

Волгоградский государственный университет

Лекция 2

**Особенности реализации дисциплины
«Прикладная физическая культура»**

**Кафедра физическокого воспитания и
оздоровительных технологий**

**Кафедра физического воспитания и
оздоровительных технологий реализует
дисциплину
ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА –
практический курс**



ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ «ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» - содействие развитию личности в процессе физического совершенствования, пропаганде здорового образа жизни, способности направленного использования разнообразных средств и методов физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, подготовки к осуществлению социальной и профессиональной деятельности.



**ДЛЯ ДОСТИЖЕНИЯ ПОСТАВЛЕННОЙ ЦЕЛИ
ПРЕДУСМАТРИВАЕТСЯ РЕШЕНИЕ СЛЕДУЮЩИХ ЗАДАЧ:**

- Понимание роли физической культуры в развитии личности к подготовке ее к профессиональной деятельности;**
- Владение системой практических навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование двигательных умений и физических качеств, необходимых в профессиональной деятельности;**
- Владение методикой формирования комплекса упражнений оздоровительной направленности для самостоятельных занятий, способами самоконтроля при выполнении физических нагрузок различного характера.**

В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ СТУДЕНТ ДОЛЖЕН:

ЗНАТЬ:

- роль физической культуры в развитии личности и подготовке её к профессиональной деятельности.

УМЕТЬ:

- выполнять основные комплексы физических упражнений, обеспечивающих развитие и совершенствование двигательных умений и физических качеств.

ВЛАДЕТЬ:

- системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы	Общая трудоемкость	Контактная работа	Практические занятия	СРС	Вид промежуточной аттестации
Первый семестр	-	-	-	-	-
Второй семестр	72	34	34	4	зачет
Третий семестр	72	34	34	4	зачет
Четвертый семестр	72	34	34	4	зачет
Пятый семестр	72	34	34	4	зачет
Шестой семестр	72	34	34	4	зачет

Физическая культура – органическая часть
общечеловеческой культуры, ее особая
самостоятельная область



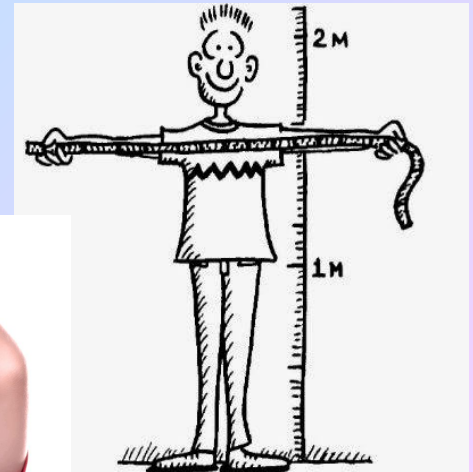
Спорт – часть физической культуры,
соревновательная деятельность и специальная
подготовка к ней



Физическое воспитание характеризует основу физической подготовленности людей - приобретение фонда жизненно важных двигательных умений и навыков, разностороннее развитие физических способностей



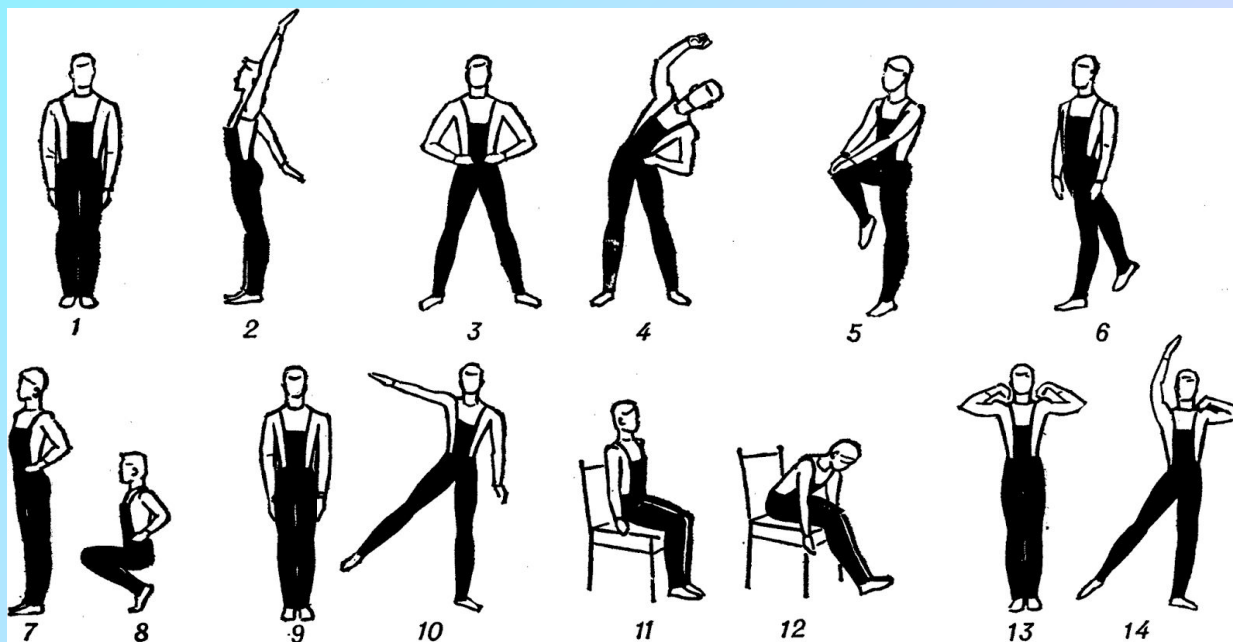
Физическое развитие - это биологический процесс становления, изменения естественных морфологических и функциональных свойств организма в течение жизни человека (длина, масса тела, окружность грудной клетки, жизненная емкость легких, максимальное потребление кислорода, сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость и др.)



Физическое развитие тесно связано со здоровьем человека. Здоровье выступает как ведущий фактор, который определяет не только гармоничное развитие молодого человека, но и успешность освоения профессии, плодотворность его будущей профессиональной деятельности, что составляет общее жизненное благополучие.



Благодаря профессионально-прикладной физической культуре создаются предпосылки для успешного овладения той или иной профессией и эффективного выполнения работы. На производстве это вводная гимнастика, физкультпаузы, физкультминутки, послерабочие реабилитационные упражнения



Оздоровительно-реабилитационная культура
связана с направленным использованием
физических упражнений в качестве средств
лечения заболеваний и восстановления функций
организма, нарушенных или утраченных
вследствие заболеваний, травм, переутомления и
других причин



Фоновые виды физической культуры:

- гигиеническая физическая культура

(утренняя гимнастика, прогулки, другие физические упражнения в режиме дня, не связанные со значительными нагрузками);

- реактивная физическая культура, средства которой используются в режиме активного отдыха (туризм, физкультурно-оздоровительные развлечения)



Физическая культура – основа социально-культурного бытия индивида, основополагающая модификации его общей и профессиональной культуры



Физкультурно-спортивная деятельность – один из эффективных механизмов слияния общественного и личного интересов, формирования общественно необходимых индивидуальных потребностей



Физическая культура личности отражает творчество личности, определяет способность к саморазвитию, основа самодеятельного, инициативного самовыражения будущего специалиста



Физическое воспитание в образовательных учебных заведениях происходит на основе федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования, также используется внеучебная физкультурно-оздоровительная и спортивная работа



С обучающимися, имеющими отклонения в состоянии здоровья, занятия проводятся **в рамках индивидуальной программы реабилитации**



Цель физического воспитания в Волгоградском государственном университете - **формирование физической культуры личности студентов**



Кафедра физвоспитания и оздоровительных технологий реализует дисциплину:

Прикладная физическая культура (практические занятия)



Спортивная форма для занятий физической культурой в университете



Спортивная база университета:

✓2 спортивных зала (корпус Е и корпус К);

✓12 мини-залов;

✓зал адаптивной физической культуры.

Спортивные залы ВолГУ оборудованы современным спортивным инвентарем, многофункциональными тренажерами



Требования к посещению занятий по физической культуре!

**◀ медицинский осмотр
(приказ ректора от 14.05.2021г.
№ 01-07.1-387);**

**◀ вводный инструктаж по
правилам безопасности.**

Врачи-специалисты	1 курс	2 курс	3 курс	4 курс
Хирург	<i>3.09.14</i>	<i>14.09.15</i>		
Невропатолог	<i>Жалоб нет</i>	<i>Жалоб нет</i>		
Окулист	<i>3.09.14</i>	<i>14.09.15</i>		
ЛОР	<i>Здоровья СЛУХ: ШР-6М 3.09.2014</i>	<i>Здоровья СЛУХ: ШР-6М 14.09.2015</i>		
Электрокардиография				
Анализ мочи				
Анализ крови				

Заключение:

	1 курс	2 курс	3 курс	4 курс
Физическое развитие	<i>03.09.14</i>	<i>14.09.15</i>		
Функциональное состояние	<i>Сред. гарм.</i>	<i>ст. ст.</i>		
Физическая подготовленность	<i>Средн.</i>	<i>орученнее</i>		
Физическое здоровье	<i>Уд. II-III</i>	<i>Уд. II-III</i>		
Медицинская группа (диагноз)	<i>подготовит.</i>	<i>подготовит.</i>		

Дата:

Врач:



СПРАВКА ДЛЯ ПРЕДЪЯВЛЕНИЯ В МЕДИЦИНСКОЕ ПОДРАЗДЕЛЕНИЕ ВОЛГУ

государственное бюджетное учреждение здравоохранения
«Волгоградский областной клинический
центр медицинской реабилитации»
Ворошиловский филиал
г. Волгоград

СПРАВКА № 726

Дана студенту(ке) ВолГУ

3 курс гр. 26-143

в том, что он (она) допускается к занятиям по физвоспитанию.

группа: основная

Диагноз: узу

« 09 » 08 20 16.



По результатам медицинского осмотра студенты распределяются в учебные отделения

- 1. Основное, подготовительное**
- 2. Специальное и специальное с индивидуальным заданием (освобождение от практических занятий физической культурой на длительный срок)**
- 3. Спортивного совершенствования (сборные команды по видам спорта)**

**Основное и подготовительное
медицинское отделение
занимаются в корпусах Е (главный корпус)
и К
(остановка общественного транспорта
«Обувная фабрика»)**



Специальное медицинское отделение
занимается в корпусе Г ауд. 3-25
(зал адаптивной физической культуры).



Специальное медицинское отделение с индивидуальным заданием (студенты освобожденные от практических занятий) занимается в корпусе Г ауд. 3-25 (зал адаптивной физической культуры).



В отделение спортивного совершенствования зачисляются студенты, имеющие спортивные разряды и особые достижения в спорте



Что делать если Вы по болезни пропустили учебные занятия по физической культуре?



◀ предоставить в 3-х дневный срок справку от врача в медицинское подразделение ВолГУ (здравпункт) для внесения в личную медицинскую карточку.



◀ заверенную здравпунктом ВолГУ справку предоставить в деканат института.

**Что делать если Вы по какой-либо
иной причине пропустили
учебные занятия по физической
культуре?**



Ликвидация задолженности по дисциплине «Прикладная физическая культура» проходит:

◀ **в установленные приказом ректора ВолГУ сроки.**

ОТЧИСЛЕННЫЕ за академическую неуспеваемость студенты составляют в деканате своего института индивидуальный план освоения дисциплины.

Требования к получению зачета по дисциплине « Прикладная физическая культура и спорт»

1. Посещение практических занятий;

2. Результаты тестов общей физической подготовленности.



Один учебный семестр

1 модуль
(20 баллов)

2 модуль
(20 баллов)

3 модуль
(20 баллов)

+ сдача контрольных
нормативов



60 баллов

**(посещение
практических
занятий) =**

Зачет

**по дисциплине
«Прикладная
физическая
культура»**



Оценка выставляется по 100-балльной шкале

- **60 - 70 баллов – оценка
«удовлетворительно»**
- **71–90 баллов – оценка «хорошо»**
 - **91–100 – оценка «отлично»**

Итоговые ведомости учебной группы

ФГАОУ ВО Волгоградский государственный университет
ВЕДОМОСТЬ № 000024389

Институт: Институт филологии и межкультурной коммуникации
Направление подготовки: Лингвистика (Бакалавриат, Очная)

Период контроля: Первый семестр
Вид аттестации: Промежуточная
Дисциплина: Физическая культура и спорт
ЗЕТ (часов): 2.00 (72.00)
Вид контроля: Зачет
Преподаватель: Ульянов Д. А.

Дата проведения 21 января 2019 г.

№	Фамилия Имя Отчество	Зачетная книжка	Баллы 1-й атт.	Баллы 2-й атт.	Баллы 3-й атт.	Итого	Оценка	Подпись
1	Алимова О.В.	237463	27	18	18	63	Зачтено	<i>И.И.</i>
2	Белова А.В.	392518	27	18	18	63	Зачтено	<i>И.И.</i>
3	Бирюкова В.Д.	118311	27	18	18	63	Зачтено	<i>И.И.</i>
4	Брехова Д.И.	534547	27	18	18	63	Зачтено	<i>И.И.</i>
5	Булгакова Т.В.	166652	27	18	18	63	Зачтено	<i>И.И.</i>
6	Быкова В.И.	681839	27	18	18	63	Зачтено	<i>И.И.</i>
7	Василенко М.А.	514918	27	18	18	63	Зачтено	<i>И.И.</i>
8	Кузьмина Э.Д.	829327	27	18	18	63	Зачтено	<i>И.И.</i>
9	Курбатов Д.Д.	114488	27	18	18	63	Зачтено	<i>И.И.</i>
10	Лебедева О.В.	191217	27	18	18	63	Зачтено	<i>И.И.</i>
11	Лиджиева Т.Б.	644246	27	18	18	63	Зачтено	<i>И.И.</i>
12	Полено В.А.	959715	27	18	18	63	Зачтено	<i>И.И.</i>
13	Прохорова А.А.	344187	27	18	18	63	Зачтено	<i>И.И.</i>
14	Ткаченко А.А.	721873	27	18	18	63	Зачтено	<i>И.И.</i>
15	Фельдман П.А.	765687	27	9	27	63	Зачтено	<i>И.И.</i>
16	Хрусталева А.С.	738258	27	18	18	63	Зачтено	<i>И.И.</i>

Документовед/специалист по УМП: *И.И.* Матросова Виктория Викторовна
Директор: Шамне Николай Леонидович

ФГАОУ ВО "Волгоградский государственный университет"
ВЕДОМОСТЬ № 000040253

Институт: Институт филологии и межкультурной коммуникации
Направление подготовки: Лингвистика (Бакалавриат, Очная)

Период контроля: Второй семестр
Вид аттестации: Промежуточная
Дисциплина: Прикладная физическая культура (ОФП)
ЗЕТ (часов): - (54,00)
Вид контроля: Зачет
Преподаватель: Ульянов Д. А.

Дата проведения: 5 июня 2019 г.

№	Фамилия Имя Отчество	Зачетная книжка	Баллы 1-й атт.	Баллы 2-й атт.	Баллы 3-й атт.	Итого	Оценка	Подпись
1	Белова А.В.	392518	28	30	35	93	Зачтено	<i>И.И.</i>
2	Бирюкова В.Д.	118311	28	30	35	93	Зачтено	<i>И.И.</i>
3	Брехова Д.И.	534547	28	30	35	93	Зачтено	<i>И.И.</i>
4	Булгакова Т.В.	166652	25	20	35	80	Зачтено	<i>И.И.</i>
5	Быкова В.И.	681839	28	30	35	93	Зачтено	<i>И.И.</i>
6	Кузьмина Э.Д.	829327	15	30	35	80	Зачтено	<i>И.И.</i>
7	Курбатов Д.Д.	114488	20	15	30	65	Зачтено	<i>И.И.</i>
8	Лебедева О.В.	191217	25	20	30	75	Зачтено	<i>И.И.</i>
9	Лиджиева Т.Б.	644246	25	15	25	65	Зачтено	<i>И.И.</i>
10	Полено В.А.	959715	25	15	25	65	Зачтено	<i>И.И.</i>
11	Прохорова А.А.	344187	28	30	35	93	Зачтено	<i>И.И.</i>
12	Ткаченко А.А.	721873	20	20	31	71	Зачтено	<i>И.И.</i>
13	Фельдман П.А.	765687	20	25	15	60	Зачтено	<i>И.И.</i>
14	Хрусталева А.С.	738258	20	25	20	65	Зачтено	<i>И.И.</i>

Документовед/специалист по УМП: *И.И.* Матросова Виктория Викторовна
Директор: Шамне Николай Леонидович

Волгоградский государственный университет
ВЕДОМОСТЬ № 000046204

Институт филологии и межкультурной коммуникации
(Бакалавриат, Очная)

Шамне Николай Леонидович

Дисциплина: Прикладная физическая культура (Адаптивная физическая культура)
ЗЕТ (часов): - (54,00)
Вид контроля: Зачет
Преподаватель: Ульянов Д. А.

Дата проведения: 5 июня 2019 г.

№	Фамилия Имя Отчество	Зачетная книжка	Баллы 1-й атт.	Баллы 2-й атт.	Баллы 3-й атт.	Итого	Оценка	Подпись
1	Василенко М.А.	514918	20	25	26	71	Зачтено	<i>И.И.</i>

Документовед/специалист по УМП: *И.И.* Матросова Виктория Викторовна

Директор: Шамне Николай Леонидович

Шамне Николай Леонидович

ФГАОУ ВО "Болгоградский государственный университет"
ВЕДОМОСТЬ № 000046843

Институт **Институт экономики и финансов**
 Направление подготовки **Экономическая безопасность (Специалитет, Очная)**
 Период контроля **Второй семестр** Группа **ЭБ-182**
 Вид аттестации **Промежуточная**
 Дисциплина **Прикладная физическая культура (Легкая атлетика)**
 ЗЕТ (часов) **-(54,00)**
 Вид контроля **Зачет**
 Преподаватель **Ульянов Д. А.**

Дата проведения: 7 июня 2019 г.

№	Фамилия Имя Отчество	Зачетная книжка	Баллы 1-й атт.	Баллы 2-й атт.	Баллы 3-й атт.	Итого	Оценка	Подпись
1	Агапова Е.А.	649525	25	25	25	75	Зачтено	<i>Агапова</i>
2	Астафьев В.С.	239211	30	30	0	60	Зачтено	<i>Астафьев</i>
3	Вострикова Д.И.	978636	0	0	0		Не зач.	<i>Вострикова</i>
4	Диденко И.А.	383583	15	10	5	30	Не зач.	<i>Диденко</i>
5	Климов А.А.	441638	33	22	45	100	Зачтено	<i>Климов</i>
6	Краснов П.А.	895951	0	0	0		Не зач.	<i>Краснов</i>
7	Куликов Д.В.	428239	10	15	25	50	Не зач.	<i>Куликов</i>
8	Курбанова К.О.	934271	28	30	35	93	Зачтено	<i>Курбанова</i>
9	Лаврова А.А.	678864	25	0	15	40	Не зач.	<i>Лаврова</i>
10	Моисеев Р.А.	798196	27	30	35	92	Зачтено	<i>Моисеев</i>
11	Павлов В.В.	143134	10	15	5	30	Не зач.	<i>Павлов</i>
12	Рязанкина Г.И.	197865	25	25	25	75	Зачтено	<i>Рязанкина</i>
13	Сахнов А.С.	147727	10	30	0	40	Не зач.	<i>Сахнов</i>
14	Топакова Р.А.	245265	10	10	10	30	Не зач.	<i>Топакова</i>
15	Чернова А.П.	584449	25	15	15	55	Не зач.	<i>Чернова</i>
16	Шентяева С.В.	673429	28	30	35	93	Зачтено	<i>Шентяева</i>
17	Ширяева О.Д.	643241	28	30	35	93	Зачтено	<i>Ширяева</i>
18	Шульга Д.Н.	915161	25	20	26	71	Зачтено	<i>Шульга</i>
19	Шумский М.В.	758636	25	5	5	35	Не зач.	<i>Шумский</i>
20	Щеглов А.С.	684211	25	25	25	75	Зачтено	<i>Щеглов</i>

Документовед/
специалист по УМП



Зайцева Марина Юрьевна

Директор

Русскова Елена Геннадиевна

Спасибо за внимание!