	Министерство сельского хозяйства Российской Федерации
	федеральное государственное бюджетное образовательное
Ai.	учреждение высшего образования
<b>.</b>	«Уральский государственный аграрный университет»
13.00	ФГБОУ ВО Уральский ГАУ
300	Рабочая программа учебной дисциплины
	«ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ:
	ИГРОВЫЕ ВИДЫ СПОРТА»
Б1.В.ДВ.02.03	Кафедра ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА

### РАБОЧАЯ ПРОГРАММА Учебной дисциплины

### Элективные курсы по физической культуре и спорту: игровые виды спорта

### Направление подготовки **35.03.06 «Агроинженерия» профиль**

### Профиль программы Электрооборудование и электротехнологии

Уровень подготовки <u>Бакалавриат</u>

Форма обучения **Очная, заочная** 

Екатеринбург, 2023

	Должность	Фамилия	Дата, № протокола
Разработал:	Доцент Заведующий кафедрой	Т.Е. Могилевская Б.М. Сапаров	
	Руководитель ОП	Попова Т.Б.	
Согласовали:	Председатель учебно- методической комиссии фа- культета инженерных тех- нологий	ой комиссии фа- Попова Т.Б.	
Утвердил:	Декан факультета инженер- ных технологий	Юсупов М.Л.	15 мая 2023г. № 91
Версия: 3.0		КЭ:1 УЭ №	Стр.1 из 13

# Рабочая программа учебной дисциплины «ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ: ИГРОВЫЕ ВИДЫ СПОРТА»

### СОДЕРЖАНИЕ

Введение	<i>3</i>
1. Цели и задачи дисциплины, место дисциплины в структуре образовательной	
программы	3
2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с	
планируемыми результатами освоения образовательной программы	3
3. Объем дисциплины и виды учебной работы	3
4. Содержание дисциплины	4
4.1. Модули (разделы) дисциплины и виды занятий	6
4.2. Содержание модулей (разделов) дисциплин	6
4.3. Детализация самостоятельной работы	7
5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся	7
б.Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по	
дисциплине	7
7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для	
освоения дисциплины	8
8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»,	
необходимых для освоения дисциплины	8
9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	9
10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении	
образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и	
информационных справочных систем	. 11
11. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного	
процесса по дисциплине	. 11
12. Особенности обучения студентов с ограниченными возможностями здоровья	. 12

Версия: 3.0 Стр. 2 из 13



## Рабочая программа учебной дисциплины «ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ: ИГРОВЫЕ ВИДЫ СПОРТА»

#### Введение

Дисциплина «Элективные курсы по физической культуре и спорту: игровые виды спорта»играет важную роль в структуре образовательной программы, она формирует и развивает компетенции, необходимые для осуществления профессиональной деятельности.

### 1. Цели и задачи дисциплины, место дисциплины в структуре образовательной программы

Цель дисциплины — сформировать универсальную компетенцию путем овладения обучающимися специальными знаниями, практическими умениями и владениями, обеспечивающими сохранение и укрепление здоровья, воспитание физических качеств, позволяющих обеспечивать полноценную социальную и профессиональную деятельность.

Задачи:

- сформировать представление о социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- изучить научно-методические основы физической культуры и здорового образа жизни;
- содействовать формированию мотивационно-ценностного отношения к физической культуре и спорту;
- совершенствоватьфизические и психические качества: координация движений, оперативность мышления, внимание и т.д.;
- содействовать воспитанию смелости, решительности, находчивости, чувства коллективизма и товарищеской взаимопомощи;
- сформировать установку на физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребность в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом.

Дисциплина Б1.В.ДВ.02.03«Элективные курсы по физической культуре и спорту: игровые виды спорта»входит в базовую часть, формируемую участниками образовательных отношений, является дисциплиной по выбору.

Траектория формирования компетенции выделяет этапы (курсы) формирования в соответствии с календарным графиком учебного процесса, при этом соблюдается принцип нарастающей сложности.

Основными этапами формирования компетенции при изучении дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту: игровые виды спорта» является последовательное изучение содержательно связанных между собой тем практики. Изучение каждой темы предполагает овладение студентами компетенцией. Результат аттестации обучающихся на различных этапах формирования компетенций показывает уровень освоения компетенций.

Изучение дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту: игровые виды спорта» основывается на знаниях, умениях, полученных студентами при изучении дисциплины «Физическая культура и спорт».

Полученные знания, умения, владения используются студентами в процессе подготовки к государственной итоговой аттестации.

### 2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующей универсальной компетенции:

• УК-7Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Версия: 3.0 Стр. 3 из 13



# Рабочая программа учебной дисциплины «ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ: ИГРОВЫЕ ВИДЫ СПОРТА»

Планируемые результаты освоения компетенций:

Наименование кате- гории (группы) уни- версальных компетенций	Код и наименование универсальной компе- тенции выпускника	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	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 УК-7.2. использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности

### 3. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоёмкость дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту: игровые виды спорта» составляет 328 часов.

	Всего		Оч	ная форм	иа обуче	кин	
Вид учебной работы	часов	1 курс	1 курс 2 курс		3 курс		4 курс
	очное	2	3	4	5	6	7
Контактная работа (всего)	97,5	16,25	16,25	16,25	16,25	16,25	16,25
В том числе:							
Лекции							
Практические занятия (ПЗ)	96	16	16	16	16	16	16
Групповые консультации							
Промежуточная аттестация	1,5	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25
(зачет)	1,5	0,23	0,23	0,23	0,23	0,23	0,23
Самостоятельная работа	230,5	37,75	37,75	37,75	37,75	37,75	41,75
(всего)	230,3	31,13	31,13	31,13	31,13	31,13	71,73
В том числе:							
Практические задании в							
выполнении физических	230,5	37,75	37,75	37,75	37,75	37,75	41,75
упражнений							
Общая трудоёмкость, час	328	54	54	54	54	54	58
Вид промежуточной атте-	DOLLAT	DOLLAT	DOLLAT	DOLLAR	DOLLOT	DOLLAT	DOLLAT
стации	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет

Версия: 3.0 Стр. 4 из 13



### Рабочая программа учебной дисциплины «ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ: ИГРОВЫЕ ВИДЫ СПОРТА»

	Всего		3ac	очная форма обучения			
Вид учебной работы	часов	2 к	урс	3 к	урс	4 к	урс
	заочное	винмиг	летняя	<b>ЗИМНЯЯ</b>	летняя	<b>ЗИМНЯЯ</b>	летняя
Контактная работа (всего)	0,75		0,25		0,25		0,25
В том числе:							
Лекции							
Практические занятия (ПЗ)							
Групповые консультации							
Промежуточная аттестация (зачет)	0,75		0,25		0,25		0,25
Самостоятельная работа (всего)	327,25	54	53,75	54	53,75	54	57,75
В том числе:							
Практические задании в выполнении физических упражнений	327,25	54	53,75	54	53,75	54	57,75
Общая трудоёмкость, час	328	54	54	54	54	54	58
Вид промежуточной аттестации	зачет		зачет		зачет		зачет

### 4. Содержание дисциплины

Раздел 1. Подвижные и спортивные игры. Подвижные игры на занятиях вносят новизну и разнообразие в двигательную деятельность занимающихся, улучшают их внимание и координацию оказывают благоприятное влияние на рост, развитие и укрепление костносвязочного аппарата, мышечной системы, на оздоровление и повышение функциональной деятельности организма.

Тема 1.1. Подвижные игры. Классификация подвижных игр. Выбор водящего. Игры:с бегом: «Невод», «Салки» (на полусогнутых и согнутых ногах), «Эстафета с бегом»; с двигательной реакцией «День и ночь»; с прыжками «Удочка», «Эстафета прыжками»; с передачами мяча (баскетбольного, волейбольного, набивного) «Гонка мячей» (в кругу, в колонне), «Мяч капитану», «Передачи волейболистов».

Тема 1.2. Техника игры в волейбол. Правила игры, обучение основным элементам игры: стойки, перемещения, подача (верхняя, нижняя), передача мяча (верхняя, нижняя), прямой нападающий удар, блокирование. Индивидуально-групповые и командные тактические действия.

Тема 1.3. Техника игры в футбол. Правила игры, обучения основным приемам техники игры, перемещения, удары по мячу, игра в пас, удары по воротам. Индивидуальногрупповые и командные тактические действия.

# Рабочая программа учебной дисциплины «ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ: ИГРОВЫЕ ВИДЫ СПОРТА»

### 4.1. Модули (разделы) дисциплины и виды занятий

4.1.1. Очная форма обучения

<b>№</b> п/п			П3	ПА	CPC	Всего час.
1.	1. Раздел 1. Подвижные и спортивные игры					
	Тема 1.1. Подвижные игры		32	0,5	54,75	87,25
	Тема 1.2. Техника игры в волейбол		32	0,5	87,75	120,25
	Тема 1.3. Техника игры в футбол		32	0,5	88	120,5
	Итого		96	1,5	230,5	328

4.1.2. Заочная форма обучения

№ п/п	Наименование модуля (раздела) дисциплины	Л	ПЗ	ПА	CPC	Всего час.
1.	1. Раздел 1. Подвижные и спортивные игры					
	Тема 1.1. Подвижные игры			0,25	87	87,25
	Тема 1.2. Техника игры в волейбол			0,25	120	120,25
	Тема 1.3. Техника игры в футбол			0,25	120,25	120,5
	Итого			0,75	327,25	328

### 4.2. Содержание модулей (разделов) дисциплин

Очная/заочная форма обучения

№ п.п	Наименование модуля (раздела)	Содержание модуля (раздела)	Трудо- ем- кость (час.)	Формируемая компетенция (УК)	Формы контроля
1.	Подвижные и спортивные игры	Тема 1.1. Подвижные игры Тема 1.2. Техника игры в волейбол Тема 1.3. Техника игры в футбол	328	УК-7	Контрольно- проверочные занятия, оценка уровня физиче- ской подготов- ленности

Версия: 3.0 Стр. 6 из 13



# Рабочая программа учебной дисциплины «ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ: ИГРОВЫЕ ВИДЫ СПОРТА»

#### 4.3. Детализация самостоятельной работы

20	<b>Y</b> ( )		Трудоемкость, часы		
№ п/п	№ модуля (раздела) дисциплины	Виды самостоятельной работы	очная	заочная	
1.	Подвижные и спортивные игры	Выполнение физических упражнений с использованием методов и средств подвижных и спортивных игр: подвижные игры с бегом, с двигательной реакцией, с прыжками, с передачами мяча; стойки волейболиста, перемещения, подача (верхняя, нижняя), передача мяча (верхняя, нижняя), прямой нападающий удар, блокирование; основные приемы техники игры в футбол, перемещения, удары по мячу, игра в пас, удары по воротам.	230,5	327,25	

### 5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся

Элективные курсы по физической культуре и спорту: игровые виды спорта[Текст] : метод. указания по организации самост. работы / Т. Е. Могилевская, Б. М. Сапаров, Л. А. Шинкарюк, Н. М. Каримов Д. С. Сосновских. — Екатеринбург : УрГАУ, 2021. — 27 с.

Гимнастика: учеб. пособие / Составители: канд. пед. наук Т. Е. Могилевская, канд. пед. наук, доцент Б. М. Сапаров, ст. преподаватель ШинкарюкЛ.А., ст. преподаватель ЛадыгинаА.А., ст. преподаватель КаримовН.М., ст. преподаватель Сосновских Д.С. — Екатеринбург:  $Ур\Gamma AY$ , 2018. - 91 с.

### 6.Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины (ФОС) приведены в приложении 1 к рабочей программе.

Текущий контроль качества освоения отдельных тем и модулей дисциплины осуществляется на основе рейтинговой системы. Этот контроль проводится в течение семестра и качество усвоения материала (выполнения задания) оценивается в баллах, в соответствии с рейтинг-планом дисциплины.

Зачет проводится в конце 2, 3, 4, 5, 6, 7 семестра и оценивается по системе: «зачтено», «не зачтено»

Измерительные средства по промежуточному контролю знаний студентов представлены в балльно-рейтинговой системе.

Версия: 3.0 Стр.7 из 13



## Рабочая программа учебной дисциплины «ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ: ИГРОВЫЕ ВИДЫ СПОРТА»

Рейтинговая система оценки зачета по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту: игровые виды спорта»

Сумма баллов	Оценка	Характеристика
61-100	зачтено	Обучающийся демонстрирует полное раскрытие содержания учебного материала, углубленные знания структуры, содержания, методов и форм организации физической подготовки, свободное применение мер по предупреждению травматизма при проведении различных форм физической подготовки. Демонстрирует необходимый уровень физических кондиций для самореализации в профессиональной деятельности. Умеет использовать средства и методы физической культуры, необходимые для планирования и реализации физкультурно-педагогической деятельности.  Свободно применяет терминологию физических упражнений, вариативные формы физической подготовки для повышения своих функциональных возможностей, достижения личных и профессиональных целей.  Свободно владеет различными приемами страховки, помощи и самостраховки при выполнении физических упражнений; выполняет двигательные действия в меняющихся условиях.
0-60	не зачтено	Обучающийся не знает руководящие документы, регламентирующие процесс физической культуры и спорта, не понимает роль физической культуры в подготовке бакалавра.  Не умеет применять формы физической подготовки по дисциплине, использовать средства и методы физической культуры, необходимые для планирования и реализации физкультурно-педагогической деятельности.  Не владеет системой практических умений и навыков, обеспечивающих высокий уровень развития физических качеств.

### 7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения лисциплины

- а) основная литература:
- 1. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.] ; под общей редакцией Е. В. Конеевой. 2-е изд., перераб. и доп. Москва : Издательство Юрайт, 2023. 322 с. (Высшее образование). ISBN 978-5-534-11314-3. Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. URL: <a href="https://urait.ru/bcode/517434">https://urait.ru/bcode/517434</a>
- 2. Футбол. Теория и практика координационной подготовки : учебное пособие / И. В. Аверьянов, Э. В. Макарова, В. С. Дубатовкин, С. С. Олейник. Москва : МГУПП, 2022. 80 с. ISBN 978-5-9920-0383-3. Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. URL: https://e.lanbook.com/book/277148

### б) дополнительная литература:

1. Стриханов, М. Н. Физическая культура и спорт в вузах : учебное посо-бие / М. Н. Стриханов, В. И. Савинков. — 2-е изд. — Москва : Издатель-ство Юрайт, 2023. — 160 с. —



### Рабочая программа учебной дисциплины «ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ: ИГРОВЫЕ ВИДЫ СПОРТА»

(Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10524-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/515859

- 2. Бегидова, Т. П. Основы адаптивной физической культуры : учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова. 2-е изд., испр. и доп. Москва : Издательство Юрайт, 2022. 191 с. (Высшее образование). ISBN 978-5-534-07190-0. Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. URL: https://urait.ru/bcode/492906. Режим доступа: для авториз. пользователей
- 3. Письменский, И. А. Физическая культура : учебник для вузов / И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов. Москва : Издательство Юрайт, 2023. 450 с. (Высшее образование). ISBN 978-5-534-14056-9. Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. URL: https://urait.ru/bcode/511117

### 8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

### а) Интернет-ресурсы, библиотеки:

- электронные учебно-методические ресурсы (ЭУМР),
- электронный каталог Web ИРБИС;
- электронные библиотечные системы:
  - ЭБС «Лань» Режим доступа: http://e.lanbook.com
  - ЭБС «Юрайт» Режим доступа: https://urait.ru/;
  - ЭБС IPRbooks- Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru
  - ЭБС «Руконт» Режим доступа: <a href="http://lib.rucont.ru">http://lib.rucont.ru</a>
- доступ к информационным ресурсам «eLIBRARY», «Polpred.com».
- б) Информационные справочные системы:
- Справочные правовая система «Консультант Плюс».
- Информационно-правовой портал ГАРАНТ режим доступа: <a href="http://www.garant.ru/">http://www.garant.ru/</a>
- в) Система ЭИОС на платформе Moodle.

Обучающимся обеспечен доступ к современным профессиональным базам данных:

- базы данных Федерального агентства по техническому регулированию и метрологии «Росстандарт» <a href="https://www.gost.ru/opendata">https://www.gost.ru/opendata</a>
  - документографическая база данных ЦНСХБ АГРОС
- базы данных официального сайта ФГБУ «СПЕЦЦЕНТРУЧЕТ В АПК»Министерства сельского хозяйства Российской Федерации http://www.specagro.ru/#/

#### 9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Учебным планом при изучении дисциплины предусмотрены практические занятия и самостоятельная работа обучающихся.

Практические занятия проводятся с целью закрепления и более тщательной проработки материала по основным разделам дисциплины.

Чтобы получить необходимое представление о дисциплине и о процессе организации её изучения, целесообразно в первые дни занятий ознакомиться с рабочей программой дисциплины на платформе MOODLE или на сайте университета.

В процессе изучения дисциплины, обучающиеся должны ознакомиться с литературой, указанной в списке основной и дополнительной литературы. Обучающийся должен регулярно выполнять физические упражнения для повышения уровня физических кондиций (качеств).

Проверить степень овладения дисциплиной помогут вопросы для самопроверки и самоконтроля (вопросы к зачету), которые позволят студенту повысить мотивацию к самостоя-

Версия: 3.0 Стр.9 из 13



### Рабочая программа учебной дисциплины «ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ: ИГРОВЫЕ ВИДЫ СПОРТА»

тельным занятиям и уровень физической подготовленности, а также тесты, выложенные на платформе MOODLE в фонде оценочных средств по дисциплине.

Распределение обучающихся по учебным отделениям

Для проведения практических занятий обучающиеся распределяются в учебные отделения: *основное, специальное и спортивное*. Распределение в учебные отделения проводится в начале учебного года с учетом пола, состояния здоровья (медицинского заключения), физического развития, физической и спортивной подготовленности.

В основное отделение зачисляются обучающиеся, отнесенные к основной медицинской группе. Численный состав учебных подгрупп до 20 человек.

В специальное учебное отделение зачисляются студенты, отнесенные по данным медицинского обследования в специальную медицинскую группу. Студенты, освобожденные по состоянию здоровья от практических занятий на продолжительное время, изучают доступные им разделы учебной программы.

В спортивное учебное отделение – учебные группы по видам спорта (системам физических упражнений) – зачисляются обучаемые основной медицинской группы, показавшие хорошую общую физическую и спортивную подготовленность и желание углубленно заниматься одним из видов спорта, занятия по которым организованы в Уральском государственном аграрном университете. Численный состав групп определяется приказом ректора по представлению кафедры с учетом спортивной квалификации. Обучаемые спортивного учебного отделения выполняют обязательные требования и нормативы (тесты), установленные для основного отделения, и в те же сроки. Отдельные обучаемые спортивного отделения, имеющие высокую спортивную квалификацию, могут быть переведены на индивидуальный график занятий избранным видом спорта с выполнением в установленные сроки обязательных зачетных требований и тестов. В отдельных случаях к занятиям в спортивном отделении могут быть допущены обучаемые 1 курса, имеющие достаточную спортивную подготовленность в избранном виде спорта. Количество и спортивный профиль учебных групп определяется руководством института и кафедрой физической культуры и спорта с учетом материальных и штатных возможностей. Перевод обучаемых из одного учебного отделения в другое осуществляется по их желанию только после успешного окончания учебного года.

Рекомендации при написании реферата

Лица, освобожденные от практических занятий по дисциплине «Физическая культура и спорт» осваивают доступные им разделы программы, в том числе и написание реферата.

Реферат — это самостоятельная научно-исследовательская работа обучаемого, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы; приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на нее. Содержание материала должно быть логичным, изложение материала носит проблемно-поисковый характер.

Прежде чем выбрать тему реферата, автору необходимо выяснить свой интерес, определить, над какой проблемой он хотел бы поработать, более глубоко ее изучить.

Компоненты содержания

- Титульный лист.
- План-оглавление (в нем последовательно излагаются название пунктов реферата, указываются страницы, с которых начинается каждый пункт).
- Введение (формулируется суть исследуемой проблемы, обосновывается выбор темы, определяется ее значимость и актуальность выбранной темы, указывается цель и задачи реферата, дается анализ использованной литературы).
- Основная часть (каждый раздел, доказательно раскрывая отдельную проблему или одну из её сторон, логически является продолжением предыдущего, даются все определения понятий, теоретические рассуждение, исследования автора или его изучение проблемы).
- Заключение (подводятся итоги или дается обобщенный вывод по теме реферата, предлагаются рекомендации).



# Рабочая программа учебной дисциплины «ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ: ИГРОВЫЕ ВИДЫ СПОРТА»

• Список литературы (в соответствии со стандартами).

Содержание работы должно отражать:

- знание современного состояния проблемы;
- обоснование выбранной темы;
- использование известных результатов и фактов;
- полноту цитируемой литературы, ссылки на работы ученых, занимающихся данной проблемой;
  - актуальность поставленной проблемы;
- материал, подтверждающий научное, либо практическое значение в настоящее время.

### 10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

Для формирования компетенций у обучающихся в процессе изучения дисциплины применяются традиционные (пассивные) и инновационные (активные) технологии обучения в зависимости от учебных целей с учетом различного сочетания форм организации образовательной деятельности и методов ее активизации с приоритетом на самостоятельную работу обучающихся.

Для успешного овладения дисциплиной используются следующие информационные технологии обучения:

при чтении лекций используются презентации материала в программеMicrosoftOffice (PowerPoint), выход на профессиональные сайты, использование видеоматериалов различных интернет-ресурсов.

#### Программноеобеспечение:

- —Операционнаясистема Microsoft Windows Professional 10 Singl Upgrade Academic OLP 1 License No Level: Лицензия №66734667 от 12.04.2016 г. (бессрочная).
- -Операционнаясистема Microsoft WinHome 10 Russian Academic OLP License No Level Legalization Get Genuine: Лицензия №66734667 от 12.04.2016 г. (бессрочная).
- -Пакетофисных приложений Microsoft Office 2016 Sngl Academic OLP License No Level: Лицензия 66734667 от 12.04.2016 (включает Word, Excel, PowerPoint) (бессрочная).
- —Комплекснаясистемаантивируснойзащиты Kaspersky Total Security длябизнеса Russian Edition.250-499 Node 2 yeas Education Renewal License Лицензия № 2434-200303-114629-153-1071 от  $03.03.2020 \, \Gamma$ .
  - -Система дистанционного обучения на платформе Moodle.
  - -Система Антиплагиат. ВУЗ. Лицензия GPLv3

#### Информационные справочные системы:

- Информационно-правовой портал ГАРАНТ режим доступа: http://www.garant.ru/
- Справочная правовая система «Консультант Плюс».

### 11. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине

	Перечень лицензионно-
Оснащенность специальных	го программного обес-
помещений и помещений для	печения. Реквизиты
самостоятельной работы	подтверждающего до-
	кумента
	помещений и помещений для

# Рабочая программа учебной дисциплины «ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ: ИГРОВЫЕ ВИДЫ СПОРТА»

Спортивный зап игровой 19х38	
*	
'	
_	
<u> </u>	
•	
-	
1 1	
* *	
=	
- гриф гнутый	
-	
- стол для армрестлинга	
- раздевалки	
- душевые	
- весы электронные.	
Самостоятельна работа	
Спортивный зал игровой	
19х38 м:	
- раздевалки	
- баскетбольные щиты и коль-	
ца	
- волейбольные стойки	
- гимнастические ковры	
- гимнастическая стенка	
- гимнастическая перекладина	
- ворота мини-футбольные	
- теннисный стол.	
	- душевые - весы электронные.  Самостоятельна работа  Спортивный зал игровой 19х38 м: - раздевалки - баскетбольные щиты и кольца - волейбольные стойки - гимнастические ковры - гимнастическая стенка - гимнастическая перекладина - ворота мини-футбольные

### 12. Особенности обучения студентов с ограниченными возможностями здоровья

Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предъявляются особые требования к организации образовательного процесса и выбору методов и форм обучения при изучении данной дисциплины, в случае зачисления таких обучающихся.

Для обучения студентов с нарушением слуха предусмотрены следующие методы обучения:

- наглядные методы (непосредственная наглядность, опосредованная наглядность, демонстрация и т.д.);
  - сенсорный метод;

Версия: 3.0 Стр.12 из 13



### Рабочая программа учебной дисциплины «ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ: ИГРОВЫЕ ВИДЫ СПОРТА»

- метод срочной информации.

Для повышения эффективности занятия используются следующие средства обучения:

- физические упражнения;
- оздоровительные силы природы;
- гигиенические факторы;
- технические средства обучения.

Учитывая специфику обучения слепых и слабовидящих студентов, соблюдаются следующие условия:

- строгая регламентация размеров площадки при занятиях на улице (подготовка, размеры, по периметру установить ограничительные ориентиры, исключить помехи из кустарника, ям, камней и т. п.)
- применение яркого спортивного инвентаря и оборудование красного, оранжевого, желтого и зеленого цветов, озвученной атрибутики мячи, мишени, метрономы, свистки и др.
  - регламентация физических упражнений по интенсивности и объему;
  - сопровождение обучающегося при выполнении физических упражнений;
  - применение специальных форм и методов обучения;
  - рациональное размещение спортивного инвентаря.

Во время проведения занятий происходит частое переключение внимания обучающихся с одного вида деятельности на другой. Также учитываются продолжительность непрерывной зрительной нагрузки для слабовидящих. Учет зрительной работы строго индивидуален.

Искусственная освещенность помещения, в которых занимаются студенты с пониженным зрением, оставляет от 500 до 1000 лк.

Формы работы со студентами с нарушениями опорно-двигательного аппарата следующие:

- индивидуальная, малогрупповая форма организации занимающихся;
- подготовка поверхности пола в спортивном зале. Свободный проезд к душевым, раздевалкам, туалетам;
- техническое оснащение, пригодность спортивного инвентаря и оборудования, надежность страховки, помощь в случае необходимости и безопасность;
  - индивидуальные беседы.

Конкретные виды и формы самостоятельной работы обучающихся лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов устанавливаются преподавателем самостоятельно. Выбор форм и видов самостоятельной работы обучающихся с ОВЗ и инвалидов осуществляются с учетом их способностей, особенностей восприятия и готовности к освоению учебного материала. При необходимости обучающимся предоставляется дополнительное время для консультаций и выполнения заданий.

Приложение 1

### ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

по учебной дисциплине

# Б1.В.ДВ.02.03 «Элективные курсы по физической культуре и спорту: игровые виды спорта» 35.03.06 «Агроинженерия»

Профиль «Электрооборудование и электротехнологии»

### 1. ПЕРЕЧЕНЬ КОМПЕТЕНЦИЙ С УКАЗАНИЕМ ЭТАПОВ ИХ ФОРМИРОВАНИЯ В ПРОЦЕССЕ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Код компетенции	Формулировка	Разделы дисциплины
компетенции		1
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной	+
	и профессиональной деятельности	

### 2. ОПИСАНИЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ И КРИТЕРИЕВ ОЦЕНИВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ НА РАЗЛИЧНЫХ ЭТАПАХ ИХ ФОРМИРОВАНИЯ, ОПИСАНИЕ ШКАЛ ОЦЕНИВАНИЯ

#### 2.1 Шкала академических оценок освоения дисциплины

Виды оценок	Оценки			
Академическая оценка по 2-х балльной шкале (зачёт)	Не зачтено	Зачтено		

### 2.2 Текущий контроль

			Содержание		Форма	№ задания			
Код	Планируемые результаты	Раздел дисцип лины	требования в разрезе разделов дисциплины	Технология формирования	оценочного средства (контроля)	Пороговый уровень (удовл.)	Повышенный уровень (хорошо)	Высокий уровень (отлично)	
УК-7	Знать:		- основа и роль физической культуры в развитии человека и подготовке специалиста; руководящие документы, регламентирую щие процесс физической культуры и спорта	Практические занятия Самостоятельн ая работа	Определение уровня мето- дической под- готовленности	Основу и роль физической культуры в развитии человека и подготовке специалиста; руководящие документы, регламентиру ющие процесс физической культуры и спорта.	Содержание тестов и оценки физической подготовленно сти.	Структуру, содержание, методы и формы организации физической подготовки, терминологию при выполнении физических упражнений.	
	Уметь:     • использовать средства и методы физической культуры, необходимые для планирования и реализации физкультурнопедагогической деятельности;     • демонстрировать необходимый уровень физических кондиций для самореализации в профессиональной деятельности.     • применять данные	1	- применять основные формы физической подготовки для повышения своих функциональных возможностей	Практические занятия Самостоятельн ая работа	Тестирование уровня физической подготовленности	Использовать основные формы физической подготовки для повышения своих функциональных возможностей.	Применять методы самоконтроля, использовать меры по предупреждени ю травматизма при проведении различных форм физической подготовки.	Использовать различные формы физической подготовки для повышения своих функциональны х возможностей.	

самоконтроля для оценк состояния здоровья физической подготовленности;  • поддерживать должны уровень физическо подготовленности дл обеспечения полноценно социальной профессиональной деятельности;  • соблюдать нормиздорового образа жизни.  Владеть:  • тактико-техническими приемами подвижных спортивных игр (волейбол футбол и т.д.);  • средствами и методам укрепления индивидуальног здоровья, физическог самосовершенствования, ценностями физическо культуры личности дл успешной социальной культурной профессиональной деятельности
---

### 2.3 Промежуточная аттестация

Код	Планируемые результаты	Технология	Форма	№ задания

		формирования	оценочного	Пороговый	Повышенный	Высокий
			средства	уровень	уровень	уровень
			(контроля)	(удовл.)	(хорошо)	(отлично)
УК-7	Знать: правила подбора физических упражнений как	Практические	зачет		Из пункта 2.4	
	средства укрепления здоровья, повышения работоспособности	занятия				
	и выносливости; методику использования физических	Самостоятельная				
	упражнений профессионально-личностного развития,	работа				
	формирования здорового образа и стиля жизни					
	Уметь: использовать средства и методы физической					
	культуры, необходимые для планирования и реализации					
	физкультурно-педагогической деятельности;					
	демонстрировать необходимый уровень физических					
	кондиций для самореализации в профессиональной					
	деятельности; применять данные самоконтроля для оценки					
	состояния здоровья и физической подготовленности;					
	поддерживать должный уровень физической					
	подготовленности для обеспечения полноценной					
	социальной и профессиональной деятельности; соблюдать					
	нормы здорового образа жизни					
	Владеть: тактико-техническими приемами подвижных и					
	спортивных игр (волейбол, футбол и т.д.); средствами и					
	методами укрепления индивидуального здоровья,					
	физического самосовершенствования, ценностями					
	физической культуры личности для успешной социально-					
	культурной и профессиональной деятельности.					

### 2.4. Критерии оценки на зачете (тестовые задания)

Результат	Критерии	Показатель оценки
зачета		сформированности
		компетенции
«зачтено»	Обучающийся демонстрирует полное	- · · · ·
	раскрытие содержания учебного материала,	структуру, содержание, методы
ниже	углубленные знания структуры, содержания,	и формы организации
порогового)	методов и форм организации физической	
1	подготовки, свободное применение мер по	терминологию при
	предупреждению травматизма при проведении	выполнении физических
	различных форм физической подготовки.	упражнений.
	Демонстрирует необходимый уровень	Умеет использовать
	физических кондиций для самореализации в	различные формы физической
	профессиональной деятельности. Умеет	подготовки для повышения
	использовать средства и методы физической	своих функциональных
	культуры, необходимые для планирования и	возможностей.
	реализации физкультурно-педагогической	Владеет различными
	деятельности.	способами выполнения
	Свободно применяет терминологию	двигательных действий, в
	физических упражнений, вариативные формы	меняющихся условиях;
	физической подготовки для повышения своих	приемами страховки, помощи и
	функциональных возможностей, достижения	самостраховки при
	личных и профессиональных целей.	выполнении физических
	Свободно владеет различными приемами	упражнений.
	страховки, помощи и самостраховки при	
	выполнении физических упражнений;	
	выполняет двигательные действия в	
_	меняющихся условиях.	
«не зачтено»	1 -	- I
	документы, регламентирующие процесс	
	физической культуры и спорта, не понимает	
	роль физической культуры в подготовке	готовке бакалавра;
	бакалавра.	руководящие документы,
	Не умеет применять формы физической подготовки по дисциплине, использовать	
	подготовки по дисциплине, использовать средства и методы физической культуры,	физической культуры и спорта. Умеет использовать
	ередства и методы физической культуры, необходимые для планирования и реализации	основные формы физической
	физкультурно-педагогической деятельности.	1 1 1
	не владеет системой практических умений и	подготовки для повышения своих функциональных
	навыков, обеспечивающих высокий уровень	возможностей.
	развития физических качеств.	Владеет системой
	passiting this it tooking the feet B.	практических умений и
		навыков, обеспечивающих
		высокий уровень развития
		выносливости, сохранение и
		укрепление здоровья.
		ларовин одорови.

### 2.5. Критерии оценки методической подготовленности

Ступени уровней	Критерии
освоения компетенций	

Пороговый	выставляется студенту, если методическое задание выполнено
(удовлетворительно)	правильно, но неуверенно и с незначительными ошибками
Базовый	выставляется студенту, если методическое задание выполнено
(хорошо)	правильно, но недостаточно уверенно
Повышенный	выставляется студенту, если методическое задание выполнено
(онридто)	правильно и уверенно

### 2.6. Критерии оценки физической подготовленности

Примерные контрольные тесты для оценки физической подготовленности студентов основного учебного отделения (девушки)

3.6	Вид норматива	Ед. изм	Оце	енка в бал	лах
№			5	4	3
1.	Верхние передачи волейбольного мяча над собой (на высоту 2 и более м)	кол-во повторений	15	10	5
2.	Нижние передачи волейбольного мяча над собой (на высоту 2 и более м)	кол-во повторений	15	10	5
3.	Нижняя прямая подача волейбольного мяча	кол-во повторений	7	5	3
4.	Ведение баскетбольного мяча	M	18	10	8
5.	Бросок баскетбольного мяча в кольцо после ведения (6 попыток)	кол-во попаданий	6	4	2
6.	Удар по воротам с прямого разбега по неподвижному футбольному мячу	кол-во попаданий из 3 попыток	3	2	1
7.	Остановка футбольного мяча	техника выполнения	Технически правильно	С небольшими замечаниями	С грубыми ошибками

Примерные контрольные тесты для оценки физической подготовленности основного учебного отделения студентов (юноши)

No	Вид норматива	Ед. изм	Оценка в баллах		
745		Ед. изм	5	4	3
1.	Верхние передачи волейбольного мяча над собой (на высоту более 2 м)	кол-во повторений	20	15	10
2.	Нижние передачи волейбольного мяча над собой (на высоту более 2 м)	кол-во повторений	20	15	10
3.	Нижняя прямая подача волейбольного мяча	кол-во повторений	10	8	6
4.	Ведение баскетбольного мяча	M	28	20	12
5.	Бросок баскетбольного мяча в кольцо после ведения (10 попыток)	кол-во попаданий	10	7	5
6.	Удар по воротам подъёмом с прямого разбега по неподвижному футбольному мячу	кол-во попаданий из 5 попыток	5	4	3
7.	Обманные движения в футболе. Финт «ложная остановка мяча»	техника выполнения	Технически правильно	С небольшими замечаниями	С грубыми ошибками
8.	Обманные движения в футболе. Финт «ложный удар»	техника выполнения	Технически правильно	С небольшими замечаниями	С грубыми ошибками

### Примерные вопросы для оценки теоретической подготовленности студентов специального учебного отделения

Тема 2.1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке бакалавра

- 1. Цель и задачи физической культуры, как учебной дисциплины.
- 2. Физическая подготовка обучаемых к профессиональной деятельности и экстремальным жизненным ситуациям.
  - 3. Роль жизненно необходимых умений и навыков в физической подготовке.
  - 4. Нормативно-правовые документы, регулирующие физическую подготовку.
  - 5. Основные положения организации физической подготовки в вузе.
  - 6. Учет и отчетность физической подготовки.
- 7. Возрастные особенности при выполнении нормативов физической подготовленности.

Тема 2.2. Здоровье и здоровый образ жизни как составляющие профессиональной подготовки бакалавра

- 8. Понятие "здоровье", его содержание и критерии.
- 9. Функциональные возможности проявления здоровья человека в различных сферах жизнедеятельности.
  - 10. Влияние образа жизни на здоровье.
  - 11. Влияние условий окружающей среды на здоровье.
  - 12. Наследственность и меры здравоохранения. Их влияние на здоровье.
- 13. Здоровье и воздействие неблагоприятных факторов служебно-профессиональной деятельности.
  - 14. Содержательные особенности составляющих здорового образа жизни.
  - 15. Физическое самовоспитание и самосовершенствование как необходимое

условие здорового образа жизни.

#### Тема 2.3. Оптимизация работоспособности средствами физической культуры

- 16. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.
- 17. Изменение состояния организма под влиянием различных режимов и условий обучения.
- 18. Взаимосвязь физической и умственной деятельности человека. Виды утомления.
  - 19. Восстановление. Биологические ритмы и работоспособность.
- 20. Оптимальная двигательная активность и ее воздействие на здоровье и работоспособность.
- 21. Степень влияния факторов физиологического, физического, психического характера на работоспособность обучаемых.
  - 22. Общие закономерности изменения работоспособности.
- 23. Объективные и субъективные признаки усталости, утомления и переутомления, их причины и профилактика.

#### Тема 2.4. Профессионально-прикладная физическая подготовка

- 24. Профессионально-прикладная физическая подготовка как разновидность специальной физической подготовки.
- 25. Определение понятия  $\Pi\Pi\Phi\Pi$ , ее цели и задачи. Место  $\Pi\Pi\Phi\Pi$  в системе физического воспитания.
- 26. Организация, формы и средства ППФП в вузе. Система контроля профессионально-прикладной физической подготовленности.
- 27. Дополнительные факторы, оказывающие влияние на содержание ППФП специалистов (пол, возраст, состояние здоровья, типичные профессиональные заболевания, географо-климатические условия и др.).

#### Тема 2.5. Основы методики самостоятельных занятий

- 28. Формирование мотивов и организация самостоятельных занятий физическими упражнениями.
  - 29. Формы самостоятельных занятий. Содержание самостоятельных занятий.
  - 30. Возрастные особенности содержания занятий.
- 31. Планирование объема и интенсивности физических упражнений с учетом умственной учебной деятельности.
- 32. Взаимосвязь между интенсивностью занятий и ЧСС. Объективные и субъективные признаки чрезмерной нагрузки. Пульсовые режимы рациональной тренировочной нагрузки для лиц студенческого возраста.
- 33. Гигиена самостоятельных занятий: питание, питьевой режим, уход за кожей. Гигиенические требования при проведении занятий: места занятий, одежда, обувь, профилактика травматизма.

#### Критерии оценки ответа:

«отлично» – обучаемый свободно владеет материалом; исчерпывающе и правильно отвечает на основные и дополнительные вопросы по содержанию;

«хорошо» – обучаемый хорошо владеет материалом; полно и правильно отвечает на основные вопросы, но допускает незначительные ошибки; в целом, правильно отвечает на дополнительные вопросы по содержанию;

«удовлетворительно» — обучаемый владеет материалом, но допускает грубые ошибки при ответе на основные вопросы; слабо ориентируется в материале при ответе на дополнительные вопросы по содержанию;

«неудовлетворительно» – обучаемый не владеет материалом; не знает содержания основных вопросов; не отвечает на дополнительные вопросы.

### 2.7. Процедура оценка

### 2.7.1. Работа в семестре (прохождение контрольных точек)

<b>№</b> п/п	Измерители обученности текущего контроля	Ступени уровней освоения компетенций		
1.	Тестирование уровня физической подготовленности	Пороговый уровень	Базовый уровень	Повышенный уровень

Показатель оценки сформированности компетенции: не ниже порогового.

### 2.7.2. Промежуточная аттестация

### Зачет проводится в форме итогового тестирования физической подготовленности

<b>№</b> п/п	Измерители обученности текущего контроля	Ступени уровней освоения компетенций		
1.	Зачет (тестовые задания)	Пороговый уровень	Базовый уровень	Повышенный уровень

# 3. ТИПОВЫЕ КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ ИЛИ ИНЫЕ МАТЕРИАЛЫ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ И (ИЛИ) ОПЫТА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИХ ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ ВПРОЦЕССЕ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

#### 3.1.Перечень контрольных упражнений для девушек

Верхние передачи волейбольного мяча над собой (на высоту 2 и более м)		
Нижние передачи волейбольного мяча над собой (на высоту 2 и более м)		
Нижняя прямая подача волейбольного мяча		
Ведение баскетбольного мяча		
Бросок баскетбольного мяча в кольцо после ведения (6 попыток)		
Удар по воротам с прямого разбега по неподвижному футбольному мячу		
Остановка футбольного мяча		

#### 3.2. Перечень контрольных упражнений для юношей

Верхние передачи волейбольного мяча над собой (на высоту более 2 м)		
Нижние передачи волейбольного мяча над собой (на высоту более 2 м)		
Нижняя прямая подача волейбольного мяча		
Ведение баскетбольного мяча		
Бросок баскетбольного мяча в кольцо после ведения (10 попыток)		
Удар по воротам подъёмом с прямого разбега по неподвижному футбольному мячу		
Обманные движения в футболе. Финт «ложная остановка мяча»		
Обманные движения в футболе. Финт «ложный удар»		

## 3.3. Примерная тематика рефератов для студентов специального учебного отделения и временно освобожденных от практических занятий по физической культуре

- 1. Краткая характеристика ценностных ориентаций студентов на физическую культуру и спорт.
- 2. Двигательная активность, профессиональная направленность физического воспитания, роль физической культуры и спорта в развитии общества.
  - 3. Социальные функции физической культуры и спорта.
  - 4. Современное состояние физической культуры и спорта.
- 5. Физическая культура и спорт как действенные средства сохранения и укрепления здоровья людей, их физического совершенствования.
- 6. Роль физической культуры и спорта в подготовке студентов к профессиональной деятельности и экстремальным жизненным ситуациям.
- 7. Организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система.
- 8. Природные и социально-экологические факторы. Их воздействие на организм и жизнедеятельность.

- 9. Взаимосвязь физической и умственной деятельности человека.
- 10.. Биологические ритмы и работоспособность.
- 11. Гипокинезия и гиподинамия, их неблагоприятное влияние на организм.
- 12. Физиологические механизмы и закономерности совершенствования отдельных систем организма под воздействием направленной физической тренировки.
- 13. Особенности функционирования центральной нервной системы. Рефлекторная природа двигательной деятельности.
- 14. Двигательная функция и повышение уровня адаптации и устойчивости организма человека к различным условиям внешней среды:
- 15.Понятие "здоровье", его содержание и критерии. Функциональные возможности проявления здоровья человека в различных сферах жизнедеятельности.
  - 16.Влияние образа жизни на здоровье.
- 17. Влияние культурного развития личности на отношение к самому себе. Система знаний о здоровье.
- 18 .Направленность поведения человека на обеспечение своего здоровья. Методы определения индивидуально-психологических особенностей личности.
- 19. Взаимосвязь физкультурно-спортивной деятельности и общекультурного развития студентов.
  - 20 .Содержательные особенности составляющих здорового образа жизни.
- 21 .Адекватное и неадекватное отношение к здоровью, его самооценка студентами и отражение в реальном поведении личности.
- 22. Сущность и значение использования психопрофилактики и психогигиены в жизнедеятельности студента.
- 23. Физическое самовоспитание и самосовершенстование как необходимое условие здорового образа жизни.
- 24. Влияние на работоспособность периодичности ритмических процессов в организме.
  - 25. Типичные особенности жизнедеятельности студентов в период экзаменов.
- 26. Средства физической культуры в регулировании психоэмоционального и функционального состояния студентов в период экзаменационной сессии.
- 27. Роль оздоровительно-спортивного лагеря в оптимизации условий жизнедеятельности студентов.
- 28.Особенности использования учебных занятий в специальном учебном отделении для повышения работоспособности студентов.
- 29. Методические принципы физического воспитания. Основы обучения движениям (техническая подготовка). Этапы обучения движениям.
  - 30. Воспитание физических качеств.
  - 31. Общая физическая подготовка (ОФП). Цели и задачи ОФП.
- 32. Профессионально-прикладная физическая подготовка как разновидность специальной физической подготовки.
  - 33. Значение мышечной релаксации.
- 34. Возможность и условия коррекции физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами физической культуры и спорта в студенческом возрасте.
- 35. Оптимальная двигательная активность и ее воздействие на здоровье и работоспособность.
  - 36. Особенности самостоятельных занятий для женщин.
- 37. Планирование объема и интенсивности физических упражнений с учетом умственной учебной деятельности. Управление процессом самостоятельных занятий.
  - 38. Гигиена самостоятельных занятий: питание, питьевой режим, уход за кожей.
  - 39. Самоконтроль за эффективностью самостоятельных занятий.

- 40. Спорт в свободное время студентов. Разновидности занятий и их организационная основа.
- 41. Система студенческих спортивных соревнований. Общественные студенческие спортивные организации и объединения.
  - 42. Нетрадиционные виды спорта и системы физических упражнений.
- 43.Оздоровительные системы физических упражнений по выбору цикла общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин.
- 44. Краткая психофизическая характеристика основных групп видов спорта и современных систем физических упражнений, развивающих основные физические качества..
- 45. Диагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом. Виды диагностики, их цели и задачи.
  - 46. Педагогический контроль, его содержание. Виды педагогического контроля.
  - 47. Самоконтроль, его цель и задачи. Основные методы самоконтроля.
- 48. Определение понятия  $\Pi\Pi\Phi\Pi$ , ее цели и задачи. Место  $\Pi\Pi\Phi\Pi$  в системе физического воспитания.
- 49. Основные и дополнительные факторы, определяющие конкретное содержание ППФП студентов вашего факультета.
  - 50. Виды и формы профессионального труда бакалавра и специалиста

# 4. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПРОЦЕДУРУ ОЦЕНИВАНИЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ И (ИЛИ) ОПЫТА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИХ ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Оценка знаний, умений, навыков, характеризующая этапы формирования компетенций проводится в форме текущей и промежуточной аттестации.

Контроль текущей успеваемости обучающихся – текущая аттестация – проводится в ходе семестра с целью определения уровня усвоения обучающимися знаний; формирования у них умений и навыков; своевременного выявления преподавателем недостатков в подготовке обучающихся и принятия необходимых мер по ее корректировке; совершенствованию методики обучения; организации учебной работы и оказания обучающимся индивидуальной помощи.

К контролю текущей успеваемости относятся проверка знаний, умений и навыков обучающихся:

- на занятиях (опрос, тестирования, творческие задания);
- по результатам выполнения индивидуальных заданий;
- по результатам проверки качества конспектов лекций и иных материалов;
- по результатам отчета обучающихся в ходе индивидуальной консультации преподавателя, проводимой в часы самоподготовки, по имеющимся задолженностям.

Промежуточная аттестация по дисциплине проводится с целью выявления соответствия уровня теоретических знаний, практических умений и навыков по дисциплине требованиям  $\Phi\Gamma$ OC BO в форме предусмотренной учебным планом.

Промежуточная аттестация проводится после завершения изучения дисциплины в объеме рабочей учебной программы. Форма определяется кафедрой (устный – по билетам, либо путем собеседования по вопросам; письменная работа, тестирование и др.). Оценка по результатам зачета — «зачтено» или «не зачтено».

Каждая компетенция (или ее часть) проверяется теоретическими вопросами, позволяющими оценить уровень освоения обучающимися знаний и практическими заданиями, выявляющими степень сформированности умений и навыков.

Процедура оценивания компетенций обучающихся основана на следующих стандартах:

- 1. Периодичность проведения оценки (на каждом занятии).
- 2. Многоступенчатость: оценка (как преподавателем, так и обучающимися группы) и самооценка обучающегося, обсуждение результатов и комплекса мер по устранению недостатков.
- 3. Единство используемой технологии для всех обучающихся, выполнение условий сопоставимости результатов оценивания.
- 4. Соблюдение последовательности проведения оценки: предусмотрено, что развитие компетенций идет по возрастанию их уровней сложности, а оценочные средства на каждом этапе учитывают это возрастание.

### 5. ОСОБЕННОСТИ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

В ходе текущего контроля осуществляется индивидуальное общение преподавателя с обучающимся. При наличии трудностей и (или) ошибок у обучающегося преподаватель в ходе текущего контроля дублирует объяснение нового материала с учетом особенностей восприятия и усвоения обучающимся содержания материала учебной дисциплины.

При проведении текущего контроля и промежуточной аттестации обеспечивается соблюдение следующих требований:

для обучающихся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья текущий контроль и промежуточная аттестация проводится с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких выпускников (далее - индивидуальные особенности).

проведение мероприятия по текущему контролю и промежуточной аттестации для лиц с ограниченными возможностями здоровья в одной аудитории совместно с обучающимися, не имеющими ограниченных возможностей здоровья, допускается, если это не создает трудностей для обучающихся;

присутствие в аудитории ассистента, оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь с учетом их индивидуальных особенностей (занять рабочее место, понять и оформить задание, общаться с преподавателем); предоставление обучающимся при необходимости услуги с использованием русского жестового языка, включая обеспечение допуска на объект сурдопереводчика, тифлопереводчика (в организации должен быть такой специалист в штате (если это востребованная услуга) или договор с организациями системы социальной защиты по предоставлению таких услуг в случае необходимости); обеспечение наличия звукоусиливающей аппаратуры коллективного пользования, при необходимости предоставляется звукоусиливающая аппаратура индивидуального пользования; дублирование необходимой зрительной и звуковой информации для обучающего звуковыми материалами (аудиофайлами или др.), материалами с текстовыми и графическими изображениями, знаками или в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера в зависимости от потребностей обучающегося;

предоставление обучающимся права выбора последовательности выполнения задания и увеличение времени выполнения задания (по согласованию с преподавателем); по желанию обучающегося устный ответ при контроле знаний может проводиться в письменной форме или наоборот, письменный ответ заменен устным.