ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00A2C30F99EF9D0306EA3C0F012BEB925E
Владелец: Чанкаев Мурат Хасанович
Действителен: с 02.04.2026 до 26.06.2027

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

«КАРАЧАЕВО-ЧЕРКЕССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ У.Д. АЛИЕВА»

Факультет физической культуры

Кафедра спортивных дисциплин

УТВЕРЖДАЮ
И. о. проректора по УР
М. Х. Чанкаев
«29»апреля 2026 г., протокол № 7

Рабочая программа дисциплины

ТРЕНАЖЕРЫ ПРИ ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

наименование дисциплины (модуля)

Направление подготовки
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
(шифр, название направления)

Направленность (профиль) подготовки
Физическая культура; безопасность жизнедеятельности

Квалификация выпускника
бакалавр

Форма обучения
Очная/заочная

Год начала подготовки –2024

Карачаевск, 2026

Составитель: к.п.н., доц. Кочкаров Э.Э.

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22 февраля 2018г. № 125, основной профессиональной образовательной программой высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), направленность (профиль) Физическая культура; безопасность жизнедеятельности; ОП ВО, локальными актами КЧГУ.

Рабочая программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
Спортивных дисциплин на 2026-2027 уч. год

Протокол № 7 от 28. 04. 2026

Заведующий кафедрой доц. Кочкаров Э. Э

СОДЕРЖАНИЕ

1. Наименование дисциплины (модуля) 4
2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы 4
3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы 4
4. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся 6
5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий 7
5.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах) 7
5.2. Тематика лабораторных занятий 9
5.3. Примерная тематика курсовых работ 9
6. Образовательные технологии 9
7. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) 10
7.1. Описание шкал оценивания степени сформированности компетенций 10
7.2.Типовые контрольные задания или иные учебно-методические материалы, необходимые для оценивания степени сформированности компетенций в процессе освоения учебной дисциплины 22
7.2.1. Типовые темы к письменным работам, докладам и выступлениям: 22
7.2.2. Примерные вопросы к итоговой аттестации (зачет) 23
7.2.3. Тестовые задания для проверки знаний студентов 26
7.2.4. Бально-рейтинговая система оценки знаний бакалавров 41
8.Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины. Информационное обеспечение образовательного процесса 43
8.1. Основная литература: 43
8.2. Дополнительная литература: 43
9. Методические указания для обучающихся по освоению учебной дисциплины (модуля) 43
10. Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины (модуля) 43
10.1. Общесистемные требования 43
10.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины 44
10.3. Необходимый комплект лицензионного программного обеспечения 44
10.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы 45
11.Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья 45
12. Лист регистрации изменений ....**Ошибка! Закладка не определена.**

1. Наименование дисциплины (модуля)

Тренажеры при занятиях физической культурой

Целью изучения дисциплины является:

. формирование общекультурных и профессиональных компетенций будущего бакалавра по направлению подготовки 44.03.05 – Педагогическое образование (с двумя профилями) , направленность(профиль) «Физическая культура; безопасность жизнедеятельности ».

Для достижения цели ставятся задачи:

- дать представление о тренажерах и их роли в подготовке спортсмена. Научно-теоретическое обоснование применению специальных упражнений и тренажеров в тренировке;
- объяснить специфику общих и специальных тренажерных устройств. Специальные упражнения в тренировке по развитию физических качеств. Комплексы упражнений применяемых в тренировке
- обеспечить усвоение навыков анатомического анализа положений и движений тела и его частей с позиции взаимодействия внешних и внутренних сил, воздействующих на тело;
- познакомить с позитивным и негативным влиянием специфических спортивных нагрузок на анатомические структуры тела человека.

Цели и задачи дисциплины определены в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) (квалификация – бакалавр).

2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «Тренажеры при занятиях физической культурой » (Б1.В.ДВ.13.01) относится к части, формируемой участниками образовательных отношений Б1.

Дисциплина (модуль) изучается на 4 курсе в 9 семестре.

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОП ВО	
Индекс	Б1.В.ДВ.13.01
Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
Учебная дисциплина «Тренажеры при занятиях физической культурой» опирается на теоретические знания, полученные при изучении дисциплины «Физическая культура и спорт».	
Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	
Изучение дисциплины «Тренажеры при занятиях физической культурой» необходимо для успешного освоения дисциплин профессионального цикла «Методика обучения физической культуре», «Управления ФК и спорта», «Технология и организация спортивно массовых мероприятий», «Педагогическое мастерство учителя физической культуры», другие.	

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Процесс изучения дисциплины «Тренажеры при занятиях физической культурой » направлен на формирование следующих компетенций обучающегося:

Код компетенций	Содержание компетенции в соответствии с ФГОС ВО/ ПООП/ ООП	Индикаторы достижения компетенций	Декомпозиция компетенций (результаты обучения) в соответствии с установленными индикаторами
УК-2	Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и	УК.Б-2.1 Формирует задачи в соответствии с целью проекта	**Знает:** - юридические основания для представления и описания результатов деятельности; правовые нормы для оценки результатов решения задач;

	вы-бирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	УК.Б-2.2 Демонстрирует знание правовых норм достижения поставленной цели в целях реализации проекта УК.Б-2.3 Демонстрирует умение определять имеющиеся ресурсы для достижения цели проекта. УК.Б-2.4 Аргументированно отбирает и реализует различные способы решения задач в рамках цели проекта	- правовые нормы, предъявляемые к способам решения профессиональных задач, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений. **Умеет:** - обосновывать правовую целесообразность полученных результатов; - проверять и анализировать профессиональную документацию; - выдвигать инновационные идеи и нестандартные подходы к их реализации в целях реализации деятельности; - анализировать нормативную документацию. **Владеет:** - правовыми нормами в области, соответствующей профессиональной деятельности; правовыми нормами разработки технического задания проекта, правовыми нормами реализации профильной профессиональной работы; - правовыми нормами проведения профессионального обсуждения результатов деятельности**.**
ПК-1	Способен осуществлять обучение учебному предмету, включая мотивацию учебно-познавательной деятельности, на основе использования современных предметно-методических подходов и образовательных технологий	ПК.Б. - 3.1. Способен использовать современные педагогические технологии реализации компетентностного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся. ПК-Б.3.2. Способен осуществлять выбор образовательных технологий для достижения планируемых образовательных результатов обучения	**Знать:** - содержание, сущность, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области; - закономерности, определяющие место предмета в общей картине мира; - программы и учебники по преподаваемому предмету; - основы общетеоретических дисциплин в объеме, необходимом для решения педагогических, научно-методических и организационно-управленческих задач (педагогика, психология, возрастная физиология, школьная гигиена); - методика преподавания предмета**).** **Уметь:** - анализировать базовые предметные научно-теоретические представления о сущности, закономерностях, принципах и особенностях изучаемых явлений и процессов**.** **Владеть:** - навыками понимания и системного анализа базовых научно-теоретических представлений для решения профессиональных задач
ПК-3	Способен осуществлять обучение учебному предмету, включая мотивацию учебно-познавательной деятельности, на основе использования современных предметно-методических подходов и образовательных технологий	ПК.Б. - 3.1. Способен использовать современные педагогические технологии реализации компетентностного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся. ПК-Б.3.2. Способен осуществлять выбор образовательных технологий для достижения планируемых образовательных результатов обучения	**Знать:** - методику преподавания учебного предмета (закономерности процесса его преподавания; - основные подходы, принципы, виды и приемы современных педагогических технологий); - условия выбора образовательных технологий для достижения планируемых образовательных результатов обучения; - теорию и методы управления образовательными системами, методику учебной и воспитательной работы, требования к оснащению и оборудованию учебных кабинетов и подсобных помещений к ним, средства обучения и их дидактические возможности; - современные педагогические технологии реализации компетентностного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся; - правила внутреннего распорядка; - правила по охране труда и требования к безопасности образовательной среды.

			Уметь: - использовать достижения отечественной и зарубежной методической мысли, современных методических направлений и концепций для решения конкретных задач практического характера; - разрабатывать учебную документацию; - самостоятельно планировать учебную работу в рамках образовательной программы и осуществлять реализацию программ по учебному предмету; - разрабатывать технологическую карту урока, включая постановку его задач и планирование учебных результатов; - управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения, мотивируя их учебно-познавательную деятельность; - планировать и осуществлять учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой; - проводить учебные занятия, опираясь на достижения в области педагогической и психологической наук, возрастной физиологии и школьной гигиены, а также современных информационных технологий и методик обучения; - применять современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы; - организовать самостоятельную деятельность обучающихся, в том числе исследовательскую; - использовать разнообразные формы, приемы, методы и средства обучения, в том числе по индивидуальным учебным планам, ускоренным курсам в рамках федеральных государственных образовательных стандартов основного общего образования и среднего общего образования; - осуществлять контрольно-оценочную деятельность в образовательном процессе; - использовать современные способы оценивания в условиях информационно-коммуникационных технологий (ведение электронных форм документации, в том числе электронного журнала и дневников обучающихся). **Владеть:** - средствами и методами профессиональной деятельности учителя; - навыками составления диагностических материалов для выявления уровня сформированности образовательных результатов, планов-конспектов (технологических карт) по предмету; - основами работы с текстовыми редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами, мультимедийным оборудованием; - методами убеждения, аргументации своей позиции.

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

Общая трудоемкость (объем) дисциплины (модуля) составляет 2 ЗЕТ, 72 академических часа.

Объём дисциплины	Всего часов	
	для очной фор-	для заочной формы

	мы обучения	обучения
Общая трудоемкость дисциплины	72	72
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий)* (всего)		
Аудиторная работа (всего):	36	6
в том числе:		
лекции		
семинары, практические занятия	36	6
практикумы		
лабораторные работы		
Внеаудиторная работа:		
В том числе, индивидуальная работа обучающихся с преподавателем:		
курсовое проектирование		
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	36	62
Контроль самостоятельной работы		4
Вид промежуточной аттестации обучающегося (зачет / экзамен)	Зачет	Зачет

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

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

Для очной формы обучения

№ п/п	Раздел, тема дисциплины	Общая трудоемкость (в часах)	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)					
		всего	Аудиторные уч. занятия			Сам. работа	Планируемые результаты обучения	Формы текущего контроля
			Лек	Пр	Лаб			
1.	Тема 1. Введение	10		4		6	УК-2 ПК-1 ПК-3	Устный опрос
2.	Тема 2. Средства оздоровительной физкультурно-массовой направленности (тренажеры)	8		4		4	УК-2 ПК-1 ПК-3	Доклад с презентацией
3.	Тема 3. История развития и появление тренажеров Эффективность занятий с разновозрастными группами	8		4		4	УК-2 ПК-1 ПК-3	Творческое задание
4.	Тема 4. Тренажеры и их роль в подготовке спортсменов	8		4		4	УК-2 ПК-1 ПК-3	Устный опрос
5.	Тема 5. Общие требования безопасности	8		4		4	УК-2 ПК-1 ПК-3	Доклад с презентацией
6.	Тема 6. Основные положения учения о моторно-висцеральных рефлексов и использование их при занятиях на тренажерах	8		4		4	УК-2 ПК-1 ПК-3	Творческое задание

7.	Тема 7. Кардиотренажеры	8		4		4	УК-2 ПК-1 ПК-3	Доклад с презентацией
8.	Тема 8. Основы обучения двигательным действиям	8		4		4	УК-2 ПК-1 ПК-3	Устный опрос
9	Тема 9. Структура этапов обучения, их особенности	6		4		2	УК-2 ПК-1 ПК-3	Творческое задание
	Всего	**72**		**36**		**36**		

Для заочной формы обучения

№ п/п	Раздел, тема дисциплины	Общая трудоемкость (в часах)	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)					
		всего	Аудиторные уч. занятия			Сам. работа	Планируемые результаты обучения	Формы текущего контроля
			Лек	Пр	Лаб			
9.	Тема 1. Введение	6				6	УК-2 ПК-1 ПК-3	Устный опрос
10.	Тема 2. Средства оздоровительной физкультурно-массовой направленности (тренажеры)	6				6	УК-2 ПК-1 ПК-3	Доклад с презентацией
11.	Тема 3. История развития и появление тренажеров Эффективность занятий с разновозрастными группами	10		2		8	УК-2 ПК-1 ПК-3	Творческое задание
12.	Тема 4. Тренажеры и их роль в подготовке спортсменов	8				8	УК-2 ПК-1 ПК-3	Устный опрос
13.	Тема 5. Общие требования безопасности	6				6	УК-2 ПК-1 ПК-3	Доклад с презентацией
14.	Тема 6. Основные положения учения о моторно-висцеральных рефлексов и использование их при занятиях на тренажерах	10		2		8	УК-2 ПК-1 ПК-3	Творческое задание
15.	Тема 7. Кардиотренажеры	6				6	УК-2 ПК-1 ПК-3	Доклад с презентацией
16.	Тема 8. Основы обучения двигательным действиям	10		2		8	УК-2 ПК-1 ПК-3	Устный опрос
9	Тема 9. Структура этапов обучения, их особенности	6				6	УК-2 ПК-1 ПК-3	Творческое задание
	Всего	**72**		**6**		**62+4 контроль**		

5.2. Тематика лабораторных занятий

Учебным планом не предусмотрены

5.3. Примерная тематика курсовых работ

Учебным планом не предусмотрены

6. Образовательные технологии

При проведении учебных занятий по дисциплине используются традиционные и инновационные, в том числе информационные образовательные технологии, включая при необходимости применение активных и интерактивных методов обучения.

Традиционные образовательные технологии реализуются, преимущественно, в процессе лекционных и практических (семинарских, лабораторных) занятий. Инновационные образовательные технологии используются в процессе аудиторных занятий и самостоятельной работы студентов в виде применения активных и интерактивных методов обучения.

Информационные образовательные технологии реализуются в процессе использования электронно-библиотечных систем, электронных образовательных ресурсов и элементов электронного обучения в электронной информационно-образовательной среде для активизации учебного процесса и самостоятельной работы студентов.

Развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений и лидерских качеств при проведении учебных занятий.

Практические (семинарские занятия относятся к интерактивным методам обучения и обладают значительными преимуществами по сравнению с традиционными методами обучения, главным недостатком которых является известная изначальная пассивность субъекта и объекта обучения.

Практические занятия могут проводиться в форме групповой дискуссии, «мозговой атаки», разборка кейсов, решения практических задач и др. Прежде, чем дать группе информацию, важно подготовить участников, активизировать их ментальные процессы, включить их внимание, развивать кооперацию и сотрудничество при принятии решений.

Методические рекомендации по проведению различных видов практических (семинарских) занятий.

1.Обсуждение в группах

Групповое обсуждение какого-либо вопроса направлено на нахождении истины или достижение лучшего взаимопонимания, Групповые обсуждения способствуют лучшему усвоению изучаемого материала.

На первом этапе группового обсуждения перед обучающимися ставится проблема, выделяется определенное время, в течение которого обучающиеся должны подготовить аргументированный развернутый ответ.

Преподаватель может устанавливать определенные правила проведения группового обсуждения:

-задавать определенные рамки обсуждения (например, указать не менее 5…. 10 ошибок);

-ввести алгоритм выработки общего мнения (решения);

-назначить модератора (ведущего), руководящего ходом группового обсуждения.

На втором этапе группового обсуждения вырабатывается групповое решение совместно с преподавателем (арбитром).

Разновидностью группового обсуждения является круглый стол, который проводится с целью поделиться проблемами, собственным видением вопроса, познакомиться с опытом, достижениями.

2.Публичная презентация проекта

Презентация – самый эффективный способ донесения важной информации как в разговоре «один на один», так и при публичных выступлениях. Слайд-презентации с исполь-

зованием мультимедийного оборудования позволяют эффективно и наглядно представить содержание изучаемого материала, выделить и проиллюстрировать сообщение, которое несет поучительную информацию, показать ее ключевые содержательные пункты. Использование интерактивных элементов позволяет усилить эффективность публичных выступлений.

3.Дискуссия

Как интерактивный метод обучения означает исследование или разбор. Образовательной дискуссией называется целенаправленное, коллективное обсуждение конкретной проблемы (ситуации), сопровождающейся обменом идеями, опытом, суждениями, мнениями в составе группы обучающихся.

Как правило, дискуссия обычно проходит три стадии: ориентация, оценка и консолидация. Последовательное рассмотрение каждой стадии позволяет выделить следующие их особенности.

Стадия ориентации предполагает адаптацию участников дискуссии к самой проблеме, друг другу, что позволяет сформулировать проблему, цели дискуссии; установить правила, регламент дискуссии.

В стадии оценки происходит выступление участников дискуссии, их ответы на возникающие вопросы, сбор максимального объема идей (знаний), предложений, пресечение преподавателем (арбитром) личных амбиций отклонений от темы дискуссии.

Стадия консолидации заключается в анализе результатов дискуссии, согласовании мнений и позиций, совместном формулировании решений и их принятии.

В зависимости от целей и задач занятия, возможно, использовать следующие виды дискуссий: классические дебаты, экспресс-дискуссия, текстовая дискуссия, проблемная дискуссия, ролевая (ситуационная) дискуссия.

7. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

7.1. *Описание шкал оценивания степени сформированности компетенций*

Уровни сформированности компетенций	Индикаторы	Качественные критерии оценивание			
		2 балла	3 балла	4 балла	5 баллов
УК-2					
Базовый	**Знать:** - юридические основания для представления и описания результатов деятельности; правовые нормы для оценки результатов решения задач; - правовые нормы, предъявляемые к способам решения профессиональных задач, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.	**Не знает** - юридические основания для представления и описания результатов деятельности; правовые нормы для оценки результатов решения задач; - правовые нормы, предъявляемые к способам решения профессиональных задач, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.	**В целом**- юридические основания для представления и описания результатов деятельности; правовые нормы для оценки результатов решения задач; - правовые нормы, предъявляемые к способам решения профессиональных задач, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений. м знает	**Знает** - юридические основания для представления и описания результатов деятельности; правовые нормы для оценки результатов решения задач; - правовые нормы, предъявляемые к способам решения профессиональных задач, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.	

	Уметь: - обосновывать правовую целесообразность полученных результатов; - проверять и анализировать профессиональную документацию; - выдвигать инновационные идеи и нестандартные подходы к их реализации в целях реализации деятельности; - анализировать нормативную документацию	**Не умеет** - обосновывать правовую целесообразность полученных результатов; - проверять и анализировать профессиональную документацию; - выдвигать инновационные идеи и нестандартные подходы к их реализации в целях реализации деятельности; - анализировать нормативную документацию	**В целом** - обосновывать правовую целесообразность полученных результатов; - проверять и анализировать профессиональную документацию; - выдвигать инновационные идеи и нестандартные подходы к их реализации в целях реализации деятельности; - анализировать нормативную документацию	**Умеет** - обосновывать правовую целесообразность полученных результатов; - проверять и анализировать профессиональную документацию; - выдвигать инновационные идеи и нестандартные подходы к их реализации в целях реализации деятельности; - анализировать нормативную документацию	
	Владеть: - правовыми нормами в области, соответствующей профессиональной деятельности; правовыми нормами разработки технического задания проекта, правовыми нормами реализации профильной профессиональной работы; - правовыми нормами проведения профессионального обсуждения результатов деятельности.	**Не владеет** правовыми нормами в области, соответствующей профессиональной деятельности; правовыми нормами разработки технического задания проекта, правовыми нормами реализации профильной профессиональной работы; - правовыми нормами проведения профессионального обсуждения результатов деятельности.	**В целом** - правовыми нормами в области, соответствующей профессиональной деятельности; правовыми нормами разработки технического задания проекта, правовыми нормами реализации профильной профессиональной работы; - правовыми нормами проведения профессионального обсуждения результатов деятельности.	**Владеет** - правовыми нормами в области, соответствующей профессиональной деятельности; правовыми нормами разработки технического задания проекта, правовыми нормами реализации профильной профессиональной работы; - правовыми нормами проведения профессионального обсуждения результатов деятельности.	
Повышенный	Знать: - юридические основания для представления и описания результатов деятельности; правовые нормы для оценки результатов решения задач; - правовые нормы, предъявляемые к способам решения профессиональных задач, исходя из				В полном объеме знает - юридические основания для представления и описания результатов деятельности; правовые нормы для оценки результатов решения задач; - правовые нормы, предъявляемые к способам решения профессиональных за-дач, исходя из дейст-

	действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.				вующих правовых норм, имеющихся ре-сурсов и ограни-чений.
	Уметь: - обосновывать правовую целесообразность полученных результатов; - проверять и анализировать профессиональную документацию; - выдвигать инновационные идеи и нестандартные подходы к их реализации в целях реализации деятельности; - анализировать нормативную документацию				Умеет в полном объеме - обосновывать правовую целе-сообразность полученных результатов; - проверять и анализировать профессиональ-ную документа-цию; - выдвигать инновационные идеи и нестан-дартные подхо-ды к их реализа-ции в целях реа-лизации деятельности; - анализировать нормативную документацию
	Владеть: - правовыми нормами в области, соответствующей профессиональной деятельности; правовыми нормами разработки технического задания проекта, правовыми нормами реализации профильной профессиональной работы; - правовыми нормами проведения профессионального обсуждения результатов деятельности.				В полном объеме владеет - правовыми нормами в области, соответствующей профессиональной деятельности; правовыми нормами разработки технического задания проекта, правовыми нормами реализации профильной профессиональной работы; - правовыми нормами проведения профессионального обсуждения результатов деятельности.
ПК-1					
Базовый	**Знать:** . - содержание, сущность, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области;	**Не знает** - содержание, сущность, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области; - закономерности,	**В целом-** - содержание, сущность, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области;	**Знает** . - содержание, сущность, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области;	

	- закономерности, определяющие место предмета в общей картине мира; - программы и учебники по преподаваемому предмету; - основы общетеоретических дисциплин в объеме, необходимом для решения педагогических, научно-методических и организационно-управленческих задач (педагогика, психология, возрастная физиология, школьная гигиена); - методика преподавания предмета).	определяющие место предмета в общей картине мира; - программы и учебники по преподаваемому предмету; - основы общетеоретических дисциплин в объеме, необходимом для решения педагогических, научно-методических и организационно-управленческих задач (педагогика, психология, возрастная физиология, школьная гигиена); - методика преподавания предмета).	- закономерности, определяющие место предмета в общей картине мира; - программы и учебники по преподаваемому предмету; - основы общетеоретических дисциплин в объеме, необходимом для решения педагогических, научно-методических и организационно-управленческих задач (педагогика, психология, возрастная физиология, школьная гигиена); - методика преподавания предмета).	- закономерности, определяющие место предмета в общей картине мира; - программы и учебники по преподаваемому предмету; - основы общетеоретических дисциплин в объеме, необходимом для решения педагогических, научно-методических и организационно-управленческих задач (педагогика, психология, возрастная физиология, школьная гигиена); - методика преподавания предмета).	
	Уметь: - обосновывать правовую целесообразность полученных результатов; - проверять и анализировать профессиональную документацию; - выдвигать инновационные идеи и нестандартные подходы к их реализации в целях реализации деятельности; - анализировать нормативную документацию	**Не умеет** - обосновывать правовую целесообразность полученных результатов; - проверять и анализировать профессиональную документацию; - выдвигать инновационные идеи и нестандартные подходы к их реализации в целях реализации деятельности; - анализировать нормативную документацию	**В целом** - обосновывать правовую целесообразность полученных результатов; - проверять и анализировать профессиональную документацию; - выдвигать инновационные идеи и нестандартные подходы к их реализации в целях реализации деятельности; - анализировать нормативную документацию	**Умеет** - обосновывать правовую целесообразность полученных результатов; - проверять и анализировать профессиональную документацию; - выдвигать инновационные идеи и нестандартные подходы к их реализации в целях реализации деятельности; - анализировать нормативную документацию	
	Владеть: - . - анализировать базовые предметные научно-теоретические представления о сущности, закономерностях, принципах и особенностях изучаемых явле-	**Не владеет** - анализировать базовые предметные научно-теоретические представления о сущности, закономерностях, принципах и особенностях изучаемых явлений и процессов.	В целом - - анализировать базовые предметные научно-теоретические представления о сущности, закономерностях, принципах и особенностях изучаемых явлений и процессов.	**Владеет** - - анализировать базовые предметные научно-теоретические представления о сущности, закономерностях, принципах и особенностях изучаемых явлений и процессов.	

	ний и процессов. Владеть:	Владеть:	Владеть:	**Владеть:**	
Повышенный	-**Знать** содержание, сущность, зако-номерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области; - закономерности, определяющие место предмета в общей картине мира; - программы и учебники по преподаваемому предмету; - основы общетеоретических дисциплин в объеме, необходимом для решения педагогических, научно-методических и организационно-управленческих задач (педагогика, психология, возрастная физиология, школьная гигиена); - методика преподавания предмета).				В полном объеме знает - - содержание, сущность, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области; - закономерности, определяю-щие место пред-мета в общей картине мира; - программы и учебники по преподаваемому предмету; - основы общетеоретических дисциплин в объеме, необходимом для реше-ния педагогиче-ских, научно-методических и организационно-управленческих задач (педагоги-ка, психология, возрастная физиология, школьная гигиена); - методика преподавания предмета).
	Уметь: - обосновывать правовую целесообразность полученных результатов; - проверять и анализировать профессиональную документацию; - выдвигать инновационные идеи и нестандартные подходы к их реализации в целях реализации деятельности; - анализировать нормативную				**Умеет** в полном объеме - обосновывать правовую целе-сообразность полученных результатов; - проверять и анализировать профессиональную документацию; - выдвигать инновационные идеи и нестан-дартные подхо-ды к их реализа-ции в целях реа-лизации дея-тельности; - анализировать нормативную документацию

	документацию				
	Владеть: -обосновывать правовую целесообразность полученных результатов; - проверять и анализировать профессиональную документацию; - выдвигать инновационные идеи и нестандартные подходы к их реализации в целях реализации деятельности; - анализировать нормативную документацию .				**В полном объеме владеет** обосновывать правовую целесообразность полученных результатов; - проверять и анализировать профессиональную документацию; - выдвигать инновационные идеи и нестандартные подходы к их реализации в целях реализации деятельности; - анализировать нормативную документацию
			ПК-3		
Базовый	**Знать:** методику преподавания учебного предмета (закономерности процесса его преподавания; основные подходы, принципы, виды и приемы современных педагогических технологий); условия выбора образовательных технологий для достижения планируемых образовательных результатов обучения; теорию и методы управления образовательными системами, методику учебной и воспитательной работы, требования к оснащению и оборудованию учебных кабинетов и подсобных помещений к ним, средства обучения и их дидактические возможности;	Не знает методику преподавания учебного предмета (закономерности процесса его преподавания; основные подходы, принципы, виды и приемы современных педагогических технологий); условия выбора образовательных технологий для достижения планируемых образовательных результатов обучения; теорию и методы управления образовательными системами, методику учебной и воспитательной работы, требования к оснащению и оборудованию учебных кабинетов и подсобных помещений к ним, средства обучения и их дидактические возможности; современные педагогические технологии реа-	В целом знает методику преподавания учебного предмета (закономерности процесса его преподавания; основные подходы, принципы, виды и приемы современных педагогических технологий); условия выбора образовательных технологий для достижения планируемых образовательных результатов обучения; теорию и методы управления образовательными системами, методику учебной и воспитательной работы, требования к оснащению и оборудованию учебных кабинетов и подсобных помещений к ним, средства обучения и их дидактические возможности; современные педагогические	Знает методику преподавания учебного предмета (закономерности процесса его преподавания; основные подходы, принципы, виды и приемы современных педагогических технологий); условия выбора образовательных технологий для достижения планируемых образовательных результатов обучения; теорию и методы управления образовательными системами, методику учебной и воспитательной работы, требования к оснащению и оборудованию учебных кабинетов и подсобных помещений к ним, средства обучения и их дидактические возможности; современные педагогические технологии реа-	

	современные педагогические технологии реализации компетентностного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся; правила внутреннего распорядка; правила по охране труда и требования к безопасности образовательной среды	лизации компетентностного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся; правила внутреннего распорядка; правила по охране труда и требования к безопасности образовательной среды	технологии реализации компетентностного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся; правила внутреннего распорядка; правила по охране труда и требования к безопасности образовательной среды	лизации компетентностного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся; правила внутреннего распорядка; правила по охране труда и требования к безопасности образовательной среды	
	Уметь: использовать достижения отечественной и зарубежной методической мысли, современных методических направлений и концепций для решения конкретных задач практического характера; разрабатывать учебную документацию; самостоятельно планировать учебную работу в рамках образовательной программы и осуществлять реализацию программ по учебному предмету; разрабатывать технологическую карту урока, включая постановку его задач и планирование учебных результатов; управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения, мотивируя их учебно-познавательную деятельность; планировать и	Не умеет использовать достижения отечественной и зарубежной методической мысли, современных методических направлений и концепций для решения конкретных задач практического характера; разрабатывать учебную документацию; самостоятельно планировать учебную работу в рамках образовательной программы и осуществлять реализацию программ по учебному предмету; разрабатывать технологическую карту урока, включая постановку его задач и планирование учебных результатов; управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения, мотивируя их учебно-познавательную деятельность; планировать и осуществлять учебный процесс	В целом умеет использовать достижения отечественной и зарубежной методической мысли, современных методических направлений и концепций для решения конкретных задач практического характера; разрабатывать учебную документацию; самостоятельно планировать учебную работу в рамках образовательной программы и осуществлять реализацию программ по учебному предмету; разрабатывать технологическую карту урока, включая постановку его задач и планирование учебных результатов; управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения, мотивируя их учебно-познавательную деятельность; планировать и осуществлять	Умеет использовать достижения отечественной и зарубежной методической мысли, современных методических направлений и концепций для решения конкретных задач практического характера; разрабатывать учебную документацию; самостоятельно планировать учебную работу в рамках образовательной программы и осуществлять реализацию программ по учебному предмету; разрабатывать технологическую карту урока, включая постановку его задач и планирование учебных результатов; управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения, мотивируя их учебно-познавательную деятельность; планировать и осуществлять учебный процесс	

	осуществлять учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой; проводить учебные занятия, опираясь на достижения в области педагогической и психологической наук, возрастной физиологии и школьной гигиены, а также современных информационных технологий и методик обучения; применять современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы; организовать самостоятельную деятельность обучающихся, в том числе исследовательскую; использовать разнообразные формы, приемы, методы и средства обучения, в том числе по индивидуальным учебным планам, ускоренным курсам в рамках федеральных государственных образовательных стандартов основного общего образования и среднего общего образования; осуществлять контрольно-оценочную деятельность в образовательном процессе; использовать современные способы оценивания	в соответствии с основной общеобразовательной программой; проводить учебные занятия, опираясь на достижения в области педагогической и психологической наук, возрастной физиологии и школьной гигиены, а также современных информационных технологий и методик обучения; применять современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы; организовать самостоятельную деятельность обучающихся, в том числе исследовательскую; использовать разнообразные формы, приемы, методы и средства обучения, в том числе по индивидуальным учебным планам, ускоренным курсам в рамках федеральных государственных образовательных стандартов основного общего образования и среднего общего образования; осуществлять контрольно-оценочную деятельность в образовательном процессе; использовать современные способы оценивания в условиях информационно-коммуникационных технологий (ведение электронных форм	учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой; проводить учебные занятия, опираясь на достижения в области педагогической и психологической наук, возрастной физиологии и школьной гигиены, а также современных информационных технологий и методик обучения; применять современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы; организовать самостоятельную деятельность обучающихся, в том числе исследовательскую; использовать разнообразные формы, приемы, методы и средства обучения, в том числе по индивидуальным учебным планам, ускоренным курсам в рамках федеральных государственных образовательных стандартов основного общего образования и среднего общего образования; осуществлять контрольно-оценочную деятельность в образовательном процессе; использовать современные способы оценивания в условиях информационно-коммуникационных технологий (ведение элек-	в соответствии с основной общеобразовательной программой; проводить учебные занятия, опираясь на достижения в области педагогической и психологической наук, возрастной физиологии и школьной гигиены, а также современных информационных технологий и методик обучения; применять современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы; организовать самостоятельную деятельность обучающихся, в том числе исследовательскую; использовать разнообразные формы, приемы, методы и средства обучения, в том числе по индивидуальным учебным планам, ускоренным курсам в рамках федеральных государственных образовательных стандартов основного общего образования и среднего общего образования; осуществлять контрольно-оценочную деятельность в образовательном процессе; использовать современные способы оценивания в условиях информационно-коммуникационных технологий (ведение электронных форм	

	в условиях информационно-коммуникационных технологий (ведение электронных форм документации, в том числе электронного журнала и дневников обучающихся)	документации, в том числе электронного журнала и дневников обучающихся)	тронных форм документации, в том числе электронного журнала и дневников обучающихся)	документации, в том числе электронного журнала и дневников обучающихся)	
	Владеть: средствами и методами профессиональной деятельности учителя; навыками составления диагностических материалов для выявления уровня сформированности образовательных результатов, планов-конспектов (технологических карт) по предмету; основами работы с текстовыми редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами, мультимедийным оборудованием; методами убеждения, аргументации своей позиции	Не владеет средствами и методами профессиональной деятельности учителя; навыками составления диагностических материалов для выявления уровня сформированности образовательных результатов, планов-конспектов (технологических карт) по предмету; основами работы с текстовыми редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами, мультимедийным оборудованием; методами убеждения, аргументации своей позиции	В целом владеет средствами и методами профессиональной деятельности учителя; навыками составления диагностических материалов для выявления уровня сформированности образовательных результатов, планов-конспектов (технологических карт) по предмету; основами работы с текстовыми редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами, мультимедийным оборудованием; методами убеждения, аргументации своей позиции	Владеет средствами и методами профессиональной деятельности учителя; навыками составления диагностических материалов для выявления уровня сформированности образовательных результатов, планов-конспектов (технологических карт) по предмету; основами работы с текстовыми редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами, мультимедийным оборудованием; методами убеждения, аргументации своей позиции	
Повышенный	**Знать:** методику преподавания учебного предмета (закономерности процесса его преподавания; основные подходы, принципы, виды и приемы современных педагогических технологий); условия выбора образовательных технологий для достижения планируемых образовательных результатов обуче-				В полном объеме знает методику преподавания учебного предмета (закономерности процесса его преподавания; основные подходы, принципы, виды и приемы современных педагогических технологий); условия выбора образовательных технологий для достижения планируемых образовательных результатов обучения; теорию и

	ния; теорию и методы управления образовательными системами, методику учебной и воспитательной работы, требования к оснащению и оборудованию учебных кабинетов и подсобных помещений к ним, средства обучения и их дидактические возможности; современные педагогические технологии реализации компетентностного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся; правила внутреннего распорядка; правила по охране труда и требования к безопасности образовательной среды				методы управления образовательными системами, методику учебной и воспитательной работы, требования к оснащению и оборудованию учебных кабинетов и подсобных помещений к ним, средства обучения и их дидактические возможности; современные педагогические технологии реализации компетентностного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся; правила внутреннего распорядка; правила по охране труда и требования к безопасности образовательной среды
	Уметь: использовать достижения отечественной и зарубежной методической мысли, современных методических направлений и концепций для решения конкретных задач практического характера; разрабатывать учебную документацию; самостоятельно планировать учебную работу в рамках образовательной программы и осуществлять реализацию программ по учебному предмету; разра-				В полном объеме умеет использовать достижения отечественной и зарубежной методической мысли, современных методических направлений и концепций для решения конкретных задач практического характера; разрабатывать учебную документацию; самостоятельно планировать учебную работу в рамках образовательной программы и осуществлять реализацию программ по учебному предмету; разрабатывать технологическую

	батывать технологическую карту урока, включая постановку его задач и планирование учебных результатов; управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения, мотивируя их учебно-познавательную деятельность; планировать и осуществлять учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой; проводить учебные занятия, опираясь на достижения в области педагогической и психологической наук, возрастной физиологии и школьной гигиены, а также современных информационных технологий и методик обучения; применять современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы; организовать самостоятельную деятельность обучающихся, в том числе исследовательскую; использовать разнообразные формы, приемы, методы и средства обучения, в том числе по индивидуальным учебным планам, ускоренным курсам в рамках				карту урока, включая постановку его задач и планирование учебных результатов; управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения, мотивируя их учебно-познавательную деятельность; планировать и осуществлять учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой; проводить учебные занятия, опираясь на достижения в области педагогической и психологической наук, возрастной физиологии и школьной гигиены, а также современных информационных технологий и методик обучения; применять современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы; организовать самостоятельную деятельность обучающихся, в том числе исследовательскую; использовать разнообразные формы, приемы, методы и средства обучения, в том числе по индивидуальным учебным планам, ускоренным курсам в рамках федеральных государственных образовательных стандар-

	федеральных государственных образовательных стандартов основного общего образования и среднего общего образования; осуществлять контрольно-оценочную деятельность в образовательном процессе; использовать современные способы оценивания в условиях информационно-коммуникационных технологий (ведение электронных форм документации, в том числе электронного журнала и дневников обучающихся)				тов основного общего образования и среднего общего образования; осуществлять контрольно-оценочную деятельность в образовательном процессе; использовать современные способы оценивания в условиях информационно-коммуникационных технологий (ведение электронных форм документации, в том числе электронного журнала и дневников обучающихся)
	Владеть: средствами и методами профессиональной деятельности учителя; навыками составления диагностических материалов для выявления уровня сформированности образовательных результатов, планов-конспектов (технологических карт) по предмету; основами работы с текстовыми редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами, мультимедийным оборудованием; методами убеждения, аргументации своей позиции				В полном объеме владеет средствами и методами профессиональной деятельности учителя; навыками составления диагностических материалов для выявления уровня сформированности образовательных результатов, планов-конспектов (технологических карт) по предмету; основами работы с текстовыми редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами, мультимедийным оборудованием; методами убеждения, аргументации своей позиции

7.2.Типовые контрольные задания или иные учебно-методические материалы, необходимые для оценивания степени сформированности компетенций в процессе освоения учебной дисциплины

7.2.1. Типовые темы к письменным работам, докладам и выступлениям:

1Понятие и характеристика тренировочных нагрузок.

2 Компоненты тренировочных нагрузок.

3 Показатели уровня нагрузки и условия ее повышения. «Внешние» и «внутренние» стороны нагрузки.

4 Интенсивность и объем нагрузки.

5 Современная классификация нагрузки для квалифицированных спорсменов

6 Сущность, виды и фазы утомления

7 Характерные признаки утомления, степени утомления.

8 Уровни восстановления.

9 Фазы восстановления.

10Темпы восстановления.

11Виды восстановительных мероприятий.

12 Продолжительность восстановительных процессов после больших тренировочных нагрузок.

13 Сущность перегрузки, причины перегрузки, признаки (симптомы) перегрузки, последствия перегрузки.

14 Выход из перегрузки.

15Общее понятие о спортивной технике и технической подготовке.

16 Основа техники движений.

17Структура движений.

18 Стадии технического совершенствования.

19 Этапы в обучении спортивной техники.

20Средства и методы освоения спортивной техники.

21 Результативность техники.

22 Контроль за движениями и исправление ошибок.

23Особенности начального обучения спортивной технике в детском и юношеском возрасте.

24Понятие скоростно-силовые способности их предпосылки.

25Средства и методы развития скоростно-силового потенциала.

26 Методика воспитания скоростно-силовых способностей на различных этапах подготовки.

27Возрастные изменения скоростно-силовых способностей.

28 Оценка уровня скоростно-силовой подготовки.

29 Общая характеристика специальной выносливости.

30 Факторы, определяющие специальную выносливость.

31Характеристика процессов энергоообразования.

32 Средства и методы воспитания специальной выносливости.

33 Повышение устойчивости по отношению к неблагоприятным сдвигам внутренней среды.

34 Оценка специальной выносливости.

35Понятие, задачи и виды координационных способностей, возрастные особенности их развития; средства и методы воспитания координационных способностей, методические указания.

36 Краткая характеристика основных положений тренировки координационных способностей, контроль за развитием К.С.

Критерии оценки доклада, сообщения, реферата:

Отметка «отлично» за письменную работу, реферат, сообщение ставится, если изложенный в докладе материал:

- отличается глубиной и содержательностью, соответствует заявленной теме;
- четко структурирован, с выделением основных моментов;
- доклад сделан кратко, четко, с выделением основных данных;
- на вопросы по теме доклада получены полные исчерпывающие ответы.

Отметка «хорошо» ставится, если изложенный в докладе материал:

- характеризуется достаточным содержательным уровнем, но отличается недостаточной структурированностью;
- доклад длинный, не вполне четкий;
- на вопросы по теме доклада получены полные исчерпывающие ответы только после наводящих вопросов, или не на все вопросы.

Отметка «удовлетворительно» ставится, если изложенный в докладе материал:

- недостаточно раскрыт, носит фрагментарный характер, слабо структурирован;
- докладчик слабо ориентируется в излагаемом материале;
- на вопросы по теме доклада не были получены ответы или они не были правильными.

Отметка «неудовлетворительно» ставится, если:

- доклад не сделан;
- докладчик не ориентируется в излагаемом материале;
- на вопросы по выполненной работе не были получены ответы или они не были правильными.

7.2.2. Примерные вопросы к итоговой аттестации (зачет)

1 Физическое воспитание как неотъемлемая часть жизни современного студента

2 Характеристика средств, методик, систем оздоровительной физкультурно-массовой направленности студента.

3 Основные принципы тренажерных тренировок в студенческой среде и разновозрастной группе.

4Методики тренировок.

5 Программы тренажеров и их классификация.

6 Структура и содержание программ.

7 Тренажеры и их роль в подготовке спортсмена.

8 Специальные тренажерные устройства.

9 Тренажеры, дающие информацию технических характеристик спортсмена.

10 Тренажеры, предназначенные для совершенствования физической подготовки спортсменов. 11Тренажеры, предназначенные для совершенствования тактической подготовки спортсменов. 12Тренажеры, предназначенные для совершенствования теоретической подготовки спортсменов. 13 Тренажеры, предназначенные для совершенствования психологической подготовки спортсменов.

14 Виды тренажерных устройств

15 Задачи и принципы тренажерных тренировок, и их влияние на организм человека

16 Основные характеристики современных тренажеров

17 Требования охраны труда перед началом занятий.

18 Требования охраны труда во время занятий.

19 Требования охраны и труда в аварийных ситуациях.

20Суть теории моторно-висцеральных рефлексов М. Р. Могендовича и применение этой теории в медицине и спорте

21. Оздоровительный и профилактический эффект массовой физической культуры

22Учение Р. Могендовича о моторно-висцеральных рефлексах

23Беговые дорожки, велотренажеры, степперы, эллептические тренажеры, гребные тренажеры.

24 Проблема повышения двигательной активности человека и современные представления о путях ее решения.

25Современные подходы к формированию здорового образа жизни учащейся молодежи.

26Циклы спортивной подготовки

28Профессионально-прикладная физическая подготовка (цель, задачи, формы, средства)

29Контроль процесса физического воспитания. Его задачи, основные виды – предварительный, текущий, итоговый.

30 Принципы спортивной тренировки

31Этапы спортивной подготовки 32Средства и методы спортивной тренировки, их специфические особенности.

33Методика проведения хронометража, пульсометрии

34Двигательное качество сила: определение понятия, виды силовых способностей, способы измерения, особенности применяемых средств, методические основы развития.

35Двигательное качество выносливость: определение понятия, виды, способы измерения, особенности применяемых средств, методические основы развития.

36Двигательное качество быстрота: определение понятия, виды скоростных способностей, способы измерения, особенности применяемых средств, возрастные и методические основы развития.

37Двигательное качество гибкость: определение понятий, виды, способы измерения, особенности применяемых средств, возрастные и методические основы развития.

38Двигательное качество ловкость: определение понятия, формы проявления, способы измерения, особенности применяемых средств, возрастные и методические основы развития.

39Нагрузка и отдых – важнейшие элементы воздействия физическими упражнениями на организм человека.

40Методы обучения в физическом воспитании: понятия, классификация, общие требования к подбору методов.

41Основные формы и их методические особенности физической культуры взрослого населения.

42Значение физического воспитания в пожилом и старшем возрасте.

43Особенности построения процесса физического воспитания в пожилом и старшем возрасте.

44Пути внедрения физической культуры в народ.

45Спорт в современном обществе.

46Функции современного спорта, их краткая характеристика.

47Соревнование – важнейший признак спорта, классификация соревнований.
48Типы спорта. Их краткая характеристика.
49Этапы многолетней подготовки спортсмена.
50Тренировка как составная часть подготовки спортсмена.
51Факторы, определяющие эффективность тренировки.
52Принципы спортивной тренировки.
53Основные стороны спортивной тренировки.
54Средства и методы спортивной тренировки.
55Принципы спортивной тренировки.
56Тренировочные и соревновательные нагрузки.
57Объем и интенсивность нагрузок и интервалов отдыха в спорте.
58Оздоровительная направленность как важнейший принцип системы физического воспитания.
59.Основные направления в системе оздоровительной физической культуры и их характеристика.
60Средства оздоровительной физической культуры и их характеристика:
61Умения и навыки как разные степени владения двигательным действиям.
62Принципы оздоровительной направленности, их реализация в физическом воспитании.
63Закономерности формирования двигательных умений и навыков.
64Характеристика принципов сознательности и активности, их реализация в физическом воспитании.
65Виды нагрузок: минимальные, максимальные, оптимальные, суммарные.
66Характеристика принципов доступности и индивидуализации.
67Взаимосвязь физического воспитания с другими видами воспитания.
68Характеристика принципа систематичности, его реализация в физическом воспитании.
69Характеристика этапов обучения в физическом воспитании.
70Характеристика принципа наглядности.
71Двигательные качества: исходные понятия, общая характеристика и закономерности развития.
72Характеристика принципа непрерывности процесса ФВ и систематичности чередования в нем нагрузки и отдыха.
73Двигательные ошибки при обучении: классификация, причины появления, меры предупреждения, правила и способы исправления.
74Характеристика принципа постепенного наращивания развивающе–тренировочных воздействия и адаптированного сбалансирования их динамики.
75Двигательное качество сила: определение понятия, виды силовых способностей, способы измерений, особенности применяемых средств, методические основы развития.
76Характеристика принципа цикличного построения системы занятий.
77Двигательное качество выносливость: определение понятия, виды, способы измерений, особенности применяемых средств и методические основы развития.
78Характеристика принципа возрастной адекватности направлений физического воспитания.
79Факторы, определяющие воздействие физических упражнений.
80Двигательная активность, значение ее в жизнедеятельности человека.
81Характеристика приемов регулирования нагрузки
82 Дифференцированный подход.

«Тренажеры при занятиях физической культуры»:

✓ 5 баллов - если ответ показывает глубокое и систематическое знание всего программного материала и структуры конкретного вопроса, а также основного содержания и новаций лекционного курса по сравнению с учебной литературой. Студент демонстрирует

отчетливое и свободное владение концептуально-понятийным аппаратом, научным языком и терминологией соответствующей научной области. Знание основной литературы и знакомство с дополнительно рекомендованной литературой. Логически корректное и убедительное изложение ответа.

✓ 4 - балла - знание узловых проблем программы и основного содержания лекционного курса; умение пользоваться концептуально-понятийным аппаратом в процессе анализа основных проблем в рамках данной темы; знание важнейших работ из списка рекомендованной литературы. В целом логически корректное, но не всегда точное и аргументированное изложение ответа.

✓ 3 балла – фрагментарные, поверхностные знания важнейших разделов программы и содержания лекционного курса; затруднения с использованием научно-понятийного аппарата и терминологии учебной дисциплины; неполное знакомство с рекомендованной литературой; частичные затруднения с выполнением предусмотренных программой заданий; стремление логически определенно и последовательно изложить ответ.

✓ 2 балла – незнание, либо отрывочное представление о данной проблеме в рамках учебно-программного материала; неумение использовать понятийный аппарат; отсутствие логической связи в ответе.

7.2.3. Тестовые задания для проверки знаний студентов

Тема: Средства оздоровительной физкультурно-массовой направленности (тренажеры)

Цель: Расширение и углубление теоретических знаний по основным вопросам темы Средства оздоровительной физкультурно-массовой направленности (тренажеры)

Задачи: 1. Научить, интегративно осмысливать общие закономерности и развитие оздоровительной физкультурно-массовой направленности

2. Отвечать на основные вопросы, правильно излагать и отстаивать свою точку зрения.

3. Способствовать воспитанию самостоятельного творческого мышления.

Дидактические единицы: система ФВ, цель и задачи оздоровительной физкультурно-массовой направленности основы и принципы оздоровления, направления тренажерных устройств .

Контрольные вопросы

1 Программы тренажеров и их классификация.

2 Структура и содержание программ.

3 Тренажеры и их роль в подготовке спортсмена.

4 Специальные тренажерные устройства.

5 Тренажеры, дающие информацию технических характеристик спортсмена.

6 Тренажеры, предназначенные для совершенствования физической подготовки спортсменов.

7Тренажеры, предназначенные для совершенствования тактической подготовки спортсменов.

8 Тренажеры, предназначенные для совершенствования теоретической подготовки спортсменов.

9 Тренажеры, предназначенные для совершенствования психологической подготовки спортсменов.

10Виды тренажерных устройств

Контролирующая программа

1. Укажите определение понятию система физического воспитания с использованием тренажеров .

а) тип социальной практики ФВ, главной функцией которого является физическое совершенствование людей и формирование ЗОЖ с использованием тренажеров .

б) исторически сложившееся представления о ЗОЖ и уровне всесторонней физической подготовки. с использованием тренажеров .

в) организация общества направленная на подготовку человека к высокопроизводительному труду средствами тренажеров .

2. К частной системе Тренажеров в спорте можно отнести:

а) систему экономики и политики общества.

б) систему государственных органов.

в) систему ФВ людей.

3. Какие задачи решает отечественная система Тренажеров в спорте.

а) развивающее, комплексные, образовательные.

б) образовательные, педагогические, оздоровительные, обучающие.

в) оздоровительные, образовательные, воспитательные.

4. Какие функции включает в себя система Тренажеров в спорте .

а) общекультурные социальные,

б) специфические социальные,

в) внутренние,

г) все выше перечисленные.

5. Целью отечественной системы Тренажеров в спорте является:

а) обеспечить реализацию возможностей всестороннего развития и физической подготовленности человека.

б) формировать физически совершенных людей, которые сочетают в себе духовное богатство, нормальную чистоту, способных творчески трудится, и защищать Родину.

в) подготовить членов общества к труду, оборонной и другим социально необходимым видам деятельности.

Ответы: 1.а; 2.в; 3.в; 4.г; 5.б.

Тема: . История развития и появление тренажеров Эффективность занятий с разновозрастными группами

Цель: Создание целостного представления о формах и функциях физической культуры.

Задачи: 1. Учить интегрально, осмысливать основные вопросы по данной теме.

2. Отвечать на поставленные вопросы, учиться правильной постановке вопроса.

3. Развивать умение находить правильный ответ из предложенных вариантов ответов.

4. *Дидактические единицы:* форма; функции; вид; разновидности; функции специфические, образовательные, рекреативные, прикладные, неспецифические, базовая, школьная , обще кондиционная , массовый спорт, спорт высших достижений с использованием тренажеров .

Контрольные вопросы

1. В чем историческая сущность развития и появление тренажеров ?
2. В чем выражается классовый характер физической культуры?
3. Дать определение функции?
4. Что понимается под функциями физической культуры? Как они реализуются?
5. Что понимается под формой?
6. Дать определение вида и разновидности тренажеров (привести примеры)?
7. Назовите основные методологические положения определяющие роль и значение тренажеров ?
8. Каковы функции физической культуры в сфере межличностных отношений?
9. Что понимается под воспитательными функциями физической культуры?
10. Каковы основные компоненты физической культуры с использованием тренажеров?
11. С какими сферами деятельности людей они связаны?
12. В чем сущность базовой физической культуры с использованием тренажеров?
13. Какие виды относятся к базовой физической культуре с использованием тренажеров ?
14. В чем сущность школьной физической культуры с использованием тренажеров?

15. Что такое пролонгирующая физическая культура с использованием тренажеров?
16. Что такое обшекондиционная тренировка с использованием тренажеров?
17. В чем отличие массового спорта от спорта высших достижений?
18. В чем заключается значимость спорта как компонента физической культуры?

19 Что понимается под прикладной физической культурой с использованием тренажеров?

20 На что направлена профессионально-прикладная физическая культура с использованием тренажеров?

21 В чем сущность спортивно-прикладной физической культуры с использованием тренажеров ?

22Что такое фоновая физическая культура с использованием тренажеров

23 Что такое рекреативная физическая культура с использованием тренажеров

24Самостоятельное задание для двух студентов: разработать по пять вопросов на тему специфических и неспецифических функций физической культуры с использованием тренажеров

.

Примерные вопросы:

1. Дать определение специфическим функциям?
2. Что понимается под общими специфическими функциями?
3. Что понимается под частными специфическими функциями?
4. Охарактеризуйте специфические прикладные функции и специфические образовательные функции?
5. Что понимается под специфическими рекреативными и оздоровительными функциями?
6. Что понимается под неспецифическими функциями?
7. Какие функции относятся к неспецифическим?
8. Охарактеризуйте эстетические функции?
9. Охарактеризуйте нормативные функции?
10. Охарактеризуйте информационную функцию?

Контролирующая программа

По теме **История развития и появление тренажеров Эффективность занятий с разновозрастными группами**

1 Что означает термин «функции физической культуры» с использованием тренажеров ?

1. Объективно присущие ей свойства воздействовать на человека и человеческие отношения, удовлетворять и развивать определенные потребности личности и общества.
2. Вся совокупность видов и разновидностей физической культуры в обществе, взятых в их закономерном соотношении друг с другом и в их связях с основными сферами жизнедеятельности человека.
3. То, что структурно отличает виды и разновидности физической культуры, т.е. их структурную определенность. с использованием тренажеров
4. Ответа на поставленный вопрос нет.

2 Укажите одну из разновидностей физической культуры с использованием тренажеров?

1. Оздоровительно-реабилитационная физическая культура.
2. «Школьная» физическая культура.
3. Производственная физическая культура.
4. Производственная гимнастика.

3Какие из перечисленных ниже функций ФК относятся к специфическим?

1. Спортивные функции, оздоровительно-реабилитационные.
2. Информационные функции.
3. Нормативные функции.
4. Эстетические функции.

4Главной специфической функцией ФК в обществе является…

1. Функция обеспечения физического совершенства.
2. Образовательная функция.
3. Рекреативная функция.
4. Прикладная функция.

5 В чем выражаются специфические прикладные функции ФК с использованием тренажеров?

1. Использование физической культуры в общей системе образования для систематического формирования важного фонда двигательных умений и навыков, а так же связанных с ними знаний.
2. Использование физической культуры в сфере досуга или системы специальных оздоровительных средств.
3. Использование физической культуры в системе специальной подготовки к оборонной и трудовой деятельности.
4. Физическая культура служит фактором достижения максимальных результатов в реализации физических и непосредственно связанных с ними возможностей человека.

1. К базовой физической культуре относят…

1. Лечебную и спортивно-реабилитационную физкультуру.
2. Базовый спорт высших достижений.
3. Школьную и пролонгирующую физкультуру.
4. Профессионально-прикладную и военно-прикладную физкультуру.

2. **Какие из функций физической культуры отражают использование физкультуры в целях удовлетворения эмоциональных запросов и восстановления временно утраченных функциональных возможностей организма?**

1. Спортивные функции.
2. Оздоровительно-реабилитационные и рекреативные функции.
3. Образовательные функции.
4. Прикладные функции.

3. Эстетические функции физической культуры…

1. Состоят в том, что в их содержании и связи с практикой использования в обществе вырабатываются и закрепляются отдельные нормы, которые имеют регламентирующее и оценочное значение.
2. Выражаются при использовании физической культуры в общей системе образования для систематического формирования жизненно важного фонда двигательных умений, навыков и связанных с ними знаний.
3. Играют немаловажную роль в накоплении, распространении и передаче от поколения к поколению сведений о человеке, человеческих возможностях, средствах и путях их увеличения.
4. Непосредственно связанны с ее свойствами, позволяющими удовлетворять потребности людей в физическом совершенстве, здоровье и общем гармоническом развитии.

9. Какие из функций физической культуры играют немаловажную роль в накоплении, распространении и передаче от поколения к поколению сведений о человеке, человеческих возможностях, средствах и путях их увеличения?

1. Информационные функции.
2. Эстетические функции.
3. Функции физического совершенства.
4. Нормативные функции.

10. Какие функции относятся к общекультурным функциям физической культуры?

1. Эстетические, нормативные, информационные функции.
2. Прикладные и оздоровительные функции.
3. Спортивные функции.
4. Рекреативные и оздоровительно-реабилитационные функции.

Ответы: 1)1; 2) 3; 3)1; 4)1; 5)3; 6)3; 7)2; 8) 4; 9)1; 10)1.

Тема: Средства физического воспитания.

Цель: Создание целостного представления о средствах физического воспитания; показать значение и место физических упражнений в системе физического воспитания.

Задачи: 1. Рассмотреть основные вопросы по теме «Средства физического воспитания».

2. Развивать умение формировать идеи, находить версии ответа.

3. Активизировать творческое мышление студентов по средствам методов активного обучения.

Дидактические единицы: средства физического воспитания, физические упражнения, гигиенические факторы, естественные силы природы, техника физических упражнений, детали техники, основы техники, классификация физических упражнений.

Контрольные вопросы

Студенты работают в группах.

А) Вопросы на быстрый групповой ответ (обсуждение версий и краткий ответ без пояснения).

1. Что дает педагогу знание полного объема средств физического воспитания и их характеристика?

Ответ:

- позволяет комплексно использовать все виды средств;
- подбирать наиболее эффективные физические упражнения;
- разрабатывать новые системы физических упражнений.

1. Перечислите средства физического воспитания?

Ответ: физические упражнения, естественные силы природы, гигиенические факторы.

3. Какое из средств физического воспитания является ведущим?

Ответ: физические упражнения.

4. Какие двигательные действия можно назвать физическими упражнениями?

Ответ: только те, которые направлены на решение задач физического воспитания.

5. Что отражает слово «физическое» в сочетании «физическое упражнение»?

Ответ: характер совершаемой работы.

6. Что отражает слово «упражнение» в сочетании «физическое упражнение»?

Ответ: повторность действия.

7. Как понимать: движение есть моторная функция организма?

Ответ: изменение положения тела и его частей.

8. По средствам связанных между собой движений осуществляется что?

Ответ: действие.

9. Для физического воспитания имеют значение, какие движения?

Ответ: только произвольные движения.

10. Почему?

Ответ: потому, что они подчинены воле человека.

Б) Вопросы на обсуждение в группе и индивидуальный ответ (работа на контрасте с преподавателем).

1. Какого происхождение физических упражнений?
2. В чем отличие физического упражнения от трудового и можно ли их взаимозаменить?
3. Почему произвольные движения сориентированы на учителя физкультуры? (признаки произвольного движения).
4. Раскройте сущность материалистического учения И.М. Сеченова и И.П. Павлова о произвольных движениях?
5. Объясните физиологическое значение физических упражнений?

Техника физических упражнений

Студенты работают в группах по 5-6 человек обсуждают и дают ответы на следующие вопросы:

1. Что понимается под эффектом физических упражнений?
2. Какие эффекты вы знаете?
3. Раскройте этапы перехода двигательного действия в срочный, следовой, адаптационный эффект?
4. Изобразить графически динамику расходования и восстановления биоэнергетических веществ под влиянием физических упражнений?
5. Охарактеризуйте фазу относительной нормализации?
6. Охарактеризуйте фазу суперкомпенсации (сверхвостановления)?
7. Охарактеризуйте редукционную фазу?
8. Что понимается под содержанием физических упражнений?
9. Что включает в себя понятие «форма физических упражнений»?
10. Из чего складывается понятие техники физических упражнений?
11. Дайте определение понятиям: основы техники, детали техники.
12. Перечислите виды техники и охарактеризуйте их?
13. Какие различают фазы упражнения?
14. Дайте краткую характеристику каждой фазе?
15. Критерии оценки эффективности техники?

Проблемные задачи: известно, что одно и тоже упражнение может привести к различным эффектам и, наоборот, разные физические упражнения могут вызвать одинаковый результат. Какие факторы, по вашему мнению, влияют на эффективность физических упражнений и в целом на педагогический процесс? (вложите в ответ нужное для слушателя познавательное содержание и приведите примеры).

Часто говорят: «Нет плохих учеников, есть плохие учителя». Ваше отношение к этому высказыванию, учитывая при этом, что ведущим фактором, определяющим воздействие физических упражнений, является личная характеристика учителя и учеников?

Контролирующая программа по теме «Средства физической культуры».

1.Что является основным специфическим средством физического воспитания?

А) Средства, обеспечивающие наглядное воздействие

Б) Физические упражнения

В) Естественные силы природы

Г) Гигиенические факторы

2. Физическими упражнениями называется:

А) Двигательные действия, с помощью которых развивают физические качества и укрепляют здоровье

Б) Двигательные действия, дозируемые по величине и продолжительности выполнения.

В) Движения выполняемые на уроках физической культуры в школе и во время выполнения утренней гигиенической гимнастики.

Г) Формы двигательных действий, способствующие решению задач физического воспитания.

3. Что отражает слово «физическое» в сочетании «физическое упражнение?

А) Характер совершаемой работы.

Б) Развитие физических качеств.

В) Изменение положения тела и его частей в пространстве и во времени.

Г) Повторность действия

4. Что отражает слово «упражнение» в сочетании «физическое упражнение»?

А) Амплитуду движения.

Б) Повторность действия.

В) меру воздействия на организм,

Г) Мощность выполняемой работы.

5. В технике сложных движений выделяют:

А) Основу и детали техники.

Б) Стандартную и индивидуальную технику.

В) Кинематические и качественные характеристики.

Г) Нет правильного варианта ответа.

6. Назовите фазы физических упражнений?

А) Основная.

Б)Заключительная.

В) Подготовительная.

Г) Все выше перечисленные.

7. Что такое эффект физических упражнений?

А) То с помощью чего развиваются физические качества.

Б) Это мера воздействия на организм.

В) Это изменения состояния организма вызванные физическими упражнениями.

Г) Здесь нет правильного ответа.

8. Что относится к пространственным характеристикам физических упражнений?

А) Амплитуда движения и направление.

Б) Темп и длительность.

В) Ритм.

Г) эластичность движений.

9. Что относится к временным характеристикам двигательного действия?

А) Амплитуда движения.

Б) Темп и длительность движения.

В) Положение и путь тела.

Г) Направление.

10. В чем заключается главный смысл обеспечения положительного кумулятивного эффекта упражнения в процессе физического воспитания?

А) В совершенствовании телосложения.

Б) Приобретение новых и совершенствование ранее изученных двигательных действий.

В) В повышении функциональных возможностей организма.

Г) В развитии тренированности, приобретении, сохранении и дальнейшем улучшении физической подготовленности.

Ответы:1) 2; 2) 4; 3) 1; 4) 2; 5) 1; 6) 3; 7) 3; 8) 2;9) 2; 10) 4.

Тема: Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты физических упражнений.

Цель: создание представления о нагрузке как основном средстве влияющем на физическое развитие человека: рассмотрение отдыха как основного средства восстановления функций организма.

Задачи: 1) формировать умение выбора оптимального способа контроля за дозированием нагрузки в зависимости от конкретной ситуации;

2) рассмотреть приемы дозирования нагрузки на уроках физической культуры;

3) рассмотреть взаимосвязь нагрузки и отдыха как необходимых компонентов физических упражнений.

*Дидактические единице:*нагрузка, объем и интенсивность, отдых, виды отдыха, типы интервалов отдыха.

Контрольные вопросы

1. Какой главный фактор физических упражнений позволяет управлять физическим развитием организма?
2. Что такое нагрузка?
3. Какие стороны нагрузки существуют?
4. Дать определение понятию объем нагрузки?

5. Дать определение понятию интенсивность нагрузки?
6. Перечислите основные показатели объема и интенсивности нагрузки?
7. Какая связь существует между объемом и интенсивностью нагрузки? (привести примеры)
8. От чего зависит особенность взаимодействия нагрузки?
9. Как можно дозировать нагрузку?
10. Какие различают виды нагрузки?
11. Что такое утомление?
12. Назовите основные признаки утомления?
13. Каково физиологическое обоснование процессов утомления?
14. Охарактеризуйте различные виды утомления (острое, хроническое, локальное, скрытое, явное). Приведите примеры.
15. Какой процесс противоположен утомлению? Перечислите основные его виды.
16. Охарактеризуйте текущие восстановление?
17. Охарактеризуйте отставленное восстановление?
18. Что такое перетренированность? Ее основные признаки.
19. Основные требования предупреждения переутомления?
20. Основные меры принимаемые для предупреждения утомления?
21. Какова роль отдыха в процессе занятий физическими упражнениями?
22. Что такое отдых?
23. Какие по характеру различают виды отдыха?
24. Какие существуют типы интервалов отдыха? Дать краткую характеристику каждого.

Самостоятельная работа:

Ознакомиться с методикой контроля нагрузки с использованием шкалы пульсовых характеристик Набатниковой М.Я. Опробовать методику и сделать выводы.

Хронометраж и пульсометрия

1. Что такое хронометрирование?
2. Дать определение общей плотности урока?
3. Почему необходимо рационально использовать время на уроке?
4. Что такое простой? Чем он отличается от отдыха?
5. Как определить общую плотность урока?
6. От чего она зависит?
7. Что такое моторная плотность урока:
8. Как распределяется моторная плотность урока и что она характеризует?
9. Что такое пульсометрия?
10. Охарактеризуйте ее методику?
11. Начертить график пульсометрии и объяснить его значение?

Студенты (2-3 человека) самостоятельно заполняют карты хронометрожа и пульсометрии и затем объясняют методику их заполнения. Остальные анализируют правильность выполнения, делают замечания.

Контролирующая программа по теме «Нагрузка и отдых как компоненты физических упражнений».

1. Положительное влияние физических упражнений на развитие функциональных возможностей организма будет зависеть:

1) от техники и физической подготовленности занимающихся;
2) от особенностей реакции систем организма в ответ на выполнение упражнений;
3) от состояния здоровья занимающихся;
4) от величины физической нагрузки и степени напряжения в работе определенных мышечных групп.

2. Величина физической нагрузки дозируется:

1) регулированием объема и интенсивности выполнения физических упражнений;
2) регулированием степени утомления, вызываемого физическим упражнением;
3) регулированием самочувствия при выполнении упражнений;
4) регулированием интервалов отдыха.

3. Если после выполнения упражнения величина ЧЧС восстанавливается до исходного уровня за 30 секунд, то это значит, что физическая нагрузка во время выполнения упражнения:

1) мала, ее следует увеличить;

2) переносится организмом достаточно легко и ее можно повторить;

3) достаточно большая, но ее можно повторить, увеличив интервал отдыха;

5) чрезмерная и ее надо уменьшить.

4. Если после выполнения упражнения величина ЧЧС восстанавливается до исходного уровня за 60 секунд, то это значит, что физическая нагрузка во время выполнения упражнения:

1) мала, ее следует увеличить;
2) переносится организмом достаточно легко и ее можно повторить;
3) достаточно большая, но ее можно повторить, увеличив интервал отдыха;
4) чрезмерная и ее надо уменьшить.

5. Если после выполнения упражнения величина ЧЧС восстанавливается до исходного уровня за 120 секунд, то это значит, что физическая нагрузка во время выполнения упражнения:

1) мала, ее следует увеличить;
2) переносится организмом достаточно легко и ее можно повторить;
3) достаточно большая, но ее можно повторить, увеличив интервал отдыха;
4) чрезмерная и ее надо уменьшить.

6. Основным фактором позволяющим управлять развитием, являются:

1) физические упражнения;
2) прстранственно-временные характеристики;
3) нагрузка;
4) степень утомления организма.

7. Объем физической нагрузки это:

1) мощность мышечной работы;
2) количество выполняемой работы;
3) темп работы;
4) среди представленных вариантов нет правильного.

8. Интенсивность нагрузки это:

1) мощность выполняемой работы;
2) количество выполняемой работы в единицу времени;
3) общий вес отягощения;
4) время выполнения упражнения.

9. Какие существуют виды восстановления?

1) острое и локальное;
2) общее и частное;
3) текущее и отставленное;
4) продолжительное и краткосрочное.

10. Какое состояние наступает в результате постоянного недовостановления?

1) утомление;
2) перетренированность;
3) среди ответов нет правильного.

Тема: Методы физического воспитания

Цель: Формировать умение осмысливать, анализировать теоретические знания по теме.

Задачи: 1. Рассмотреть основные вопросы темы;

2. Учить осмысленному выступлению на семинарском занятии и выработке своей точки зрения;

3. Активизировать творческое мышление студентов в процессе решения проблемных задач и контролирующей программы.

Дидактические единицы: понятие «метод», «методический прием», «методика», специфические методы: методы строго регламентированного упражнения, игровой метод, соревновательный метод; общепедагогические методы: методы вербального и наглядного воздействия.

***Специфические методы физического воспитания*.**

1. Что относится к методам и методическим приемам физического воспитания?
2. Дать определение метода?
3. Что понимается под методическим приемом?
4. Что такое методика?
5. Каковы общие требования к подбору методов?
6. Каковы разновидности методов:

а) по направлению;

б) по составу;

в) по способу развертывания процесса упражнения.

7. Начертите схему классификации методов и охарактеризуйте ее?
8. Что такое целостный метод разучивания физического упражнения? Его положительные и отрицательные стороны?
9. Дайте характеристику расчленено-конструктивного метода?
10. Что такое метод сокращенного воздействия?
11. Дайте характеристику методу стандартного упражнения?
12. Какие методы строго-регламентированного упражнения преимущественно используются для развития физических качеств? Охарактеризуйте их.
13. Дайте характеристику игрового метода? Его роль в обучении двигательного действия?
14. Что такое соревновательный метод? Его положительные и отрицательные стороны?

Проблемные задачи:

1. Составить круговую тренировку по развитию физических качеств преимущественно для своего вида спорта
2. Применить методический прием с акцентом на реализацию практического метода обучения.
3. Перед вами стоит задача: сформировать двигательное умение в выполнении акробатического упражнения «мост». Какие методы, исключая методы слова и методы наглядного восприятия, целесообразно применить для решения этой задачи и почему?

Общепедагогические методы физического воспитания.

1. Какие методы относятся к неспецифическим (общепедагогическим) методам?
2. На какие группы по значению можно разделить словесные методы?
3. Какие выделяют методы идеомоторного и психорегулирующего воздействия?
4. К какой группе неспецифических методов они относятся?
5. Каково значение применения методов наглядного воздействия?
6. Что такое методы зрительной наглядности? Их краткая характеристика?
7. Какие методические требования к показу вы знаете?
8. Дайте характеристику методам зрительного ориентирования?
9. Охарактеризуйте методы звуковой наглядности?
10. Каково значение методов зрительной наглядности?
11. Какие методы срочной информации можно выделить в физическом воспитании?

Проблемные задачи:

1. Разрешите спор двух педагогов: первый говорит, что слово должно нести в себе две функции – смысловую и эмоциональную; второй, что слово несет в себе только смысловую функцию и этого достаточно. Ваша точка зрения (обоснуйте свой ответ).
2. В процессе обучения двигательного действия словесные методы использует не только педагог, но и ученики. Назовите их.
3. В процессе обучения двигательному действию ряд преподавателей используют преимущественно личный показ или показ подготовленного ученика. Может быть действительно правильно избегать демонстрации рисунков, плакатов, кинограмм в процессе занятий? (ответ обоснуйте).

Контролирующая программа по теме

«Методы физического воспитания».

I. Под методами физического воспитания понимаются:

1. Основные положения, определяющие содержание, организационные формы учебного процесса в соответствии с его общими целями и закономерностями.
2. Те руководящие положения, которые раскрывают отдельные стороны применения того или иного принципа обучения.
3. Конкретные побуждения, причины, заставляющие личность действовать, выполнять двигательные действия.
4. Способы применения физических упражнений.

II. К специфическим методам физического воспитания относятся:

1. Игровой метод;
2. Соревновательный метод;
3. Методы наглядного воздействия и срочной информации;
4. Методы строго-регламентированного упражнения, игровой и соревновательный.

III. Что лежит в основе методов строго регламентированного упражнения?

1. Четкий алгоритм движений;
2. Точное дозирование нагрузки;
3. Твердо предписанная программа движения и точное нормирование нагрузки и отдыха;
4. Четкое нормирование интервалов отдыха.

IV. Методы, в основе которых лежит строго повторяющаяся нагрузка, задаваемая с различными интервалами отдыха, называется:

1. Методом стандартного повторения слитного упражнения;
2. Методом вариативного интервального упражнения;
3. Методам вариативного слитного упражнения;
4. Методом стандартно повторного интервального упражнения.

V. На что направлен метод сопряженного воздействия?

1. На обучение движению.
2. На воспитание физических качеств.
3. На совершенствование структуры движений и качественных сторон двигательных действий.
4. На закрепление и совершенствование двигательных действий.

VI. Для каково метода характерна организация двигательной деятельности на сюжетно-ролевой основе?

1. Соревновательного.
2. Игрового.
3. Метода строго-регламентированного упражнения.
4. Метода круговой тренировки.

VII. Для какого метода характерно подчинение всей деятельности задаче победить в соответствии с заранее установленными правилами?

1. Метод расчленено-конструктивного упражнения.
2. Игровой метод.
3. Соревновательный метод.
4. Метод повторно-серийного упражнения.

VIII**. Что относится к методам комбинированного типа?**

1. Метод целостного разучивания двигательного действия.
2. Метод наглядных воздействий.
3. Словесный метод.
4. Метод повторно-переменного упражнения.

IX. Какие из методов строго-регламентированного упражнения применяются в процессе разучивания двигательного действия?

1. Метод круговой тренировки.
2. Методы вариативного слитного упражнения.
3. Метод расчлененно-конструктивного упражнения (разучивания по частям)
4. Среди вариантов нет правильного ответа.

X. Целесообразность применения того или другого метода в каждом конкретном случаи зависит от:

1. Соответствия поставленным задачам обучения.
2. Соответствия условиям занятий.
3. Соответствия индивидуальным возможностям учителя.
4. Соответствия возможностям занимающихся.
5. Все выше перечисленное.

Ответы:I) 1 II) 4 III) 3 IV) 4 V) 3 VI) 2
VII) 3 VIII) 4 IX) 3 X) 5

Критерии оценки: 10 – 9 правильных ответов – «отлично», 8 –7 – «хорошо», 6 – оценка «удовлетворительно», 5 и менее – оценка «неудовлетворительно».

Тема: Основы обучения двигательному действию

Цель: формировать умение критически осмысливать материал по конкретной теме.

Задачи: 1. Закрепить теоретические знания, полученные на лекции;

2. Научиться логически отвечать на поставленные вопросы, дополнять своих товарищей и оппонировать им.

3. Решить контролирующую программу.

Дидактические единицы: двигательное действие, теория управления движением, двигательное умение, двигательный навык, умение-мастерство (умение высшего порядка), этапы формирования двигательного навыка, основные признаки двигательного умения, основные признаки двигательного навыка, перенос двигательного навыка, закономерности формирования двигательного навыка.

Двигательные действия. Теории управления движением.

1. Какое значение имеют движения в жизни человека?
2. Назовите основные задачи, которые решаются на начальном этапе освоения двигательного действия?
3. Какие задачи освоения двигательного действия решаются на поздних этапах?
4. Объясните основные положения теории управления двигательным действием с точки зрения П.А. Анохина?
5. Каковы основные положения теории обучения двигательному действию на основе условно-рефлекторной концепции В.В. Белиновича?
6. Что такое теория обратных связей?
7. Дать определение понятиям обучение и обучение в физическом воспитании?
8. Что такое физическое образование?
9. Назовите три уровня владения двигательным действием?
10. Что такое двигательное умение?
11. Что такое двигательный навык и его основные отличия от двигательного умения?
12. Каковы предпосылки, на основе которых возникает умение выполнять двигательное действие?
13. Как эти предпосылки связаны между собой?

Проблемная задача: почему мышление является ведущим при построении и обучении двигательного действия.

Двигательное умение и двигательный навык.

1. Что такое двигательное умение?
2. С чего начинается осмысленное построение двигательного умения?
3. Дать определение понятиям ориентировочная основа действия и основные опорные точки?
4. Характерные признаки двигательного умения?
5. Значение двигательных умений?
6. Назовите основные условия необходимые для перехода двигательного умения в двигательный навык?
7. Что такое двигательный навык?

8. Характерные признаки двигательного навыка?
9. Значение двигательных навыков?
10. Перечислите основные закономерности формирования двигательного навыка?
11. Что такое иррадиация нервных процессов при формировании двигательного навыка?
12. Что такое концентрация нервных процессов?
13. Что такое стабилизация нервных процессов или динамический стереотип?

Закономерности формирования двигательного навыка и умение высшего порядка.

1. Назовите основные компоненты двигательного навыка? Каково их значение?
2. Что означает стабилизация и пластичность двигательного навыка?
3. Как проявляется неравномерность формирования навыка?
4. Что такое разрушение двигательного навыка и каковы ее причины?
5. Что такое перенос двигательного навыка?
6. Что такое «положительный» и «отрицательный» перенос? (приведите примеры)
7. Что такое «асимметричный» и «односторонний» перенос? (приведите примеры)
8. Дать определение умению высшего порядка?
9. Характерные признаки и значение умения высшего порядка?
10. Какие вы знаете разновидности умения высшего порядка? (приведите примеры)

Контролирующая программа по теме

«Основы обучения двигательному действию»

I. Организованный процесс передачи и усвоения систем специальных знаний и двигательных действий, направленных на физическое и психическое совершенствование человека это:

1. Учение в физическом воспитании.
2. Физическое воспитание.
3. Преподавание физического воспитания.
4. Обучение в физическом воспитании.

II. Педагогический процесс, направленный на систематическое освоение рациональных способов управления своими движениями, приобретение необходимых двигательных навыков, умений и связанных с ними знаний, называется:

1. Физическим образованием.
2. Физическим воспитанием.
3. Физическим развитием.
4. Физической культурой.

III. Система движений, объединенная смысловыми двигательными задачами, называется:

1. Двигательным действием.
2. Спортивной техникой.
3. Подвижной игрой.
4. Физическим упражнением.

IV. Теория обучения двигательному действию на основе условно-рефлекторной концепции была разработана:

1. А.Н. Крестовниковым.
2. И.М. Сеченовым.
3. В.В. Белиновичем.
4. П.К. Анохиным.

V. Теория обратной связи лежит в основе представлений о закономерностях формирования:

1. Спортивной техники.
2. Двигательной одаренности.
3. Двигательного навыка.
4. Физического развития.

VI. Способность выполнять двигательное действие с концентрированием внимания на каждом конкретном движении, нестабильностью выполнения и высоким мышечным напряжением называется:

1. Двигательным навыком.
2. Двигательным умением.
3. Умением высшего порядка.
4. Сложно-координационным движением.

VII. Оптимальная степень владения техникой действия, характеризующаяся автоматизированным управлением движением, высокой прочностью и надежностью исполнения называется:

1. Двигательным умением.
2. Техническим мастерством.
3. Двигательной одаренностью.
4. Двигательным навыком.

VIII. Логическое построение действия в общую смысловую основу с определением основных моментов движения называется:

1. Ориентировочной основой действия.
2. Процессом построения системы движений.
3. Программой действия.
4. Среди предложенных вариантов нет правильного ответа.

IX. При каких условиях двигательное умение переходит в двигательный навык?

1. Многократное систематическое повторение.
2. «Шифровка» движений, возрастает точность выполнения движений.
3. Вся система движений выполняется автоматически.
4. Все выше перечисленное.

X. Постепенное распространение возбуждения на соседние нервные центры при выполнении двигательного действия называется:

1. Стабилизацией.
2. Иррадиацией.
3. Концентрацией.
4. Среди предложенных вариантов нет правильного ответа.

XI. Если ранее сформированный двигательный навык облегчает формирование следующего двигательного навыка, то это:

1. «Положительный» перенос.
2. Асимметричный перенос.
3. «Отрицательный» перенос.
4. Перекрестный перенос.

XII. Умение применять выученные двигательные действия в реальных условиях жизни называется:

1. Двигательным стереотипом.
2. Умением высшего порядка.
3. Пластичностью двигательного навыка.
4. «Положительным» переносом.

XIII. На что должна опираться методика формирования двигательного умения и навыка?

1. На основные закономерности их образования.
2. На усвоение программы движения.
3. На характерные признаки.
4. Среди предложенных вариантов нет правильного ответа.

Ответы: II)1 III) 1 IV) 3 V) 3 VI) 2 VII) 4 VIII)1 X)4 X) 2 XI) 1 XII) 2 XIII) 1

Критерии оценки: 13-12 правильных ответов – «отлично»; 11-9 правильных ответов – «хорошо»; 8-7 – «удовлетворительно»; 6 – «неудовлетворительно».

Тема: Структура обучения двигательным действиям

Цель: рассмотреть основные закономерности и этапы процесса обучения двигательным действиям.

Задачи: 1) Учить логически отвечать на поставленные вопросы, отстаивать свою точку зрения.

2) Формировать видение выхода теории в практическую деятельность.

3) Активизировать творческое мышление студентов в процессе выполнения контрольной работы.

Дидактические единицы: понятие обучение в ФВ, преподавание, физкультурное образование; этап начального разучивания (задачи, методы, средства); этап углубленного разучивания (задачи, методы, средства); этап закрепления и совершенствования (задачи, методы, средства).

Этап начального разучивания двигательного действия.

1. Дайте определение понятиям обучение в ФВ, преподавание, физкультурное образование?
2. Какие цели и задачи ставит перед собой учитель в процессе обучения двигательным действиям?
3. Как, где реализуются эти задачи?
4. Каковы предпосылки построения этапов обучения?
5. В каком соотношении находятся этапы обучения со стадиями становления двигательных умений и навыков?
6. Какова цель первого этапа обучения двигательному действию?
7. Какие задачи решаются на этапе начального разучивания двигательного действия?
8. Перечислите и дайте характеристику основных методов обучения применяемых на данном этапе обучения?
9. С помощью каких средств физической культуры реализуется обучение на первом этапе обучения?
10. Как происходит управление ориентировочной основой действия?
11. Как необходимо регламентировать режим обучения двигательному действию на первом этапе обучения в одном занятии, в системе занятий?

Завершающие этапы обучения.

1. Какова целевая установка на этапе углубленного разучивания двигательного действия?
2. Какие задачи решаются на втором этапе обучения ДД?
3. На какой комплекс средств и методов нужно опираться на втором этапе обучения?
4. Каковы определяющие черты методики обучения двигательному действию на втором этапе обучения?
5. Как нужно регламентировать режим упражнения на этапе углубленного разучивания? Обоснуйте свой ответ.
6. Каковы цель и задачи на третьем этапе закрепления и дальнейшего совершенствования ДД? (результирующая отработка действия).
7. Какие методы используются на третьем этапе обучения?
8. В чем сущность методик на этапе результирующей отработки действия?
9. Какие особенности контроля, возможно, применять на последнем этапе обучения ДД?
10. Какие средства физического воспитания наиболее целесообразно использовать на этом этапе обучения?

Практическая работа

Составить программу обучения двигательного действия (по специализации). Поставить частные задачи, раскрыть основные средства и методы на каждом этапе обучения. Данные записать в следующею таблицу:

Частные задачи	Основные средства и методические приемы	Дополнительные средства для устранения недостатков.
Первый этап обучения: Второй этап обучения: Третий этап обучения:		

Тема: Двигательные ошибки и пути их исправления

Цель: расширение и углубление знаний студентов по теме лекции.

Задачи: 1) Получить общее представление о двигательных ошибках, как одном из основных препятствий в формировании двигательного навыка.

2) Формировать познавательные способности студентов путем практической прикладности.

3) Учится конкретно отвечать на поставленные вопросы, аргументировано отстаивать свою точку зрения.

Дидактические единицы: понятие двигательной ошибки, классификация двигательных ошибок, причины возникновения двигательных ошибок, способы исправления, правила исправления двигательных ошибок.

Контрольные вопросы

1. Что такое двигательная ошибка?
2. Как ошибки влияют на обучение двигательным действиям?
3. Какие существуют способы освоения двигательного действия, и какой из них наиболее целесообразен?
4. Дайте краткую характеристику классификации ошибок?
5. Что означает понятие отдельные и комплексные двигательные ошибки? Приведите примеры.
6. Дайте характеристику автоматизированных и неавтоматизированных ошибок?
7. Что такое существенные и незначительные ошибки?
8. Дайте характеристику типичных и нетипичных ошибок? Приведите примеры.
9. Перечислите основные причины возникновения ошибок?
10. Какие меры предупреждения ошибок вы знаете?
11. Назовите основные правила исправления ошибок?

«Тренажеры при занятиях физической культурой»:

✓ 5 баллов - выставляется студенту, если выполнены все задания варианта, продемонстрировано знание фактического материала (базовых понятий, алгоритма, факта).

✓ 4 балла - работа выполнена вполне квалифицированно в необходимом объёме; имеются незначительные методические недочёты и дидактические ошибки. Продемонстрировано умение правильно использовать специальные термины и понятия, узнавание объектов изучения в рамках определенного раздела дисциплины; понятен творческий уровень и аргументация собственной точки зрения

✓ 3 балла – продемонстрировано умение синтезировать, анализировать, обобщать фактический и теоретический материал с формулированием конкретных выводов, установлением причинно-следственных связей в рамках определенного раздела дисциплины;

✓ 2 балла - работа выполнена на неудовлетворительном уровне; не в полном объёме, требует доработки и исправлений и исправлений более чем половины объема.

7.2.4. Бально-рейтинговая система оценки знаний бакалавров

Согласно Положения о балльно-рейтинговой системе оценки знаний бакалавров баллы выставляются в соответствующих графах журнала (см. «Журнал учета балльно-рейтинговых показателей студенческой группы») в следующем порядке:

«Посещение» - 2 балла за присутствие на занятии без замечаний со стороны преподавателя; 1 балл за опоздание или иное незначительное нарушение дисциплины; 0 баллов за пропуск одного занятия (вне зависимости от уважительности пропуска) или опоздание более чем на 15 минут или иное нарушение дисциплины.

«Активность» - от 0 до 5 баллов выставляется преподавателем за демонстрацию студентом знаний во время занятия письменно или устно, за подготовку домашнего задания, участие в дискуссии на заданную тему и т.д., то есть за работу на занятии. При этом пре-

подаватель должен опросить не менее 25% из числа студентов, присутствующих на практическом занятии.

«Контрольная работа» или «тестирование» - от 0 до 5 баллов выставляется преподавателем по результатам контрольной работы или тестирования группы, проведенных во внеаудиторное время. Предполагается, что преподаватель по согласованию с деканатом проводит подобные мероприятия по выявлению остаточных знаний студентов не реже одного раза на каждые 36 часов аудиторного времени.

«Отработка» - от 0 до 2 баллов выставляется за отработку каждого пропущенного лекционного занятия и от 0 до 4 баллов может быть поставлено преподавателем за отработку студентом пропуска одного практического занятия или практикума. За один раз можно отработать не более шести пропусков (т.е., студенту выставляется не более 18 баллов, если все пропущенные шесть занятий являлись практическими) вне зависимости от уважительности пропусков занятий.

«Пропуски в часах всего» - количество пропущенных занятий за отчетный период умножается на два (1 занятие=2 часам) (заполняется делопроизводителем деканата).

«Пропуски по неуважительной причине» - графа заполняется делопроизводителем деканата.

«Попуски по уважительной причине» - графа заполняется делопроизводителем деканата.

«Корректировка баллов за пропуски» - графа заполняется делопроизводителем деканата.

«Итого баллов за отчетный период» - сумма всех выставленных баллов за данный период (графа заполняется делопроизводителем деканата).

Таблица перевода балльно-рейтинговых показателей в отметки традиционной системы оценивания

Соотношение часов лекционных и практических занятий	0/2	1/3	1/2	2/3	1/1	3/2	2/1	3/1	2/0	Соответствие отметки коэффициенту
Коэффициент соответствия балльных показателей традиционной отметке	1,5	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	«зачтено»
	1	1	1	1	1	1	1	1	1	«удовлетворительно»
	2	1,75	1,65	1,6	1,5	1,4	1,35	1,25	-	«хорошо»
	3	2,5	2,3	2,2	2	1,8	1,7	1,5	-	«отлично»

Необходимое количество баллов для выставления отметок («зачтено», «удовлетворительно», «хорошо», «отлично») определяется произведением реально проведенных аудиторных часов (n) за отчетный период на коэффициент соответствия в зависимости от соотношения часов лекционных и практических занятий согласно приведенной таблице.

«Журнал учета балльно-рейтинговых показателей студенческой группы» заполняется преподавателем на каждом занятии.

В случае болезни или другой уважительной причины отсутствия студента на занятиях, ему предоставляется право отработать занятия по индивидуальному графику.

Студенту, набравшему количество баллов менее определенного порогового уровня, выставляется оценка "неудовлетворительно" или "не зачтено". Порядок ликвидации задолженностей и прохождения дальнейшего обучения регулируется на основе действующего законодательства РФ и локальных актов КЧГУ.

Текущий контроль по лекционному материалу проводит лектор, по практическим занятиям – преподаватель, проводивший эти занятия. Контроль может проводиться и совместно.

8.Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины. Информационное обеспечение образовательного процесса

8.1. Основная литература:

Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник для вузов физической культуры и спорта / Л. П. Матвеев. - 7-е изд. стер. - Москва: Спорт, 2020. - 342 с. - ISBN 978-5-906132-50-5. - URL: https: //znanium.com/catalog/product/1153759 (дата обращения: 31.05.2021). – Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный.

8.2. Дополнительная литература:

1. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник для вузов физической культуры и спорта / Л. П. Матвеев. - 7-е изд. стер. - Москва: Спорт, 2020. - 342 с. - ISBN 978-5-906132-50-5. - URL: https: //znanium.com/catalog/product/1153759 (дата обращения: 31.05.2021). – Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный.

9. Методические указания для обучающихся по освоению учебной дисциплины (модуля)

Вид учебных занятий	Организация деятельности студента
Лекция	Написание конспекта лекций: краткое, схематичное, последовательное фиксирование основных положений, выводов, формулировок, обобщений; выделение ключевых слов, терминов. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначение вопросы, терминов, материала, вызывающего трудности. Если самостоятельно не удается разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии.
Практические занятия	Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом
Контрольная работа/ индивидуальные задания	Знакомство с основной и дополнительной литературой, включая справочные издания, зарубежные источники, конспект основных положений, терминов, сведений, требующих для запоминания и являющихся основополагающими в этой теме. Составление аннотаций к прочитанным литературным источникам и др.
Реферат	Реферат: Поиск литературы и составление библиографии, использование от 3 до 5 научных работ, изложение мнения авторов и своего суждения по выбранному вопросу; изложение основных аспектов проблемы. Ознакомиться со структурой и оформлением реферата.
Коллоквиум	Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам и др.
Самостоятельная работа	Проработка учебного материала занятий лекционного и семинарского типа. Изучение нового материала до его изложения на занятиях. Поиск, изучение и презентация информации по заданной теме, анализ научных источников. Самостоятельное изучение отдельных вопросов тем дисциплины, не рассматриваемых на занятиях лекционного и семинарского типа. Подготовка к текущему контролю, к промежуточной аттестации.
Подготовка к зачету	При подготовке к зачету необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др.

10. Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины (модуля)

10.1. Общесистемные требования

Электронная информационно-образовательная среда ФГБОУ ВО «КЧГУ»

http://kchgu.ru - адрес официального сайта университета
https://do.kchgu.ru - электронная информационно-образовательная среда КЧГУ

Электронно-библиотечные системы (электронные библиотеки)

Учебный год	Наименование документа с указанием реквизитов	Срок действия документа
2026-2027 учебный год	Электронно-библиотечная система ООО «Знаниум». Договор № 238 от 23.04.2024 г. Электронный адрес: https://znanium.com	от 12.05.2026г. до 11.05.2027г.
2026-2027 учебный год	Электронно-библиотечная система «Лань». Договор № 36 от 19.01.2024 г. Электронный адрес: https://e.lanbook.com	от 11.02.2025г. до 11.02.2026г.
2026-2027 учебный год	Электронно-библиотечная система КЧГУ. Положение об ЭБ утверждено Ученым советом от 30.09.2015г. Протокол № 1. Электронный адрес: http://lib.kchgu.ru	Бессрочный
2026-2027 учебный год	Национальная электронная библиотека (НЭБ). Договор №101/НЭБ/1391-п от 22. 02. 2023 г. Электронный адрес: http://rusneb.ru	Бессрочный
2026-2027 учебный год	Научная электронная библиотека «ELIBRARY.RU». Лицензионное соглашение №15646 от 21.10.2016 г. Электронный адрес: http://elibrary.ru	Бессрочный
2026-2027 учебный год	Электронный ресурс Polpred.comОбзор СМИ. Соглашение. Бесплатно. Электронный адрес: http://polpred.com	Бессрочный

10.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины

При необходимости для проведения занятий используется аудитория, оборудованная компьютером с доступом к сети Интернет с установленным на нем необходимым программным обеспечением и браузером, проектор (интерактивная доска) для демонстрации презентаций и мультимедийного материала.

В соответствии с содержанием практических (лабораторных) занятий при их проведении используется аудитория, рабочие места обучающихся в которой оснащены компьютерной техникой, имеют широкополосный доступ в сеть Интернет и программное обеспечение, соответствующее решаемым задачам.

Рабочие места для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с подключением к сети Интернет и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду. Университета.

10.3. Необходимый комплект лицензионного программного обеспечения

1. ABBY FineReader (лицензия №FCRP-1100-1002-3937), бессрочная.
2. Calculate Linux (внесён в ЕРРП Приказом Минкомсвязи №665 от 30.11.2018-2020), бессрочная.
3. GNU Image Manipulation Program (GIMP) (лицензия: №GNU GPLv3), бессрочная.
4. Google G Suite for Education (IC: 01i1p5u8), бессрочная.

5. Kaspersky Endpoint Security (OE26-190214-143423-910-82), с 14.02.2019 по 02.03.2021г.

6. Kaspersky Endpoint Security (лицензия №280E2102100934034202061), с 03.03.2021 по 04.03.2023 г.

7. Kaspersky Endpoint Security (Лицензия № 1CI2-230131-040105-990-2679), с 25.01.2023 г. по 03.03.2025 г.

8. Microsoft Office (лицензия №60127446), бессрочная.

9. Microsoft Windows (лицензия №60290784), бессрочная.

10.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Современные профессиональные базы данных

1. Федеральный портал «Российское образование»- https://edu.ru/documents/

2. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) – http://school-collection.edu.ru/

3. Базы данных Scopus издательства Elsevir http://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic.

Информационные справочные системы

1. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования - http://fgosvo.ru.

2. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (ФЦИОР) – http://edu.ru.

3. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) – http://school-collection.edu.ru.

4. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» (ИС «Единое окно») – http://window/edu.ru.

5. Информационная система «Информио».

11.Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

В группах, в состав которых входят студенты с ОВЗ, в процессе проведения учебных занятий создается гибкая, вариативная организационно-методическая система обучения, адекватная образовательным потребностям данной категории обучающихся, которая позволяет не только обеспечить преемственность систем общего (инклюзивного) и высшего образования, но и будет способствовать формированию у них компетенций, предусмотренных ФГОС ВО, ускорит темпы профессионального становления, а также будет способствовать их социальной адаптации.

В процессе преподавания учебной дисциплины создается на каждом занятии толерантная социокультурная среда, необходимая для формирования у всех обучающихся гражданской, правовой и профессиональной позиции соучастия, готовности к полноценному общению, сотрудничеству, способности толерантно воспринимать социальные, личностные и культурные различия, в том числе и характерные для обучающихся с ОВЗ.

Посредством совместной, индивидуальной и групповой работы формируется у всех обучающихся активная жизненная позиции и развитие способности жить в мире разных людей и идей, а также обеспечивается соблюдение обучающимися их прав и свобод и признание права другого человека, в том числе и обучающихся с ОВЗ на такие же права.

В группах, в состав которых входят обучающиеся с ОВЗ, в процессе учебных занятий используются технологии, направленные на диагностику уровня и темпов профессионального становления обучающихся с ОВЗ, а также технологии мониторинга степени успешности формирования у них компетенций, предусмотренных ФГОС ВО при изучении данной учебной дисциплины, используя с этой целью специальные оценочные материалы

и формы проведения промежуточной и итоговой аттестации, специальные технические средства, предоставляя обучающимся с ОВЗ дополнительное время для подготовки ответов, привлекая тьютеров).

Материально-техническая база для реализации программы:

1.Мультимедийные средства:

- интерактивные доски «Smart Boarfd», «Toshiba»;
- экраны проекционные на штативе 280*120;
- мультимедиа-проекторы Epson, Benq, Mitsubishi, Aser;

2.Презентационное оборудование:

- радиосистемы AKG, Shure, Quik;
- видеокомплекты Microsoft, Logitech;
- микрофоны беспроводные;
- класс компьютерный мультимедийный на 21 мест;
- ноутбуки Aser, Toshiba, Asus, HP;

Наличие компьютерной техники и специального программного обеспечения: имеются рабочие места, оборудованные рельефно-точечными клавиатурами (шрифт Брайля), программное обеспечение NVDA с функцией синтезатора речи, видеоувеличителем, клавиатурой для лиц с ДЦП, роллером Распределение специализированного оборудования.

11. Лист регистрации изменений

Изменение	Дата и номер ученого совета факультета/института, на котором были рассмотрены вопросы о необходимости внесения изменений	Дата и номер протокола ученого совета Университета, на котором были утверждены изменения
Обновлен договор: 1.Договор № 332 ЭБС ООО «Знаниум» от 02.06.2025г. Действует до 11.06.2026г.		03.06.2026г. протокол № 8