

СТЕРЛИТАМАКСКИЙ ФИЛИАЛ
ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО
УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Факультет *Кафедра физвоспитания*
Кафедра *Физической культуры и здоровьесберегающих технологий*

Аннотация рабочей программы дисциплины (модуля)

дисциплина *Б1.О.ДВ.01.02 Спортивные секции*

обязательная часть

Направление

*49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(адаптивная физическая культура)*

код

наименование направления

Программа

Физическая реабилитация

Форма обучения

Заочная

Для поступивших на обучение в
2020 г.

Стерлитамак 2022

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций

Формируемая компетенция (с указанием кода)	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине (модулю)
ПК-3. Способен осуществлять контроль и регуляцию физических нагрузок в процессе занятий физическими упражнениями с учетом специфики заболевания	ПК-3.1. планирует содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса	Обучающийся должен: знать -специфику проведения тренировочных занятий, средства и методы регуляции физических нагрузок
	ПК-3.2. контролирует и оценивает работу занимающихся на занятиях	Обучающийся должен: уметь использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий физическими упражнениями в зависимости от специфики заболевания
	ПК-3.3. индивидуализирует и корректирует физические нагрузки в процессе обучения;	Обучающийся должен: владеть методикой распределения на протяжении занятия физических нагрузок с учетом их влияния на организм занимающихся;
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Раскрывает ценности, функции и роль физической культуры как социального явления и части культуры общества и личности.	Обучающийся должен: Знать: ценности, функции физической культуры и спорта; роль физической культуры и спорта в развитии общества
	УК-7.2. Планирует и организует учебно-тренировочные занятия с целью сохранения и укрепления здоровья.	Обучающийся должен: Уметь: планировать и организовывать учебно-тренировочные занятия, применять различные системы упражнений с целью совершенствования физической

		подготовленности для сохранения и укрепления здоровья
	УК-7.3. Выбирает необходимые средства и методы организации здорового образа жизни.	Обучающийся должен: Владеть: методами и средствами организации занятий физической культурой и спортом; в том числе оздоровительной физической культурой
ОПК-1. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья	ОПК-1.1. Организует образовательный процесс в специальных (коррекционных) образовательных организациях, содержание и формы документов планирования процесса по физическому воспитанию	Обучающийся должен: знать: средства и методы физического воспитания с учетом особенностей различных категорий занимающихся
	ОПК-1.2. Планирует содержание урочных и внеурочных форм проведения занятий с учетом возрастных особенностей занимающихся и санитарно-гигиенических норм организации физкультурно-спортивной деятельности;	Обучающийся должен: уметь: рассчитывать и устанавливать оптимальные параметры нагрузки, исходя из функциональной задачи занятия
	ОПК-1.3. Формирует основы физкультурных знаний, составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов и функционального состояния, обучения технике физических упражнений в базовых видах спорта, развития физических	Обучающийся должен: владеть: средствами, методами и формами проведения занятий с учетом психологических, анатомических и морфофункциональных особенностей занимающихся, их возраста и пола

	способностей с учетом возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ;	
--	--	--

2. Цели и место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Цели изучения дисциплины:

Дисциплина «Спортивные секции» относится к обязательной части.

Целью освоения дисциплины «Спортивные секции» является: формирование фундаментальных знаний в области выбранных видов деятельности, а также освоение обучающимися теоретико-методических знаний и практических умений для работы в области физической культуры и подготовка их к разносторонней профессиональной деятельности по направлению подготовки.

Дисциплина изучается на 1 курсе в 2 семестре

3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических или астрономических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость (объем) дисциплины составляет 328 акад. ч.

Объем дисциплины	Всего часов
	Заочная форма обучения
Общая трудоемкость дисциплины	328
Учебных часов на контактную работу с преподавателем:	
лекций	
практических (семинарских)	4
другие формы контактной работы (ФКР)	0,2
Учебных часов на контроль (включая часы подготовки):	3,8
зачет	
Учебных часов на самостоятельную работу обучающихся (СР)	320

Формы контроля	Семестры
зачет	2

4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

4.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах)

№	Наименование раздела / темы	Виды учебных занятий, включая
---	-----------------------------	-------------------------------

п/п	дисциплины	самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)			
		Контактная работа с преподавателем			СР
		Лек	Пр/Сем	Лаб	
5.3	Техника остановки мяча	0	0	0	20
3	Волейбол	0	0	0	60
3.2	Обучение технике передачи мяча в волейболе.	0	0	0	20
3.3	Обучение технике нападающего удара и методика обучения в волейболе.	0	0	0	20
4	Баскетбол	0	0	0	60
4.1	Техника ловли и передачи мяча.	0	0	0	20
4.2	Техника ведения мяча.	0	0	0	20
4.3	Техника бросков мяча.	0	0	0	20
5	Мини-футбол	0	0	0	60
5.1	Техника передвижения	0	0	0	20
3.1	Обучение технике перемещений и методика обучения в волейболе	0	0	0	20
1	Легкая атлетика	0	4	0	80
2.3	Упражнения для мышц ног	0	0	0	20
2.2	Упражнения для мышц спины	0	0	0	20
2.1	Упражнения для мышц шеи, рук	0	0	0	20
2	Атлетическая гимнастика	0	0	0	60
5.2	Техника ударов по мячу	0	0	0	20
1.1	Техника бега на короткие дистанции	0	4	0	20
1.2	Техника бега на средние и длинные дистанции.	0	0	0	20
1.3	Техника высокого и низкого старта, стартовый разгон, бег по виражу, финиширование	0	0	0	20
1.4	Прыжки в длину с разбега	0	0	0	20
	Итого	0	4	0	320

4.2. Содержание дисциплины, структурированное по разделам (темам)

Курс практических/семинарских занятий

№	Наименование раздела / темы дисциплины	Содержание
1	Легкая атлетика	
1.1	Техника бега на короткие дистанции	Особенности техники бега на короткие дистанции. Старт.Стартовый разгон. Бег по дистанции.