

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«КЕРЧЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МОРСКОЙ
ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «КГМТУ»)**

Технологический факультет
Кафедра машин и аппаратов пищевых производств

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

Уровень основной профессиональной образовательной программы – бакалавриат
Направление подготовки – 15.03.02 Технологические машины и оборудование
Направленность (профиль) – Инжиниринг технологических процессов и оборудования
Учебный план 2021 года разработки

Описание учебной дисциплины по формам обучения

Очная													Заочная												
Курс		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		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)
Семестр													Семестр												
1	1												1	1											
1	2												2	2											
2	3												3	3											
Всего		328	52	2		50		264				12	Всего												

Рабочая программа составлена на основании ФГОС ВО – бакалавриата по направлению подготовки 15.03.02 Технологические машины и оборудование, учебного плана.

Программу разработала Е.С. Мартыненко, старший преподаватель кафедры физического воспитания и спорта ФГБОУ ВО «КГМТУ».

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

Протокол № 8 от 12.04.2023 г.

Рабочая программа рассмотрена на заседании выпускающей кафедры машин и аппаратов пищевых производств ФГБОУ ВО «КГМТУ»

Протокол № 9 от 26.04.2023 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 и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенции	Планируемые результаты освоения дисциплины	Указание раздела (-ов) дисциплины, где предусмотрено освоение компетенции
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни.	Знать: - основные принципы, средства и методы обеспечения физической подготовленности студентов; - компоненты физической культуры, их формы и методы в обеспечении полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Темы 1-5
		Уметь: - осуществлять планирование рабочего времени и досуга с учетом особенностей социальной и профессиональной деятельности; - организовывать рациональное пространство для полноценного физического и интеллектуального труда; - самостоятельно применять разнообразные средства и методы физической культуры для поддержания физической подготовленности; - повышать уровень физической подготовленности и работоспособности.	Темы 1-5
		Владеть: - навыками совершенствования основных физических качеств человек; - гигиеническими навыками поддержания физической и умственной работоспособности; - методами организации самостоятельных занятий физической культурой и спортом; - объективными и субъективными методами самоконтроля при проведении самостоятельных занятий.	Темы 1-5
	УК-7.2. Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.	Знать: - сущность здоровьесберегающих технологий, их формы и методы; - ключевые принципы здорового образа жизни человека; - основные закономерности физиологических процессов в организме человека; - специфику развития и совершенствования приоритетных в данной профессии психофизических качеств.	Темы 1-5
		Уметь: - осуществлять профессиональную деятельность в рамках принципов здорового образа жизни; - осуществлять контроль за основными параметрами физиологических систем организма в зависимости от внутренних и	Темы 1-5

Консультации																			
Контроль	4									4									
Всего часов в семестре	108	16	-	-	16	88				4									
3 семестр																			
Раздел 3. Спортивная секция по баскетболу	108	18				18	90												
Консультации																			
Контроль	4									4									
Всего часов в семестре	112	18	-	-	18	90				4									
Всего часов по дисциплине	328	52	2	-	50	264	-	-	-	12									

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	
Тема 2. Спортивная подготовка команд в футболе, волейболе, баскетболе			
1	Тема 2. Спортивная подготовка в футболе, волейболе, баскетболе	1	
Всего часов		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			
2-3	Совершенствование техники приёма, ведения и передачи мяча.	4	
Тема 3. Спортивная техника владения мячом в футболе. Удары по воротам. Тактика нападения			
4-5	Совершенствование техники владения мячом, удары по воротам, нападение.	4	
Тема 4. Спортивная подготовка с применением освоенных элементов техники игры			
6-7	Спортивная подготовка с применением освоенных элементов техники игры. Спортивное совершенствование техники ведения, остановки, передачи мяча в игре.	4	
Тема 5. Спортивное судейство в футболе			
8	Судейство в футболе. Правила судейства.	2	
Всего часов в семестре		16	
Семестр 2			
Раздел 2. Спортивная секция по волейболу			
Тема 1. Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях в спортивных секциях по волейболу			
1	Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях в спортивных секциях по волейболу.	2	
Тема 2. Спортивная подготовка в волейболе			
2-3	Совершенствование техники спортивного владения мячом в волейболе в парах и тройках, через сетку	4	
Тема 3. Спортивная техника выполнения элементов игры в волейболе			

4-5	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)	4	
Тема 4. Спортивная подготовка с применением освоенных элементов техники игры			
6-7	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	4	
Тема 5. Спортивное судейство в волейболе			
8	Практика судейства. Двусторонняя игра по правилам	2	
Всего часов во семестре		16	
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			
2-3	Спортивное совершенствование ловли и передачи мяча, техники броска мяча (с места, в движении, прыжком)	4	
Тема 3. Спортивная техника выполнения элементов игры в баскетболе			
4-5	Спортивное совершенствование техники выполнения элементов игры в баскетболе (ведения мяча, бросков с двойного шага, бросков в прыжке, техники защиты: перехват, накрывание)	4	
Тема 4. Спортивная подготовка с применением освоенных элементов техники игры			
6-7	Совершенствование техники защиты: перехват, накрывание и т.д. Совершенствование техники передвижений	4	
Тема 5. Спортивная подготовка по тактике игры в защите и нападении. Судейство в баскетболе			
8-9	Спортивная подготовка по тактике игры в защите и нападении. Двухсторонняя игра с применением освоенных элементов техники игры. Судейство в баскетболе.	4	
Всего часов в семестре		18	
Всего часов		50	

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	20		Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Тема 3. Спортивная техника владения мячом в футболе. Удары по воротам. Тактика нападения	20		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	20		Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Всего часов в семестре	86		
Семестр 2			
Раздел 2. Спортивная секция по волейболу			
Тема 1. Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях в спортивных секциях по волейболу	8		Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Тема 2. Спортивная подготовка в волейболе	20		Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям

Тема 3. Спортивная техника выполнения элементов игры в волейболе	20		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 волейболе	20		Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Всего часов в семестре	88		
Семестр 3			
Раздел 3. Спортивная секция по баскетболу			
Тема 1. Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях в спортивных секциях по баскетболу	10		Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Тема 2. Спортивная подготовка в баскетболе	20		Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Тема 3. Спортивная техника выполнения элементов игры в баскетболе	20		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. Спортивная подготовка по тактике игры в защите и нападении. Судейство в баскетболе	20		Освоение учебного материала. Подготовка к практическим занятиям
Всего часов в семестре	90		
Всего часов	264		

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.

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: курс лекций для студентов технолог. факультета очной и заочной формы обучения / С. Б. Букша ; ФГБОУ ВО "КГМТУ". Кафедра физического воспитания и спорта. - Керчь : ФГБОУ ВО "КГМТУ", 2016. – 80 с. // Электронная библиотека ФГБОУ ВО «КГМТУ». – Режим доступа: 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 Web of Science - база данных лучших российских журналов	http://www.technosphere.ru/news/
Информационная система «Единое окно доступа к информационным ресурсам»	http://window.edu.ru/
База данных Научной электронной библиотеки	http://elibrary.ru/
Официальный сайт студенческого спортивного союза России	http://www.studsport.ru/
О физической культуре и спорте в Российской Федерации	http://docs.cntd.ru/document/902075039
Физическая культура и спорт	http://www.minsport.gov.ru/
Национальная информационная сеть «Спортивная Россия»	http://www/infosport.ru/
Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту	http://lib/sportedu.ru/press/

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)	Комплекс системных и управляющих программ	Лицензионное программное обеспечение

Upgrade Academic OPEN 1 License No Level или Microsoft Windows Vista Business Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No Level)		
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
Офисный пакет LibreOffice	Текстовый редактор, табличный редактор, редактор презентаций	Свободно-распространяемое программное обеспечение

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

Специализированная аудитория – спортзал, корпус 1, оснащенная спортивным оборудованием и инвентарем: гантели 1,5 кг – 24 шт., гимнастическая палка – 15 шт., каримат – 11 шт., мяч гимнастический – 3 шт., обруч – 10 шт., тренажёр для ног – 2 шт., маты гимнастические – 8 шт., мегафон – 3 шт., свисток – 8 шт., секундомер – 4 шт., коврик для фитнеса – 20 шт., мяч (медбол) 4 кг – 4 шт., мяч (медбол) 5 кг – 2 шт., мяч (медбол) 3 кг – 4 шт., гантели наборные 50 кг – 3 пары (6 шт.), скакалка – 11 шт., насос для мячей – 7 шт., мяч для наст. тенниса – 50 шт., мяч футбольный – 8 шт., ракетка настольного тенниса – 20 шт., форма спортивная белая – 15 шт., полусфера с эспандерами – 6 шт., лестница координационная – 2 шт., степ-платформа трехуровневая – 10 шт., диск балансирующий – 10 шт., фишки для разметки поля 40 шт. – 1 набор., спирометр сухой портативный – 3 шт.; стол теннисный – 1 шт.; сетка для настольного тенниса – 2 шт., гантели виниловые 5 кг – 14 шт., турник настенный – 2 шт., брусья гимнастические – 2 шт., гимнастическая скамейка – 4 шт., шахматы турнирные – 2 шт., пульсометр электронный – 2 шт.

Специализированная аудитория – спорт.зал судомех. техникума, оснащенная спортивным оборудованием и инвентарем: канаты – 2 шт., кольцо баскетбольное – 6 шт., сетка для бадминтона – 2 шт., сетка для большого тенниса – 1 шт., сетка волейбольная – 3 шт., сетка баскетбольная – 8 шт., стойка волейбольная – 1 шт., маты гимнастические – 2 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 для мячей – 7 шт., мяч волейбольный – 9 шт., мяч футбольный – 11 шт., мяч баскетбольный – 11 шт., мяч футзал – 7 шт., мяч футбольный – 8 шт., лестница координационная – 2 шт., фишки для разметки поля 40 шт. – 1 набор., манишки футбольные – 14 шт., перекидное табло – 1 шт.

Содержание практической работы	Оборудование, используемое в работе
Раздел 1. Спортивная секция по футболу	
Тема 1. Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях в спортивных секциях по футболу	Сантиметровая лента, весы, динамометр (силомер кистевой), спирометр сухой, журнал регистрации инструктажей по охране труда обучающихся, пульсометр, секундомер.
Тема 2. Спортивная подготовка в футболе	Мегафон, свисток, секундомер, скакалки, насос, мячи футбольные и футзальные, манишки футбольные, фишки для разметки поля, координационная лестница, перекидное табло, аптечка.
Тема 3. Спортивная техника владения мячом в футболе. Удары по воротам. Тактика нападения	Мегафон, свисток, секундомер, скакалки, насос, мячи футбольные и футзальные, манишки футбольные, фишки для разметки поля, координационная лестница, перекидное табло, аптечка.
Тема 4. Спортивная подготовка с применением освоенных элементов техники игры	Мегафон, свисток, секундомер, скакалки, насос, мячи футбольные и футзальные, манишки футбольные, фишки для разметки поля, координационная лестница, перекидное табло, аптечка.
Тема 5. Спортивное судейство в футболе	Мегафон, свисток, секундомер, скакалки, насос, мячи футбольные и футзальные, манишки футбольные, фишки для разметки поля, координационная лестница, перекидное табло, аптечка.

Раздел 2. Спортивная секция по волейболу	
Тема 1. Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях в спортивных секциях по волейболу	Сантиметровая лента, весы, динамометр (силомер кистевой), спирометр сухой, журнал регистрации инструктажей по охране труда обучающихся, пульсометр, секундомер.
Тема 2. Спортивная подготовка в волейболе	Свисток, мегафон, секундомер, скакалки, насос для мячей, мячи волейбольные, сетка волейбольная, стойка волейбольная, координационная лестница, перекидное табло, аптечка.
Тема 3. Спортивная техника выполнения элементов игры в волейболе	Свисток, мегафон, секундомер, скакалки, насос для мячей, мячи волейбольные, сетка волейбольная, стойка волейбольная, координационная лестница, перекидное табло, аптечка.
Тема 4. Спортивная подготовка с применением освоенных элементов техники игры	Свисток, мегафон, секундомер, скакалки, насос для мячей, мячи волейбольные, сетка волейбольная, стойка волейбольная, координационная лестница, перекидное табло, аптечка.
Тема 5. Спортивное судейство в волейболе	Свисток, мегафон, секундомер, скакалки, насос для мячей, мячи волейбольные, сетка волейбольная, стойка волейбольная, координационная лестница, перекидное табло, аптечка.
Раздел 3. Спортивная секция по баскетболу	
Тема 1. Основы безопасности жизнедеятельности на занятиях в спортивных секциях по баскетболу	Сантиметровая лента, весы, динамометр (силомер кистевой), спирометр сухой, журнал регистрации инструктажей по охране труда обучающихся, пульсометр, секундомер.
Тема 2. Спортивная подготовка в баскетболе	Свисток, мегафон, секундомер, скакалки скоростные, насос для мячей, мячи баскетбольные, кольцо баскетбольное, перекидное табло, аптечка.
Тема 3. Спортивная техника выполнения элементов игры в баскетболе	Свисток, мегафон, секундомер, скакалки скоростные, насос для мячей, мячи баскетбольные, кольцо баскетбольное, перекидное табло, аптечка.
Тема 4. Спортивная подготовка с применением освоенных элементов техники игры	Свисток, мегафон, секундомер, скакалки скоростные, насос для мячей, мячи баскетбольные, кольцо баскетбольное, перекидное табло, аптечка.
Тема 5. Спортивная подготовка по тактике игры в защите и нападении. Судейство в баскетболе	Свисток, мегафон, секундомер, скакалки скоростные, насос для мячей, мячи баскетбольные, кольцо баскетбольное, перекидное табло, аптечка.

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 студент 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 студентов включает в себя изучение и систематизацию нормативно-инструкционных и справочных материалов по различным 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, студенты 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 по дисциплине «Занятия 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 промежуточный контроль.

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