

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«КЕРЧЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МОРСКОЙ
ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «КГМТУ»)
Морской факультет
Кафедра электрооборудования судов и автоматизации производства**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Элективный модуль по физической культуре и спорту
Занятия в специализированных спортивных секциях**

Уровень основной профессиональной образовательной программы – бакалавриат
Направление подготовки – 13.03.02 Электроэнергетика и электротехника
Направленность (профиль) – Электрооборудование и автоматика судов
Учебный план 2019 года разработки

Описание учебной дисциплины по формам обучения

Очная													Заочная														
Курс		Семестр	Всего часов / зач. единиц	Всего аудиторных часов	Лекции, часов	Лабораторные занятия, часов	Практические занятия, часов	Семинары, часов	Самостоятельная работа, часов	КП (КР), часов	РГР, часов	Консультации, часов	Семестровый контроль, часов (вид)	Курс		Семестр	Всего часов / зач. единиц	Всего аудиторных часов	Лекции, часов	Лабораторные занятия, часов	Практические занятия, часов	Семинары, часов	Самостоятельная работа, часов	КП (КР), часов	Контрольная работа, часов	Консультации, часов	Семестровый контроль, часов (вид)
1	2													1	2												
1	2													1	2												
2	3																										
Всего																											
1	1	108	24	2		22		80				4 (зач.)		1	2	328	4	2		2		320				4 (зач.)	
1	2	108	36			36		68				4 (зач.)					4	2		2						4 (зач.)	
2	3	112	28			28		80				4 (зач.)															
Всего		328	88	2		86		228				12 (зач.)	Всего		328	4	2		2		320					4 (зач.)	

Рабочая программа составлена на основании ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки 13.03.02 Электроэнергетика и электротехника, учебного плана.

Программу разработала С.Б. Букша, канд. пед. наук, доцент, зав. кафедрой физического воспитания и спорта ФГБОУ ВО «КГМТУ».

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры физического воспитания и спорта ФГБОУ ВО «КГМТУ»

Протокол № 7 от 20.03.2023 г.

Рабочая программа рассмотрена на заседании выпускающей кафедры электрооборудования судов и автоматизации производства ФГБОУ ВО «КГМТУ»

Протокол № 11 от 05.04.2023 г.

© ФГБОУ ВО «Керченский государственный морской технологический университет»

1 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

В результате освоения ОПОП бакалавриата обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине

Код наименования универсальной компетенции	Индикаторы достижения компетенции	Планируемые результаты освоения дисциплины	Указание раздела(ов) дисциплины, где предусмотрен освоение компетенции
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Понимает влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний.	Знать: <ul style="list-style-type: none"> - ключевые принципы оздоровительных систем и их влияние на физиологические процессы в организме человека; - специфику развития и совершенствования приоритетных в данной профессии психофизических качеств; - ключевые принципы рациональной организации труда с учетом особенностей работоспособности человека. Уметь: <ul style="list-style-type: none"> - анализировать и применять наиболее результативные средства и методы физической культуры, спорта, рекреации и реабилитации для поддержания здоровья; - самостоятельно применять разнообразные средства и методы физической культуры и спорта для поддержания физической и умственной работоспособности. Владеть: <ul style="list-style-type: none"> - навыками самостоятельной организации и осуществления здоровьесберегающих технологий; - гигиеническими навыками поддержания физической и умственной работоспособности. 	Раздел 1-3
	УК-7.2. Выполняет индивидуально подобранные комплексы оздоровительной или адаптивной физической культуры.	Знать: <ul style="list-style-type: none"> - основные принципы организации самостоятельной работы студентов (курсантов) оздоровительной и адаптивной физической культурой; - основные принципы и направленность общей и специальной физической подготовки. Уметь: <ul style="list-style-type: none"> - выполнять комплексы общеразвивающих упражнений; - совершенствовать профессионально-прикладные физические качества; - осуществлять профилактику утомления, профессиональных заболеваний и травм. Владеть: <ul style="list-style-type: none"> - навыками совершенствования основных физических качеств человека; - методами организации самостоятельных занятий физической культурой и спортом; - объективными и субъективными методами самоконтроля при проведении самостоятельных занятий. 	Раздел 1-3

2 Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина относится к части ОПОП, формируемой участниками образовательных отношений.

При изучении дисциплины дополняются и углубляются знания, умения и навыки, полученные в результате освоения дисциплины физическая культура, дисциплин довузовской подготовки: основы безопасности жизнедеятельности.

Результаты освоения дисциплины используются в дальнейшей профессиональной деятельности: в направлении спортивного самосовершенствования курсантов, профилактики спортивного и производственного травматизма, а также для поддержания физической работоспособности и совершенствования спортивно-игровых умений и навыков.

3 Объем дисциплины в зачетных единицах

Общая трудоемкость дисциплины составляет 328 часов.

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

4.1 Структура дисциплины

Наименования разделов, тем	Общее количество часов	Очная форма									Заочная форма								
		Распределение часов по видам занятий									Распределение часов по видам занятий								
		Ауд.	ЛК	ЛЗ	ПЗ (сем)	СР	КП (КР)	РГР	Консультации	Контроль	Ауд.	ЛК	ЛЗ	ПЗ (сем)	СР	КП (КР)	Контрольная работа	Консультации	Контроль
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1 семестр																			
Раздел 1. Спортивная секция по футболу	104	24	2		22	80													
Консультации																			
Контроль	4									4									
Всего часов в семестре	108	24	2	-	22	80	-	-	-	4									
2 семестр																			
Раздел 2. Спортивная секция по волейболу	104	36			36	68					4	2		2	320				
Консультации																			
Контроль	4									4									4
Всего часов в семестре	108	36	-	-	36	68				4	4	2		2	320				4
3 семестр																			
Раздел 3. Спортивная секция по баскетболу	108	28			28	80													
Консультации																			
Контроль	4									4									
Всего часов в семестре	112	28	-	-	28	80				4									
Всего часов по дисциплине	328	88	2	-	86	228	-	-	-	12	4	2		2	320				4

4.2 Содержание лекций

№	Наименование темы	Количество часов по формам обучения	
		очная	заочная
1 семестр			
Тема 1. Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях в спортивных секциях			
1	Тема 1. Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях в спортивных секциях	1	1
Тема 2. Спортивная подготовка команд в футболе, волейболе, баскетболе			
1	Тема 2. Спортивная подготовка в футболе, волейболе, баскетболе	1	1
Всего часов		2	2

4.3 Темы лабораторных занятий

Лабораторные занятия не предусмотрены учебным планом.

4.4 Темы практических занятий

№	Наименование темы	Количество часов по формам обучения	
		очная	заочная
Семестр 1			
Раздел 1. Спортивная секция по футболу			
Тема 1. Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях в спортивных секциях по футболу			
1	Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях в спортивных секциях по футболу	2	
Тема 2. Спортивная подготовка в футболе			
2-4	Совершенствование техники приема, ведения и передачи мяча.	6	
Тема 3. Спортивная техника владения мячом в футболе. Удары по воротам. Тактика нападения			
5-7	Совершенствование техники владения мячом, удары по воротам, нападение.	6	
Тема 4. Спортивная подготовка с применением освоенных элементов техники игры			
8-9	Спортивная подготовка с применением освоенных элементов техники игры. Спортивное совершенствование техники ведения, остановки, передачи мяча в игре.	4	
Тема 5. Спортивное судейство в футболе			
10-11	Судейство в футболе. Правила судейства.	4	
Всего часов в семестре		22	
Семестр 2			
Раздел 2. Спортивная секция по волейболу			
Тема 1. Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях в спортивных секциях по волейболу			
1-2	Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях в спортивных секциях по волейболу.	4	
Тема 2. Спортивная подготовка в волейболе			
3-6	Совершенствование техники спортивного владения мячом в волейболе в парах и тройках, через сетку	8	0,6
Тема 3. Спортивная техника выполнения элементов игры в волейболе			
7-10	Спортивное совершенствование техники владения мячом в волейболе. Выполнение элементов игры в волейболе (верхней и нижней прямой подачи мяча по зонам, нападающий удар, способы блокировки мяча, передача мяча)	8	0,6
Тема 4. Спортивная подготовка с применением освоенных элементов техники игры			
11-14	Спортивная подготовка с применением освоенных элементов техники игры. Спортивное совершенствование техники нападающего удара. Способы блокирования мяча. Совершенствование передачи мяча двумя руками сверху и снизу в парах, тройках, через сетку	8	0,4
Тема 5. Спортивное судейство в волейболе			
15-18	Практика судейства. Двусторонняя игра по правилам	8	0,4
Всего часов во семестре		36	2
Семестр 3			
Раздел 3. Спортивная секция по баскетболу			

Тема 1. Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях в спортивных секциях по баскетболу			
1	Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях в спортивных секциях по баскетболу.	2	
Тема 2. Спортивная подготовка в баскетболе			
2-4	Спортивное совершенствование ловли и передачи мяча, техники броска мяча (с места, в движении, прыжком)	6	
Тема 3. Спортивная техника выполнения элементов игры в баскетболе			
5-8	Спортивное совершенствование техники выполнения элементов игры в баскетболе(ведения мяча, бросков с двойного шага, бросков в прыжке, техники защиты: перехват, накрывание)	8	
Тема 4. Спортивная подготовка с применением освоенных элементов техники игры			
9-11	Совершенствование техники защиты: перехват, накрывание и т.д. Совершенствование техники передвижений	6	
Тема 5. Спортивная подготовка по тактике игры в защите и нападении. Судейство в баскетболе			
12-14	Спортивная подготовка по тактике игры в защите и нападении. Двухсторонняя игра с применением освоенных элементов техники игры. Судейство в баскетболе.	6	
Всего часов в семестре		28	
Всего часов		86	

4.5 Темы семинарских занятий

Семинарские занятия не предусмотрены учебным планом.

5 Самостоятельная работа обучающихся

Наименование темы	Трудоемкость самостоятельной работы, час.		Содержание работы
	очная	заочная	
Семестр 1			
Раздел 1. Спортивная секция по футболу			
Тема 1. Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях в спортивных секциях по футболу	6		Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Тема 2. Спортивная подготовка в футболе	18		Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Тема 3. Спортивная техника владения мячом в футболе. Удары по воротам. Тактика нападения	18		Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Тема 4. Спортивная подготовка с применением освоенных элементов техники игры	20		Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Тема 5. Спортивное судейство в футболе	18		Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Всего часов в семестре	80		
Семестр 2			
Раздел 2. Спортивная секция по волейболу			
Тема 1. Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях в спортивных секциях по волейболу	8	20	Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Тема 2. Спортивная подготовка в волейболе	15	75	Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Тема 3. Спортивная техника выполнения элементов игры в волейболе	15	75	Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Тема 4. Спортивная подготовка с применением освоенных элементов техники игры	15	75	Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Тема 5. Спортивное судейство в волейболе	15	75	Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Всего часов в семестре	68	320	
Семестр 3			
Раздел 3. Спортивная секция по баскетболу			
Тема 1. Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях в спортивных секциях по баскетболу	8		Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям

Тема 2. Спортивная подготовка в баскетболе	18		Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Тема 3. Спортивная техника выполнения элементов игры в баскетболе	18		Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Тема 4. Спортивная подготовка с применением освоенных элементов техники игры	18		Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Тема 5. Спортивная подготовка по тактике игры в защите и нападении. Судейство в баскетболе	18		Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Всего часов в семестре	80		
Всего часов	228	320	

6 Тематика курсового проектирования (курсовой работы)

Курсовое проектирование не предусмотрено учебным планом.

7 Методы обучения

Основными формами изучения дисциплины являются: чтение лекций, проведение практических занятий, самостоятельная работа студентов (курсантов).

Основным методом изучения дисциплины являются практические занятия, которые проводятся в специализированных аудиториях с использованием специального оборудования и спортивного инвентаря.

На лекциях рассматриваются основополагающие понятия спортивной подготовки; принципы развития и совершенствования процесса тренировки в волейболе, футболе, баскетболе; профилактика спортивного травматизма; особенности оценки физической подготовленности по различным видам спортивных игр; возможности физического самосовершенствования студентов в различных специализированных направлениях спортивной подготовки.

Практические занятия проводятся в форме решения задач физического развития и спортивного совершенствования и направлены на практическое закрепление теоретического материала.

Практические занятия в специализированных спортивных секциях проводятся в групповой форме, это позволяет студентам развить навыки самостоятельной тренировки, получить опыт физического самосовершенствования, применить полученные теоретические знания при решении практических задач формирования и совершенствования спортивных умений и навыков; повышения физической подготовленности и спортивного мастерства. Занятия могут проходить в разных формах, обязательной для обучающихся является также самостоятельная работа.

В ходе практических занятий студенты должны овладеть методиками применения специальных, подготовительных, тренирующих упражнений различных видов спорта, а также методиками организации самостоятельной тренировки по футболу, волейболу и баскетболу, самооценки физической подготовленности и физической работоспособности.

8 Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Приведен в обязательном приложении к рабочей программе.

9 Перечень учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

Наименование	Количество экземпляров в библиотеке ФГБОУ ВО «КГМТУ»

1. Букша С.Б. Физическая культура : учебное пособие для курсантов морского факультета / С.Б. Букша ; Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования «Керч. гос. мор. технолог. ун-т», Каф. физ. воспитания и спорта. – Керчь, 2022. – 108 с. Текст : электронный // Электронная библиотека ФГБОУ ВО «КГМТУ». — URL: http://lib.kgmtu.ru/?p=4247	
2. Васильченко С. П. Физическая культура : практикум «Поурочные планы по волейболу» для студентов (курсантов) всех специальностей и направлений подготовки оч. (заоч.) форм обучения / Васильченко С.П. ; Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования «Керч. гос. мор. технолог. ун-т», Каф. физ. воспитания и спорта. — Керчь, 2016. — 52 с. //Электронная библиотека ФГБОУ ВО «КГМТУ». – Режим доступа: http://lib.kgmtu.ru/?p=417	
3. Дербина Н.И. Физическая культура: практикум «Поурочные планы по баскетболу» для студентов (курсантов) всех специальностей и направлений подготовки оч. (заоч.) форм обучения / сост.: Дербина Н.И. ;Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования «Керч. гос. мор. технолог. ун-т», Каф. физ. воспитания и спорта. — Керчь, 2016. — 58 с. //Электронная библиотека ФГБОУ ВО «КГМТУ». – Режим доступа: http://lib.kgmtu.ru/?p=514	
4. Дербина Н.И. Физическая культура: Подвижные игры в подготовке баскетболистов : практикум для студентов (курсантов) всех специальностей и направлений подготовки оч. и заоч. форм обучения / сост.: Дербина Н.И. ; Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования «Керч. гос. мор. технолог. ун-т», Каф. физ. воспитания и спорта. — Керчь, 2017. — 23 с. //Электронная библиотека ФГБОУ ВО «КГМТУ». – Режим доступа: http://lib.kgmtu.ru/?p=2266	
5. Платонова Н.О. Физическая культура : практикум «Поурочные планы по футболу» для студентов (курсантов) всех специальностей и направлений подгот. оч. (заоч.) форм обучения / Платонова Н.О. ; Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования «Керч. гос. мор. технолог. ун-т», Каф. физ. воспитания и спорта. — Керчь, 2016. — 62 с. //Электронная библиотека ФГБОУ ВО «КГМТУ». – Режим доступа: http://lib.kgmtu.ru/?p=411	

10 Состав современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем

Наименование информационного ресурса	Ссылка на информационный ресурс
Электронная библиотека ФГБОУ ВО «КГМТУ»	http://lib.kgmtu.ru/
Образовательная платформа «Юрайт»	https://urait.ru/
Государственная система правовой информации - официальный интернет-портал правовой информации	http://pravo.gov.ru/
Справочная правовая система «Консультант Плюс»	http://www.consultant.ru/
RSCI платформа WebofScience - база данных лучших российских журналов	http://www.technosphera.ru/news/
Информационная система «Единое окно доступа к информационным ресурсам»	http://window.edu.ru/
База данных Научной электронной библиотеки	http://elibrary.ru/
Официальный сайт Российского морского регистра судоходства	http://www.rs-class.org
Официальный сайт Международной Морской Организации	http://www.imo.org
Официальный сайт Международной электротехнической Комиссии	http://www.iec.ch
База статистических данных по развитию физической культуры и спорта в РФ	https://www.minsport.gov.ru/sport/physicalculture/statisticheskaya-inf/
Официальный сайт студенческого спортивного союза России	http://www.studsport.ru/

11 Перечень программного обеспечения, используемого при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

Наименование программного продукта	Назначение (базы и банки данных, тестирующие программы, практикум, деловые игры и т.д.)	Тип продукта (полная лицензионная версия, учебная версия, демоверсия и т.п.)
Операционная система (Microsoft Windows 10 Pro или Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No Level или Microsoft Windows Vista Business Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No Level)	Комплекс системных и управляющих программ	Лицензионное программное обеспечение
Офисный пакет (Microsoft Office Pro Plus 2016 или Microsoft Office 2010 Russian Academic OPEN 1 License No Level или Microsoft Office Professional Plus 2007 Russian Academic OPEN 1 License No Level)	Текстовый редактор, табличный редактор, редактор презентаций	Лицензионное программное обеспечение

12 Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Для реализации рабочей программы по дисциплине «Занятия в специализированных спортивных секциях» имеется учебная аудитория для проведения лекционных и практических занятий (спортивные залы 1 корпуса и судомеханического техникума). Спортивный инвентарь (шт.): гантели разновесные – 20 шт., гантели 1,5 кг – 24 шт., гимнастическая палка – 15 шт., граната 500 гр – 10 шт., граната 700 гр – 10 шт., каримат – 11 шт., кольцо баскетбольное - 6 шт., мяч гимнастический – 3 шт., обруч – 10 шт., сетка для бадминтона – 2 шт., сетка для большого тенниса – 1 шт., сетка волейбольная – 3 шт., сетка для н/тенниса – 5 шт., сетка баскетбольная – 8 шт., стенка гимнастическая – 14 шт., стойка волейбольная – 1 шт., тренажёр для ног – 2 шт., маты гимнастические – 10 шт., мегафон – 3 шт., свисток – 8 шт., секундомер – 4 шт., мяч (медбол) 4 кг – 4 шт., мяч (медбол) 5 кг – 2 шт., мяч (медбол) 3 кг – 4 шт., скакалка – 11 шт., насос – 7 шт., мяч волейбольный – 9 шт., мяч футбольный – 11 шт., мяч баскетбольный – 11 шт., мяч футзал – 7 шт., мяч для наст. тенниса – 50 шт., мяч фитбольный – 8 шт., ракетка настольного тенниса – 20 шт., форма спортивная белая – 15шт. полусфера с эспандерами – 6 шт., лестница координационная – 2 шт., степ-платформа трехуровневая – 10 шт., диск балансировочный – 10 шт., фишки для разметки поля 40шт. – 1 набор., спирометр сухой портативный – 3 шт.

13 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Рекомендации по освоению лекционного материала, подготовке к лекциям

В ходе лекционного курса проводится изложение современных научных взглядов и освещение основных проблем изучаемой области знаний. Значительную часть теоретических знаний курсант должен получать самостоятельно из рекомендованных информационных источников (учебников, Интернет-ресурсов, электронной образовательной среды университета). По ходу конспектирования лекции на занятиях необходимо делать пометки на полях, к которым рекомендуется вернуться по окончании занятия и своевременно задать вопросы преподавателю. Конспекты лекций используются при подготовке к практическим занятиям, в самостоятельной работе и подготовке к зачету по дисциплине.

Рекомендации по подготовке к практическим занятиям

Необходимо заранее ознакомиться с перечнем вопросов, которые будут рассмотрены на занятии. Изучить основные термины и понятия, выносимые на практическое занятие, ознакомиться с рекомендуемой литературой, заранее внимательно прочитать материал лекций, ознакомиться с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям, выписать основные

термины, приемы, навыки, необходимые к освоению по разным видам спорта. При подготовке к практическим занятиям необходимо постоянно повышать уровень физической работоспособности, укреплять здоровье и формировать спортивные умения, технические и тактические навыки. Также необходимо осуществлять самостоятельную спортивную тренировку, контролировать основные параметры жизнедеятельности физиологических систем, определять уровень физической подготовленности и работоспособности.

Рекомендации по организации самостоятельной работы

Самостоятельная работа курсантов включает в себя изучение и систематизацию нормативно-инструкционных и справочных материалов по игровым видам спорта; изучение учебной, научной и методической литературы, материалов периодических изданий и электронных средств информации; подготовку докладов и рефератов; участие в работе студенческих конференций, комплексных научных исследованиях и другое. Приступая к изучению учебной дисциплины, курсанты должны ознакомиться с рабочей программой, учебной, научной и методической литературой, имеющейся в библиотеке, изучить рекомендованные учебники и учебно-методические пособия, завести новую тетрадь для конспектирования лекций и работы на практических занятиях.

К зачету в специализированных спортивных секциях необходимо готовиться целенаправленно, регулярно, и систематически. Необходимо ознакомиться с тематическими (поурочными) планами практических занятий и формой проведения контрольных мероприятий. Необходимо изучить перечень вопросов и нормативов, выносимых на итоговый контроль.

Необходимо подготовиться и сдать все нормативы по различным видам спорта, а также отработать все пропущенные без уважительной причины секционные занятия по установленным на кафедре физического воспитания и спорта правилам и требованиям.