностно-ориентированное обучение.

2. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ДОКУМЕНТЫ

2.1. Технологическая карта обучения дисциплине «Физическая культура и спорт» для обучающихся образовательной программы

Направление подготовки:

37.03.01 Психология

направленность (профиль) образовательной программы

Социальная психология

по заочной форме обучения

Наименование разделов и тем дисциплины	Всего часов	Аудиторных часов				Внеаудиторных часов	Формы и методы контроля
		Всего	лекций	семинаров	лабор-х работ		
Модуль 1. Организационно-правовые основы физической культуры и спорта	4	2	2				
Тема 2. Ценностные аспекты физической культуры в контексте общекультурной и профессиональной подготовки студентов	4	2	2				Устная аудиторная работа
Тема 3. Социально-биологические основы физической культуры	4	2	2				Разработка презентации/доклада
Тема 4. Физическая культура и спорт как социально ценностные феномены общества	10					10	Реферативная работа
Тема 5. Физическая культура как ценность личности	8					8	Устная аудиторная работа
Тема 6. Аксиологические основы здорового образа жизни	8					8	Разработка презентации/

							доклада
Модуль 2 Организация физического воспитания в вузе							
Тема 7. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов	8					8	Устная аудиторная работа
Тема 8. Принципы, средства и методы физического воспитания	8					8	Разработка презентации/доклада
Тема 9. Профессиональная направленность физического воспитания студентов педагогических вузов	8					8	Реферативная работа
Тема 10. Ценности общей физической, специальной и спортивной подготовки в системе физического воспитания	8					8	Устная аудиторная работа
Тема 11. Формирование ценностного отношения и готовности студентов к физическому самовоспитанию	8					8	Разработка презентации/доклада
ИТОГО	72						
Форма итогового контроля по уч. плану							Зачет

2.2. Содержание основных разделов и тем дисциплины

Дисциплина содержит ряд лекций, систематизирующих и углубляющих знания по основам теории и методике физического воспитания, необходимые при изучении учебной дисциплины «Физическая культура и спорт». Освещены вопросы методики разностороннего физического развития, спортивного совершенствования, психофизической подготовки студента к будущей профессиональной деятельности. В качестве контроля усвоения материала в завершении каждой лекции проводится опрос студентов.

Лекция 1. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПРАВОВЫЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

- 1.1. Правовое регулирование в области физической культуры и спорта
- 1.2. Законодательство о физической культуре и спорте
- 1.3. Принципы разработки нормативных актов в сфере физической культуры и спорта
- 1.4. Система нормативных актов о физической культуре и спорте

Вопросы для фронтального опроса:

Вопрос 1. В чем заключается правовое регулирование в области физической культуры и спорта?

Вопрос 2. Опираясь на законодательство о физической культуре и спорте, раскройте его цели, задачи, виды нормативных актов.

Вопрос 3. Назовите принципы разработки нормативных актов в сфере физической культуры и спорта.

Вопрос 5. Какие нормативно-правовые акты в области физической культуры и спорта можно отнести к актам специальной компетенции?

Лекция 2. ЦЕННОСТНЫЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В КОНТЕКСТЕ ОБЩЕКУЛЬТУРНОЙ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ

- 2.1. Физическая культура и её роль в общекультурной подготовке студентов
- 2.2. Характеристика понятий «физическая культура», «физическое воспитание», «система физического воспитания», «физкультурное образование», «спорт»
- 2.3. Компоненты профессиональной физической культуры личности

Вопросы для фронтального опроса:

Вопрос 1. Раскройте содержание понятий «физическая культура», «физическое развитие», «физическое воспитание», «спорт».

Вопрос 2. Что включает в себя процесс физического воспитания?

Вопрос 3. Назовите основные средства физического воспитания и развития студентов.

Вопрос 4. Раскройте основные задачи физической культуры.

Вопрос 6. Какие компоненты могут быть выделены в структуре профессиональной физической культуры личности?

Лекция 3. СОЦИАЛЬНО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

3.1. Организм как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система

3.2. Анатомо-морфологические особенности и основные физиологические функции организма. Функциональные системы организма

3.3. Внешняя среда и её воздействие на организм и жизнедеятельность человека

3.4. Функциональная активность человека и взаимосвязь физической и умственной деятельности

3.5. Утомление при физической и умственной работе. Восстановление.

3.6. Биологические ритмы и работоспособность

Вопросы для фронтального опроса:

Вопрос 1. Раскройте социально-биологические основы физической культуры.

Вопрос 2. Какие анатомо-морфологические особенности и основные физиологические функции организма вы знаете?

Вопрос 3. В чем заключаются особенности опорно-двигательной системы организма человека?

Вопрос 4. В чем заключаются особенности мышечной системы организма человека?

Вопрос 5. Назовите факторы окружающей среды, воздействующие на организм и жизнедеятельность человека.

Вопрос 6. Раскройте взаимосвязь физической и умственной деятельности человека.

Вопрос 7. В чем заключается процесс утомления при физической и умственной работе?

Вопрос 8. Раскройте фазы и средства процесса восстановления в организме человека.

Вопрос 9. Расскажите о биологических ритмах и их влиянии на работоспособность человека.

Помимо аудиторных занятий, дисциплина предусматривает самостоятельное изучение студентами следующих разделов и тем:

Тема 1. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ КАК СОЦИАЛЬНО ЦЕННОСТНЫЕ ФЕНОМЕНЫ ОБЩЕСТВА

1.1. Физическая культура и спорт как фактор социализации личности

1.2. Спорт как средство воспитания личностных качеств

1.3. Характеристика понятия «спорт». Роль спорта в системе физического воспитания

1.4. Физическая подготовка спортсмена

Тема 2. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК ЦЕННОСТЬ ЛИЧНОСТИ

2.1. Физическая культура и развитие личности

2.2. Ценности физической культуры

2.3. Компоненты мотивационно-ценностного отношения к физической культуре

Тема 3. АКСИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

3.1. Здоровый образ жизни. Виды здоровья

3.2. Вредные привычки и их влияние на здоровье человека

3.3. Рациональное питание как составляющая здорового образа жизни

3.4. Закаливание как мощное оздоровительное средство

3.5. Роль физических упражнений в поддержании здоровья человека

3.6. Личная гигиена как важный элемент здорового образа жизни человека

Тема 4. ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СТУДЕНТОВ

4.1. Основы профессионально-прикладной физической подготовки

4.2. Значимость профессионально- прикладной физической подготовки

4.3. Профессиональная направленность физического воспитания будущего учителя

Тема 5. ПРИНЦИПЫ, СРЕДСТВА И МЕТОДЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

5.1. Методические принципы физического воспитания

5.2. Средства физического воспитания

5.3. Методы физического воспитания

5.4. Основы и этапы обучения движениям

Тема 6. ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ВУЗОВ

6.1. Особенности профессии учителя

6.2. Профессиональная направленность подготовки учителя как социально-педагогическая категория

6.3. Роль профессиональной направленности физического воспитания будущего учителя

Тема 7. ЦЕННОСТИ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ, СПЕЦИАЛЬНОЙ И СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ В СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

7.1. Развитие физических качеств организма

7.2. Общая физическая подготовка

7.3. Специальная физическая подготовка

7.4. Спортивная подготовка, спортивная тренировка

Тема 8. ФОРМИРОВАНИЕ ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ И ГОТОВНОСТИ СТУДЕНТОВ К ФИЗИЧЕСКОМУ САМОВОСПИТАНИЮ

8.1. Воспитание устойчивой потребности в самостоятельных занятиях физическими упражнениями

8.2. Виды готовности студентов к физическому самовоспитанию

8.3. Особенности физического самовоспитания студентов

2.3. Методические рекомендации по освоению дисциплины

**«Физическая культура и спорт»
для обучающихся образовательной программы
Направление подготовки: 37.03.01 Психология
направленность (профиль) образовательной программы
Социальная психология
по заочной форме обучения**

Работа с теоретическим материалом

При изучении дисциплины используются следующие формы организации учебного процесса:

1. Лекции, на которых рассматриваются основные теоретические вопросы дисциплины;
2. Самостоятельная работа студентов.

Прохождение курса предусматривает активную самостоятельную работу студентов по изучению физической культуры как ценности каждой конкретной личности и феномена общества в целом, основ здорового образа жизни и физического воспитания.

Организация самостоятельной работы студентов включает:

- работу с лекционным материалом, учебниками и дополнительной литературой
- подготовка и защита реферата по теме, предложенной преподавателем или выбранной студентом самостоятельно
- подготовка доклада/презентации по теме.

При освоении материала основным источником информации может стать учебное пособие «Физическая культура. Аксиологический аспект» Н.А. Поповановой. Кроме того студенты могут использовать источники, не включенные в список литературы. Например, ресурсы сети Интернет, если предлагаемая в них информация соответствует требованиям к материалу.

Требования по написанию рефератов

Реферат выполняется на стандартной бумаге формата А4 (210/297). Поля:

левое – 30 мм, правое – 10 мм, верхнее 20 мм и нижнее – 25 мм; интервал полуторный; шрифт в текстовом редакторе Microsoft Word - Times New Roman; размер шрифта – 14 (не менее 12), выравнивание по ширине.

Содержание начинается со второй страницы, далее должна идти сквозная нумерация. Номер страницы ставится в центре нижней части страницы. Общий объем реферата должен составлять 20-25 страниц (без приложений).

Во введении обосновывается актуальность темы, ее практическая значимость. Содержание должно быть представлено в развернутом виде, из нескольких глав, состоящих из ряда параграфов. Против названий глав и параграфов проставляются номера страниц по тексту. Главы и параграфы нумеруются арабскими цифрами. Допускается не более двух уровней нумерации.

Заголовки, в соответствии с оглавлением реферата, должны быть выделены в тексте жирным шрифтом (названия глав – заглавными буквами, названия параграфов – строчными буквами), выравнивание по центру. Точки в заголовках не ставятся.

Каждая глава должны начинаться с новой страницы. Текст параграфа не должен заканчиваться таблицей или рисунком.

Представленные в тексте таблицы желательно размещать на одном листе, без переносов. Таблицы должны иметь сквозную нумерацию. Номер таблицы проставляется вверху слева. Заголовок таблицы помещается с выравниванием по левому краю через тире после ее номера.

На каждую таблицу и рисунок необходимы ссылки в тексте, причем таблица или рисунок должны быть расположены после ссылки.

Все расчеты, выполняемые в реферате, излагаются в тексте с обоснованием, указанием размерности величин. Результаты расчетов представляются в табличной форме.

В заключении излагаются краткие выводы по результатам работы, характеризующие степень решения задач, поставленных во введении. Следует уточнить, в какой степени удалось реализовать цель реферирования, обозначить проблемы, которые не удалось решить в ходе написания реферата.

Приложения обозначают заглавными буквами русского алфавита. Каждое приложение имеет свое обозначение.

Подбор литературы осуществляется студентом самостоятельно. Желательно использование материалов, публикуемых в журналах списка ВАК, монографий и других источников. Это обусловлено тем, что в реферате вопросы теории следует увязывать с практикой.

Перечень используемой литературы должен содержать минимум 15 наименований. Список литературы оформляется в алфавитном порядке в соответствии с требованиями ГОСТа: сначала указываются источники законодательной базы (федеральные, региональные, местные нормативные правовые акты), затем – научные публикации (книги, статьи, авторефераты, диссертации). По каждому источнику, в том числе по научным статьям, указывается фамилия и инициалы автора, название, место издания, название издательства, год издания. При использовании страниц Internet их перечень дается в конце списка литературы.

Рекомендации по подготовке к итоговому контролю (промежуточной аттестации) по дисциплине

Итоговый контроль в форме зачета проводится для студентов, которые получили менее 90 баллов по дисциплине. Рабочая программа содержит в себе примерные вопросы к зачету, которые студент получит во время прохождения итогового контроля.

Помимо общетеоретических вопросов, студент получает практические задания, которые позволяют проследить уровень сформированности компетенций. Данные задания студент получает адресно за неделю до проведения аттестации.

При подготовке к зачету необходимо тщательно ознакомиться с конспектами лекций, изучить дополнительную литературу по темам курса.

3. КОМПОНЕНТЫ МОНИТОРИНГА УЧЕБНЫХ ДОСТИЖЕНИЙ СТУДЕНТОВ

3.1 Технологическая карта рейтинга дисциплины «Физическая культура и спорт»

Наименование дисциплины	Направление подготовки и уровень образования Название программы/профиля	Количество зачетных единиц
Физическая культура и спорт	37.03.01 Психология направленность (профиль) образовательной программы Социальная психология По заочной форме обучения	2
Смежные дисциплины по учебному плану		
Предшествующие:		
Последующие: элективная дисциплина по общей физической подготовке, элективная дисциплина по подвижным и спортивным играм, элективная дисциплина по физической культуре для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов, социология, философия		

Базовый раздел		
Форма работы	Количество баллов	
	Min	max
Устная аудиторная работа	15	20
Разработка презентации / доклада	15	20
Реферативная работа	15	30
Написание, опубликование статей и выступление с докладом на конференции	15	30
Общее количество баллов по дисциплине	60	100

Соответствие рейтинговых баллов оценке:

Общее количество набранных баллов	Академическая оценка
0-60	Не зачет
61-100	Зачет

Министерство просвещения Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
им. В.П. Астафьева»
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Кафедра-разработчик
Кафедра физической культуры и здоровья

УТВЕРЖДЕНО
на заседании кафедры
Протокол №11 от 06.05.2020 г.
Заведующая кафедрой Н.А.
Попованова



ОДОБРЕНО
на заседании научно-методического совета
специальности (направления подготовки)
Протокол № 5 от 20.05.2020 г.
Председатель НМСС (Н)
Шкерина Т.А.



ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся
по дисциплине

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

Направление подготовки:

37.03.01 Психология
направленность (профиль) образовательной программы
Социальная психология

по заочной форме обучения

Квалификация: бакалавр

Составители: доцент Попованова Н.А., ст. преподаватель Гречушкина И.И.

ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Представленный фонд оценочных средств по дисциплине «Физическая культура и спорт» соответствует требованиям ФГОС ВО и профессиональным стандартам «Педагог» (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель) и «Педагог профессионального обучения, профессионального образования и дополнительного профессионального образования».

Предлагаемые преподавателем формы и средства промежуточной аттестации и текущего контроля успеваемости адекватны целям и задачам реализации основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 37.03.01 Психология направленность (профиль) образовательной программы Социальная психология, а также целям и задачам рабочей программы реализуемой дисциплины.

Оценочные средства для промежуточной аттестации и текущего контроля успеваемости по итогам освоения дисциплины и критерии оценивания представлены в полном объеме. Формы оценочных средств, включенных в представленный фонд, отвечают основным принципам формирования ФОС, установленных в Положении о формировании фонда оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева» и его филиалах.

Разработанный и представленный для экспертизы фонд оценочных средств рекомендуется к использованию в процессе подготовки кадров квалификации «Бакалавр» по указанной программе бакалавриата.



Директор МАОУ СШ №145

25 мая 2017г.

Россия, г. Красноярск,
ул. 78 Добровольческой бригады, 1 А
228-07-71
sch145@mail.ru

Е.И. Макаренко

1. Назначение фонда оценочных средств

1.1. **Целью** создания ФОС дисциплины «Физическая культура и спорт» является установление соответствия учебных достижений запланированным результатам обучения и требованиям основной профессиональной образовательной программы, рабочей программы дисциплины.

1.2. ФОС по дисциплине решает задачи:

— контроль и управление процессом приобретения бакалаврами необходимых знаний, умений, навыков и уровня сформированности компетенций, определенных в ФГОС ВО по соответствующему направлению подготовки;

— контроль (с помощью набора оценочных средств) достижений целей реализации ОПОП, определенных в виде набора универсальных и общепрофессиональных компетенций выпускников;

— обеспечение соответствия результатов обучения задачам будущей профессиональной деятельности через овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья как базовой ценности человека.

1.3. ФОС разработан в соответствии с:

— федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 37.03.01 Психология, утвержденным приказом Министерством образования и науки Российской Федерации (приказ № 946 от 7 августа 2014 г.);

— образовательной программы Социальная психология, заочной формы обучения высшего образования по направлению подготовки 37.03.01 Психология;

— положения о формировании фонда оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой (государственной итоговой) аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре – в федеральном государственном бюджетном

образовательном учреждении высшего образования «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева» утвержденного приказом ректора № 297 (п) от 28.04.2018.

1. Перечень компетенций подлежащих формированию в рамках дисциплины

2.1. Перечень компетенций, формируемых в процессе изучения дисциплины:

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

ОК-7: способность к самоорганизации и самообразованию;

Компетенция	Дисциплины, практики, участвующие в формировании компетенции	Тип контроля	Оценочное средство/КИМы	
			№	Форма
ОК-8	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Общекультурные основы профессиональной деятельности. Физическая культура и спорт. Элективные дисциплины по физической культуре и спорту Элективная дисциплина по общей физической подготовке Элективная дисциплина по подвижным и спортивным играм Элективная дисциплина по физической культуре для обучающихся с ОВЗ и инвалидов Подготовка к защите и выпускной квалификационной работе	текущий контроль успеваемости	1	Устная аудиторная работа
		текущий контроль успеваемости	2	Разработка презентации/доклада
		текущий контроль успеваемости	3	Реферативная работа
		промежуточная аттестация	4	Зачет
ОК-7	Способность к самоорганизации и самообразованию Общекультурные основы профессиональной деятельности Физическая культура и спорт Модуль «Медико-биологические основы профессиональной деятельности»	текущий контроль успеваемости	1	Устная аудиторная работа
		текущий контроль успеваемости	2	Разработка презентации/доклада
		текущий контроль успеваемости	3	Реферативная работа
		промежуточная	4	Зачет

	<p>Анатомия ЦНС Психофизиология Специальная психология Клиническая психология Основы психогенетики Модуль «Научно-исследовательские основы профессиональной деятельности» Основы учебной деятельности Математика Математическая статистика Модуль «Теоретические основы профессиональной деятельности» Введение в профессию Общая психология Психология развития и возрастная психология Психодиагностика Модуль «Технологии организации психологического сопровождения и психологической помощи» Психология семьи и семейное консультирование Основы психологического консультирования Основы психопрофилактики и психокоррекции Технологии психологического просвещения Элективные дисциплины по физической культуре и спорту Элективная дисциплина по общей физической подготовке Элективная дисциплина по подвижным и спортивным играм Элективная дисциплина по физической культуре для обучающихся с ОВЗ и инвалидов Саморазвитие и самопознание Тренинг личностного роста Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена Подготовка к защите и защита выпускной квалификационной работы</p>	<p>аттестация</p>		
--	---	-------------------	--	--

3. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации

3.1. Фонды оценочных средств включают: вопросы и задания к зачету.

3.2. Оценочные средства

3.2.1. Оценочное средство вопросы и задания к зачету

Критерии оценивания по оценочному средству 4 - зачет

Критерии оценивания по оценочному средству 4 - зачет

Формируемые компетенции	Продвинутый уровень сформированности компетенций	Базовый уровень сформированности компетенций	Пороговый уровень сформированности компетенций
	(87 - 100 баллов) отлично/зачтено	(73 - 86 баллов) хорошо/зачтено	(60 - 72 балла) удовлетворительно /зачтено
ОК-8	Обучающийся на высоком уровне способен использовать методы физического воспитания и самовоспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья	Обучающийся на среднем уровне способен использовать методы физического воспитания и самовоспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья.	Обучающийся на удовлетворительном уровне способен использовать методы физического воспитания и самовоспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья
ОК-7	Обучающийся на высоком уровне проявляет способность к самообразованию и социально-профессиональной мобильности	Обучающийся на среднем уровне проявляет способность к самообразованию и социально-профессиональной мобильности	Обучающийся на удовлетворительном уровне проявляет способность к самообразованию и социально-профессиональной мобильности

*Менее 60 баллов – компетенция не сформирована

4. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости

4.1. Фонды оценочных средств включают: активная устная аудиторная работа, разработка презентации/доклада, реферативная работа.

4.2. Критерии оценивания см. в технологической карте рейтинга рабочей программы дисциплины.

4.2.1. Критерии оценивания по оценочному средству 1 - устная аудиторная работа

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Присутствие на аудиторных занятиях	10
Обучающийся отвечает на вопросы преподавателя, аргументирует свою точку зрения, предлагает несколько вариантов решений	10
Максимальный балл	20

4.2.2. Критерии оценивания по оценочному средству 2 - разработка презентации/доклада

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Презентация/доклад демонстрирует знание фактического материала, усвоение студентом общих представлений,	10

понятий, идей	
Новизна и актуальность поставленных в презентации/докладе проблем, правильность формулирования цели, определения задач исследования	10
Максимальный балл	20

4.2.3. Критерии оценивания по оценочному средству 3 - реферативная работа

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Реферат демонстрирует знание фактического материала, усвоение студентом общих представлений, понятий, идей	15
Новизна и актуальность поставленных в реферате проблем, правильность формулирования цели, определения задач исследования	15
Максимальный балл	30

4.2.5. Критерии оценивания по оценочному средству 5 – написание, опубликование статей и выступление с докладом на конференции

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Написание и опубликование статьи	15
Выступление обучающегося с докладом на конференции	15
Максимальный балл	30

5. Оценочные средства (контрольно-измерительные материалы)

Темы рефератов по дисциплине «Физическая культура и спорт»

1. История развития современных видов легкой атлетики.
2. Легкая атлетика в образовательных учреждениях.
3. Техника бега на короткие дистанции.
4. Техника, тактика бега на средние и длинные дистанции.
5. Эстафетный бег, как олимпийский вид легкой атлетики.
6. Построение тренировочных занятий по легкой атлетике.
7. Характеристика легкой атлетики, как вида спорта.
8. Легкоатлетическое многоборье.
9. Ведущие спортсмены XX – XXI века в беге на короткие дистанции.
10. Развитие быстроты при занятиях легкой атлетикой.
11. Воспитание силовых способностей при занятиях легкой атлетикой.

12. Воспитание выносливости на занятиях легкой атлетикой.
13. Сила, как основное физическое качество.
14. Скорость, как основное физическое качество.
15. Средства физического воспитания
16. Оздоровительные виды гимнастики.
17. Выносливость, как основное физическое качество.
18. Гибкость, как основное физическое качество.
19. Общая характеристика оздоровительной физической культуры.
20. Влияние кругового метода проведения уроков гимнастики на физическую подготовленность учащихся.
21. Использование игровых заданий на уроках гимнастики.
22. Основы техники передвижения на лыжах классическим ходом.
23. Техника попеременных и одновременных ходов.
24. Техника спусков и подъемов на лыжах.
25. Оздоровительное влияние занятий волейболом на организм человека.
26. Значение занятий волейбола для студентов, обучающихся в вузах.
27. Виды подготовки баскетболистов (техника, амплуа игрока).
28. Спорт в физическом воспитании студентов.
29. Травматизм игроков: профилактика лечения, реабилитация.
30. История возникновения и развития баскетбола.
31. Спорт в физическом воспитании студентов.
32. История развития футбола в России.
33. Футбол - средство физического воспитания студенческой молодёжи.
34. История развития футбола в г. Красноярске.

Вопросы и задания к зачету по дисциплине

«Физическая культура и спорт»

1. Правовое регулирование в области физической культуры и спорта.
2. Законодательство о физической культуре и спорте.
3. Принципы разработки нормативных актов в сфере физической культуры и спорта.

4. Система нормативных актов о физической культуре и спорте.
5. Физическая культура и её роль в общекультурной подготовке студентов.
6. Характеристика понятий «физическая культура», «физическое воспитание», «система физического воспитания», «физкультурное образование», «спорт».
7. Компоненты профессиональной физической культуры личности.
8. Организм как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система.
9. Анатомо-морфологические особенности и основные физиологические функции организма. Функциональные системы организма.
10. Внешняя среда и её воздействие на организм и жизнедеятельность человека.
11. Функциональная активность человека и взаимосвязь физической и умственной деятельности.
12. Утомление при физической и умственной работе. Восстановление.
13. Биологические ритмы и работоспособность.
14. Физическая культура и спорт как фактор социализации личности.
15. Спорт как средство воспитания личностных качеств.
16. Характеристика понятия «спорт». Роль спорта в системе физического воспитания.
17. Физическая подготовка спортсмена.
18. Физическая культура и развитие личности.
19. Ценности физической культуры.
20. Компоненты мотивационно-ценностного отношения к физической культуре.
21. Здоровый образ жизни. Виды здоровья.
22. Вредные привычки и их влияние на здоровье человека.
23. Роль физических упражнений в поддержании здоровья человека.
24. Личная гигиена как важный элемент здорового образа жизни человека.
25. Основы профессионально-прикладной физической подготовки.
26. Значимость профессионально-прикладной физической подготовки.
27. Профессиональная направленность физического воспитания будущего учителя.
28. Методические принципы физического воспитания.

29. Средства, методы и этапы физического воспитания.
30. Профессиональная направленность подготовки учителя как социально-педагогическая категория.
31. Роль профессиональной направленности физического воспитания будущего учителя.
32. Развитие физических качеств организма.
33. Общая физическая подготовка.
34. Воспитание устойчивой потребности в самостоятельных занятиях физическими упражнениями.
35. Виды готовности студентов к физическому самовоспитанию.

3.3. Анализ результатов обучения и перечень корректирующих мероприятий по учебной дисциплине

Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочей программе дисциплины на 2018/2019 учебный год

В рабочую программу дисциплины вносятся следующие изменения:

1. Список литературы обновлен учебными и учебно-методическими изданиями, электронными образовательными ресурсами. Обновлен перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем.
2. Обновлен перечень лицензионного программного обеспечения.
3. В фонд оценочных средств внесены изменения в соответствии с приказом «Об утверждении Положения о фонде оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой (государственной итоговой) аттестации» от 28.04.2018 № 297 (п).

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры протокол №9 от «26» апреля 2018 г.

Внесенные изменения утверждаю:
Заведующий кафедрой



Попованова Н.А.

Одобрено научно-методическим советом специальности (направления подготовки) института психолого-педагогического образования

Протокол №4 от «10» мая 2018г.

Председатель НМСС (Н)



Лист внесения изменений

Дополнения и изменения рабочей программы на 2018/2019 учебный год

В рабочую программу вносятся следующие изменения:

1. На титульном листе РПД и ФОС изменено название ведомственной принадлежности «Министерство науки и высшего образования» на основании приказа «о внесении изменений в сведения о КГПУ им. В.П. Астафьева» от 15.07.2018 № 457 (п).

Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочей программе дисциплины на 2019/2020 учебный год

В рабочую программу дисциплины вносятся следующие изменения:

1. Список литературы обновлен учебными и учебно-методическими изданиями, электронными образовательными ресурсами. Обновлен перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем.
2. Обновлен перечень лицензионного программного обеспечения.

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры физической культуры и здоровья «25» апреля 2019 г. протокол № 9

Внесенные изменения утверждаю:
Заведующий кафедрой



У

Попованова Н.А.

Одобрено научно-методическим советом специальности (направления подготовки) института психолого-педагогического образования

Протокол №5 от «15» мая 2019г.
Председатель НМСС (Н)



1 М.Т. Аверьева

Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочую программу дисциплины
на 2020/2021 учебный год

В программу вносятся следующие изменения:

1. Обновлено титульные листы рабочей программы, фонда оценочных средств в связи с изменением ведомственной принадлежности – Министерству просвещения Российской Федерации.

2. Обновлено и согласована с Научной библиотекой КГПУ им. В.П. Астафьева «Карта литературного обеспечения (включая электронные ресурсы)», содержащая основную и дополнительную литературу, современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.

3. Обновлено «Карта материально-технической базы дисциплины», включающая аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации, помещения для самостоятельной работы обучающихся в КГПУ им. В.П. Астафьева) и комплекс лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения.

Программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры
"6" мая 2020г., протокол № 11

Внесенные изменения утверждаю:

Попованова Н.А.

Заведующий кафедрой

Одобрено НМСС(Н)
20 мая 2020 г., протокол №5

Председатель

Шкерина Т.А.

4. УЧЕБНЫЕ РЕСУРСЫ
4.1. КАРТА ЛИТЕРАТУРНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

«Физическая культура и спорт»

для обучающихся основной образовательной программы

Направление подготовки

37.03.01 Психология

направленность (профиль) образовательной программы

Социальная психология

по заочной форме обучения

	Наименование	Место хранения/ электронный адрес	Кол-во экземпляров/ точек доступа
Основная литература			
1.	Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства [Текст] : учебник для высших учебных заведений / Ред. Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов. - 2-е изд., стереотип. - М. : Академия, 2007. - 400 с.	Научная библиотека	8
2.	Теория и методика обучения базовым видам спорта. Подвижные игры [Текст] : учебник для студентов высшего профессионального образования / ред. Ю. М. Макаров ; сост.: Н. В. Луткова, Л. Н. Минина, Ю. М. Макаров. - М. : Издательский центр "Академия", 2013. - 272 с.	Научная библиотека	10
3.	Ветрова, И. В. Новые физкультурно-спортивные виды: шейпинг, аэробика: учебное пособие / И. В. Ветрова, Н. В. Люлина; Краснояр. гос. пед. ун-т им. В. П. Астафьева. –	ЭБС КГПУ им. В.П. Астафьева	Индивидуальный неограниченный доступ

	Красноярск, 2018. – 276 с. – Режим доступа: http://elib.kspu.ru/document/32151 .		
4.	Бутин, Игорь Михайлович. Лыжный спорт [Текст] : учеб. для студ. образоват. учреждений сред. проф. образования / И.М. Бутин. - М. : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. - 192 с. : ил.	Научная библиотека	35
5.	Физическая культура и спорт. Кравченко В.М., Бартновская Л.А., Попованова Н.А. – Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева. Красноярск, 2019. 188 с.	Научная библиотека	10
6.	Физическое воспитание студентов специальной медицинской группы вуза. Бартновская Л.А., Кравченко В.М., Попованова Н.А., Яцковская Л.Н. Краснояр. гос. пед.ун-т им. В.П. Астафьева. Красноярск, 2019. 120 с	Научная библиотека	10
Дополнительная литература			
7.	Вайнбаум, Яков Семенович. Гигиена физического воспитания и спорта [Текст] : учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений / Я. С. Вайнбаум, В. И. Коваль, Т. А. Родионова. - 3-е изд., стер. - М. : Издательский центр "Академия", 2005. - 240 с.	Научная библиотека	6
8.	Барчуков, Игорь Сергеевич. Физическая культура [Текст] : учебник / И. С. Барчуков ; ред. Н. Н. Маликов. - 4-е изд., испр. - М. : Академия, 2011. - 528 с. - (Бакалавриат).	Научная библиотека	5
9.	Жуков, Михаил Николаевич. Подвижные игры: Учеб. для студ. пед. вузов.-2-е изд., стереотип. [Текст] / Жуков М.Н. - М. : "Академия", 2004. - 160 с.	Научная библиотека	17
10.	Усаков, В. И. Студенту о здоровье и физическом воспитании	ЭБС «КГПУ им. В. П. Астафьева»	Индивидуальный

	[Электронный ресурс] : учебное пособие / В. И. Усаков; Краснояр. гос. пед. ун-т им. В. П. Астафьева. – Красноярск, 2012. – 104 с. – Режим доступа : http://elib.kspu.ru/document/5561 .– ЭБС «КГПУ им. В. П. Астафьева		неограниченный доступ
11.	Лавриченко К. С. Учебно-методическое пособие Нетрадиционные методы физической подготовки: скипинг: метод. указания к практ. занятиям по физ. культуре для студентов всех направлений подготовки очной формы обучения	http://elib.kspu.ru/document/15876	Индивидуальный неограниченный доступ
Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы			
12.	Бордуков М.И. Физиологические основы физического воспитания и спорта [Видеозапись] : обзорная лекция. – URL: http://elib.kspu.ru/document/10445	ЭБС «КГПУ им. В. П. Астафьева»	Индивидуальный неограниченный доступ
13.	Фатеев Г.В. «Методика использования набивных мячей на занятиях по физической культуре»: учебный фильм	http://elib.kspu.ru/document/15245	Индивидуальный неограниченный доступ
	Физическая культура и спорт	http://e.kspu.ru/course/view.php?id=239	Запись пользователей на курс
	Физическая культура и спорт	http://e.kspu.ru/course/view.php?id=414#section-12	Запись пользователей на курс
	Физическая культура и спорт в вузе	http://e.kspu.ru/course/view.php?id=2512	Запись пользователей на

			курс
	Физическая культура и спорт. Красноярцы - Олимпийские чемпионы.	https://e.kspu.ru/course/view.php?id=3591&notifyeditingon=1	Запись пользователей на курс
	Мировое спортивное движение.	http://e.kspu.ru/course/view.php?id=2612	Запись пользователей на курс
Информационные справочные системы и профессиональные базы данных			
14.	Elibrary.ru [Электронный ресурс] : электронная библиотечная система : база данных содержит сведения об отечественных книгах и периодических изданиях по науке, технологии, медицине и образованию / Рос. информ. портал. – Москва, 2000– . – Режим доступа: http://elibrary.ru .	http://elibrary.ru	свободный
15.	East View : универсальные базы данных [Электронный ресурс] : периодика России, Украины и стран СНГ . – Электрон.дан. – ООО ИВИС. – 2011 - .	https://dlib.eastview.com/	Индивидуальный неограниченный доступ

Согласовано:

заместитель директора библиотеки



/ Шулипина С.В. /

4.2 Карта материально-технической базы дисциплины

«Физическая культура и спорт»

для обучающихся основной образовательной программы
Направление подготовки 37.03.01 Психология
направленность (профиль) образовательной программы
Социальная психология
по заочной форме обучения

Аудитория	Оборудование
Аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации	
660049, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89 (Корпус №1), ауд. 2-07	Телевизор-1шт., проектор-1шт., экран-1шт., доска учебная-1шт.
660049, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89 (Корпус №1), ауд. 3-04	Проектор-1шт., интерактивная доска-1шт., фортепиано-1шт., компьютер с колонками-1шт., доска маркерная-1шт., акустическая система. LinuxMint – (Свободная лицензия GPL)
660049, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89 (Корпус №1), ауд. 4-16	Проектор-1шт., экран-1шт., учебная доска-1шт., колонки-2шт.
Аудитории для самостоятельной работы	
660049, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89 (Корпус №1), 1- 05 Центр самостоятельной работы	Компьютер- 15 шт., МФУ-5 шт. Microsoft® Windows® Home 10 RussianOLPNLAcademicEditionLegalizationGetGenuine (ОЕМлицензия, контракт № Tr000058029от27.11.2015); Kaspersky Endpoint Security – Лицсертификат №1B08-190415- 050007-883-951; 7-Zip - (Свободная лицензия GPL); AdobeAcrobatReader – (Свободная лицензия); GoogleChrome – (Свободная лицензия); MozillaFirefox – (Свободная лицензия); LibreOffice – (Свободная лицензия GPL); XnView – (Свободная лицензия); Java – (Свободная лицензия); VLC – (Свободная лицензия). Гарант - (договор № КРС000772 от21.09.2018)

	КонсультантПлюс (договор № 20087400211 от
660049, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89 (Корпус №1), 1- 34 Ресурсный центр	Компьютер- 4 шт. Microsoft® Windows® Home 10 RussianOLPNLAcademicEditionLegalizationGetGenuine (ОЕМлицензия, контракт № Tr000058029от27.11.2015); Kaspersky Endpoint Security – Лицсертификат №1B08-190415-050007-883-951; 7-Zip - (Свободная лицензия GPL); AdobeAcrobatReader – (Свободная лицензия); GoogleChrome – (Свободная лицензия); MozillaFirefox – (Свободная лицензия); LibreOffice – (Свободная лицензия GPL); XnView – (Свободная лицензия); Java – (Свободная лицензия); VLC – (Свободная лицензия); Гарант - (договор № КРС000772 от 21.09.2018). КонсультантПлюс (договор № 20087400211 от 30.06.201