

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КАРАЧАЕВО-ЧЕРКЕССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ У.Д. АЛИЕВА»

Педагогический факультет
кафедра профессионального образования, русского языка и методики его преподавания



Д.У. Биджиев
«05» июля 2022г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (модуля)

Элективные курсы по физической культуре и спорту

(наименование дисциплины (модуля))

Направление подготовки

44.03.05 - Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

(шифр, название направления)

Направленность (профиль) подготовки

Начальное образование; русский язык

Квалификация выпускника

бакалавр

Форма обучения

заочная

Год начала подготовки - 2018

Карачаевск, 2022

Программу составил(а): *канд.пед.наук, доцент Каракетов А.К.*

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО и на основании учебного плана.

Рабочая программа обновлена и утверждена на заседании кафедры профессионального образования, русского языка и методики его преподавания на 2022-2023 уч. год

Протокол № 11 от 05.07.2022 г.

И.о. завкафедрой



к. геогр. н., доц. Чагарова Л.А.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Наименование дисциплины (модуля).....	4
2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы.....	4
3. Место дисциплины (модуля) в структуре 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.....	4
5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий.....	5
6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю).....	7
7. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).....	8
7.1.Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы.....	8
7.2.Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания.....	8
7.3.Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.....	9
7.3.1.Типовые темы рефератов.....	Ошибка! Закладка не определена.
7.3.2.Примерные тестовые задания.....	Ошибка! Закладка не определена.
7.3.3.Примерные вопросы к аттестации.....	13
7.4.Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.....	26
8.Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля).....	27
8.1. Основная литература.....	27
8.2. Дополнительная литература.....	28
9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	28
10. Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины (модуля).....	28
10.1. Общесистемные требования.....	28
10.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины.....	17
10.3. Необходимый комплект лицензионного программного обеспечения.....	18
10.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы..	18
11. Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.....	18
12. Лист регистрации изменений.....	33

1. Наименование дисциплины (модуля)

Элективные курсы по физической культуре и спорту

Целью повышение уровня спортивной подготовленности обучающихся по физической культуре.

Для достижения цели ставятся задачи:

- 1) воспитание высоких моральных и волевых качеств гандболиста в соответствии с требованиями морального кодекса;
- 2) укрепление здоровья, всестороннее физическое развитие, воспитание специальных двигательных способностей;
- 3) овладение современной техникой, тактикой и стратегией игры;
- 4) воспитание психических свойств личности, необходимых для успешной тренировки и выступления в соревнованиях;
- 5) приобретение знаний для научно обоснованного управления тренировкой.

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

В результате освоения ОПОП бакалавриата обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине (модулю):

Коды компетенции	Результаты освоения ОПОП Содержание компетенций*	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине**
ОПК-6	готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся	Знать: правила поведения и меры безопасности при выполнении физических упражнений на занятиях по различным видам спорта
		Уметь: использовать эти правила на практике
		Владеть: навыками поведения в чрезвычайных ситуациях
ПК-7	способностью организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать активность и инициативность, самостоятельность обучающихся, развивать их творческие способности	Знать: психологические, методические приемы создания оптимально комфортных условий для проведения тренировок и соревнований
		Уметь: применять правовые и нравственно-этические нормы в сфере профессиональной деятельности
		Владеть: способами установления контактов и поддержания взаимодействия с субъектами деятельности в сфере физической культуры и спорта в условиях поликультурной среды

3. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Данная дисциплина относится к базовым дисциплинам (Б1.В.24), реализуемая в рамках вариативной части Блока 1.

Дисциплина (модуль) изучается на 1,2 курсах во 2, 3 семестрах.

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП	
Индекс	Б1.В. 24
Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
Для успешного освоения дисциплины бакалавр должен владеть основными Для успешного освоения дисциплины бакалавр должен иметь подготовку по предметам «Физическая культура».	
Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	
Изучение дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» необходимо для успешного прохождения соответствующих практик, предусмотренных учебным планом 44.03.01. Педагогическое образование, направленность «Дошкольное образование», формирования компетенций ОПК-6, ПК-7	

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.

Объем дисциплины	Всего часов	
	для очной формы обучения	для заочной формы обучения
Общая трудоемкость дисциплины		328
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий)* (всего)		
Аудиторная работа (всего):		
в том числе:		
лекции		
семинары, практические занятия		
практикумы		
лабораторные работы		
Внеаудиторная работа:		
курсовые работы		
консультация перед экзаменом		
Внеаудиторная работа также включает индивидуальную работу обучающихся с преподавателем, групповые, индивидуальные консультации и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем), творческую работу (эссе), рефераты, контрольные работы и др.		
Самостоятельная работа обучающихся (всего)		324

Контроль самостоятельной работы		
Вид промежуточной аттестации обучающегося (зачет / экзамен)		зачет 4 часа

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

Для заочной формы

№ п/п	Ку рс/ се ме стр	Раздел, тема дисциплины	Общая трудо емко сть (в часах)	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудо емко сть (в часах)				
				всего	Аудиторные уч. занятия			Сам. работ а
					Лек	Пр.	Лаб.	
Раздел 1. Легкая атлетика			54	-	-	-	54	
1.1	1/2	Обучение основам техники бега на короткие дистанции (низкий старт, разгон, бег по дистанции, финиширование).	2	-	-	-	2	
1.2	1/2	Обучение основам техники бега на короткие дистанции (низкий старт, разгон, бег по дистанции, финиширование).	2	-	-	-	2	
1.3	1/2	Обучение основам техники бега на короткие дистанции (низкий старт, разгон, бег по дистанции, финиширование).	2	-	-	-	2	
1.4	1/2	Обучение основным приёмам бега на средние и длинные дистанции (высокий старт, бег на 1-м, 2-м и 3-м этапе дистанции, финиширование).	2	-	-	-	2	
1.5	1/2	Обучение основным приёмам бега на средние и длинные дистанции (высокий старт, бег на 1-м, 2-м и 3-м этапе дистанции, финиширование).	2	-	-	-	2	
1.6	1/2	Обучение основным приёмам бега на средние и длинные дистанции (высокий старт, бег на 1-м, 2-м и 3-м этапе дистанции, финиширование).	2	-	-	-	2	

1.7	1/2	Обучение технике прыжков в длину с разбега и с места (разбег, фаза отталкивания, фаза полёта, приземление).	2	-	-	-	2
1.8	1/2	Обучение технике прыжков в длину с разбега и с места (разбег, фаза отталкивания, фаза полёта, приземление).	2	-	-	-	2
1.9	1/2	Обучение технике прыжков в длину с разбега и с места (разбег, фаза отталкивания, фаза полёта, приземление).	2	-	-	-	2
1.10	1/2	Обучение технике прыжков в высоту.	2	-	-	-	2
1.11	1/2	Обучение технике прыжков в высоту.	2	-	-	-	2
1.12	1/2	Обучение технике прыжков в высоту.	2	-	-	-	2
1.13	1/2	Обучение технике метания.	2	-	-	-	2
1.14	1/2	Обучение технике метания.	2	-	-	-	2
1.15	1/2	Обучение технике метания.	2	-	-	-	2
1.16	1/2	Совершенствование техники бега на короткие дистанции.	2	-	-	-	2
1.17	1/2	Совершенствование техники бега на короткие дистанции.	2	-	-	-	2
1.18	1/2	Совершенствование техники бега на короткие дистанции.	2	-	-	-	2
1.19	1/2	Совершенствование техники бега на средние и длинные дистанции.	2	-	-	-	2
1.20	1/2	Совершенствование техники бега на средние и длинные дистанции.	2	-	-	-	2
1.21	1/2	Совершенствование техники бега на средние и длинные дистанции.	2	-	-	-	2
1.22	1/2	Совершенствование техники прыжков в длину.	2	-	-	-	2
1.23	1/2	Совершенствование техники прыжков в длину.	2	-	-	-	2
1.24	1/2	Совершенствование техники прыжков в длину.	2	-	-	-	2
1.25	1/2	Кроссовая подготовка.	2	-	-	-	2
1.26	1/2	Кроссовая подготовка.	2	-	-	-	2
1.27	1/2	Кроссовая подготовка.	2	-	-	-	2
Раздел 2. Баскетбол			54	-	-	-	54
2.1	1/2	Обучение и совершенствование техники перемещений и владения мячом.	2	-	-	-	2
2.2	1/2	Обучение и	2	-	-	-	2

		совершенствование техники перемещений и владения мячом.					
2.3	1/2	Обучение и совершенствование техники перемещений и владения мячом.	2	-	-	-	2
2.4	1/2	Обучение и совершенствование техники передачи мяча и броска по кольцу.	2	-	-	-	2
2.5	1/2	Обучение и совершенствование техники передачи мяча и броска по кольцу.	2	-	-	-	2
2.6	1/2	Обучение и совершенствование техники передачи мяча и броска по кольцу.	2	-	-	-	2
2.7	1/2	Обучение и совершенствование технике игры в защите.	2	-	-	-	2
2.8	1/2	Обучение и совершенствование технике игры в защите.	2	-	-	-	2
2.9	1/2	Обучение и совершенствование технике игры в защите.	2	-	-	-	2
2.10	1/2	Обучение и совершенствование технике игры в нападении.	2	-	-	-	2
2.11	1/2	Обучение и совершенствование технике игры в нападении.	2	-	-	-	2
2.12	1/2	Обучение и совершенствование технике игры в нападении.	2	-	-	-	2
2.13	1/2	Обучение тактике игры.	2	-	-	-	2
2.14	1/2	Обучение тактике игры.	2	-	-	-	2
2.15	1/2	Обучение тактике игры.	2	-	-	-	2
2.16	1/2	Совершенствование техники перемещений баскетболиста, ловли, ведения и передачи мяча.	2	-	-	-	2
2.17	1/2	Совершенствование техники перемещений баскетболиста, ловли, ведения и передачи мяча.	2	-	-	-	2
2.18	1/2	Совершенствование техники перемещений баскетболиста, ловли, ведения и передачи мяча.	2	-	-	-	2

2.19	1/2	Совершенствование техники и тактики игры.	2	-	-	-	2
2.20	1/2	Совершенствование техники и тактики игры.	2	-	-	-	2
2.21	1/2	Совершенствование техники и тактики игры.	2	-	-	-	2
2.22	1/2	Совершенствование тактических действий в нападении и защите.	2	-	-	-	2
2.23	1/2	Совершенствование тактических действий в нападении и защите.	2	-	-	-	2
2.24	1/2	Совершенствование тактических действий в нападении и защите.	2	-	-	-	2
2.25	1/2	Совершенствование техники и тактики в двухсторонней игре.	2	-	-	-	2
2.26	1/2	Совершенствование техники и тактики в двухсторонней игре.	2	-	-	-	2
2.27	1/2	Совершенствование техники и тактики в двухсторонней игре.	2	-	-	-	2
Раздел 3. Волейбол			54	-	-	-	54
3.1	1/2	Обучение и совершенствование техники передачи мяча, игровой стойки, перемещений.	2	-	-	-	2
3.2	1/2	Обучение и совершенствование техники передачи мяча, игровой стойки, перемещений.	2	-	-	-	2
3.3	1/2	Обучение и совершенствование подач.	2	-	-	-	2
3.4	1/2	Обучение и совершенствование подач.	2	-	-	-	2
3.5	1/2	Обучение и совершенствование техники игры в защите и нападении.	2	-	-	-	2
3.6	1/2	Обучение и совершенствование техники игры в защите и нападении.	2	-	-	-	2
3.7	1/2	Совершенствование техники передачи мяча и верхней прямой подачи.	2	-	-	-	2
3.8	1/2	Совершенствование техники передачи мяча и верхней прямой подачи.	2	-	-	-	2
3.9	1/2	Совершенствование техники передачи мяча и верхней прямой подачи.	2	-	-	-	2

3.10	1/2	Совершенствование техники подач и нападающего удара.	2	-	-	-	2
3.11	1/2	Совершенствование техники подач и нападающего удара.	2	-	-	-	2
3.12	1/2	Совершенствование техники подач и нападающего удара.	2	-	-	-	2
3.13	1/2	Обучение тактическим приёмам игры.	2	-	-	-	2
3.14	1/2	Обучение тактическим приёмам игры.	2	-	-	-	2
3.15	1/2	Обучение тактическим приёмам игры.	2	-	-	-	2
3.16	1/2	Обучение технике блокирования мяча.	2	-	-	-	2
3.17	1/2	Обучение технике блокирования мяча.	2	-	-	-	2
3.18	1/2	Обучение технике блокирования мяча.	2	-	-	-	2
3.19	1/2	Совершенствование техники в двухсторонней игре.	2	-	-	-	2
3.20	1/2	Совершенствование техники в двухсторонней игре.	2	-	-	-	2
3.21	1/2	Совершенствование техники в двухсторонней игре.	2	-	-	-	2
3.22	1/2	Совершенствование техники игры в защите и нападении.	2	-	-	-	2
3.23	1/2	Совершенствование техники игры в защите и нападении.	2	-	-	-	2
3.24	1/2	Совершенствование техники игры в защите и нападении.	2	-	-	-	2
3.25	1/2	Совершенствование техники и тактики игры.	2	-	-	-	2
3.26	1/2	Совершенствование техники и тактики игры.	2	-	-	-	2
3.27	1/2	Совершенствование техники и тактики игры.	2	-	-	-	2
Раздел 4. Гандбол			54	-	-	-	54
4.1	2/4	Обучение технике владения мячом.	2	-	-	-	2
4.2	2/4	Обучение технике владения мячом.	2	-	-	-	2
4.3	2/4	Обучение технике владения мячом.	2	-	-	-	2
4.4	2/4	Обучение технике бросков.	2	-	-	-	2
4.5	2/4	Обучение технике бросков.	2	-	-	-	2
4.6	2/4	Обучение технике бросков.	2	-	-	-	2
4.7	2/4	Обучение техническим приёмам игры в нападении и защите.	2	-	-	-	2
4.8	2/4	Обучение техническим приёмам игры в нападении и	2	-	-	-	2

		защите.					
4.9	2/4	Обучение техническим приёмам игры в нападении и защите.	2	-	-	-	2
4.10	2/4	Совершенствование индивидуальной тактики защиты.	2	-	-	-	2
4.11	2/4	Совершенствование индивидуальной тактики защиты.	2	-	-	-	2
4.12	2/4	Совершенствование индивидуальной тактики защиты.	2	-	-	-	2
4.13	2/4	Совершенствование коллективной тактики защиты.	2	-	-	-	2
4.14	2/4	Совершенствование коллективной тактики защиты.	2	-	-	-	2
4.15	2/4	Совершенствование коллективной тактики защиты.	2	-	-	-	2
4.16	2/4	Совершенствование индивидуальной тактики нападения.	2	-	-	-	2
4.17	2/4	Совершенствование индивидуальной тактики нападения.	2	-	-	-	2
4.18	2/4	Совершенствование индивидуальной тактики нападения.	2	-	-	-	2
4.19	2/4	Совершенствование коллективной тактики нападения.	2	-	-	-	2
4.20	2/4	Совершенствование коллективной тактики нападения.	2	-	-	-	2
4.21	2/4	Совершенствование коллективной тактики нападения.	2	-	-	-	2
4.22	2/4	Совершенствование техники в двухсторонней игре.	2	-	-	-	2
4.23	2/4	Совершенствование техники в двухсторонней игре.	2	-	-	-	2
4.24	2/4	Совершенствование техники в двухсторонней игре.	2	-	-	-	2
4.25	2/4	Совершенствование техники и тактики в двухсторонней игре.	2	-	-	-	2
4.26	2/4	Совершенствование техники и тактики в двухсторонней игре.	2	-	-	-	2

4.27	2/4	Совершенствование техники и тактики в двухсторонней игре.	2	-	-	-	2
Раздел 5. Настольный теннис. Бадминтон. Городки			54	-	-	-	54
5.1 Настольный теннис			18	-	-	-	18
5.1.1	2/4	Обучение и совершенствование техники подачи и приёма мяча.	2	-	-	-	2
5.1.2	2/4	Обучение и совершенствование техники подачи и приёма мяча.	2	-	-	-	2
5.1.3	2/4	Обучение и совершенствование техники подачи и приёма мяча.	2	-	-	-	2
5.1.4	2/4	Обучение и совершенствование техники нападающего удара.	2	-	-	-	2
5.1.5	2/4	Обучение и совершенствование техники нападающего удара.	2	-	-	-	2
5.1.6	2/4	Обучение и совершенствование техники нападающего удара.	2	-	-	-	2
5.1.7	2/4	Совершенствование технических приёмов в двухсторонней игре.	2	-	-	-	2
5.1.8	2/4	Совершенствование технических приёмов в двухсторонней игре.	2	-	-	-	2
5.1.9	2/4	Совершенствование технических приёмов в двухсторонней игре.	2	-	-	-	2
5.2 Бадминтон			24	-	-	-	24
5.2.1	2/4	Обучение и совершенствование технике подачи	2	-	-	-	2
5.2.2	2/4	Обучение и совершенствование технике подачи	2	-	-	-	2
5.2.3	2/4	Обучение и совершенствование технике подачи	2	-	-	-	2
5.2.4	2/4	Обучение и совершенствование тактике одиночной встречи	2	-	-	-	2
5.2.5	2/4	Обучение и совершенствование тактике одиночной встречи	2	-	-	-	2
5.2.6	2/4	Обучение и совершенствование тактике одиночной встречи	2	-	-	-	2

5.2.7	2/4	Обучение и совершенствование тактике парной встречи	2	-	-	-	2
5.2.8	2/4	Обучение и совершенствование тактике парной встречи	2	-	-	-	2
5.2.9	2/4	Обучение и совершенствование тактике парной встречи	2	-	-	-	2
5.2.10	2/4	Совершенствование технических приёмов в двухсторонней игре.	2	-	-	-	2
5.2.11	2/4	Совершенствование технических приёмов в двухсторонней игре.	2	-	-	-	2
5.2.12	2/4	Совершенствование технических приёмов в двухсторонней игре.		-	-	-	2
5.3 Городки			12	-	-	-	12
5.3.1	2/4	Обучение и совершенствование бросков.	2	-	-	-	2
5.3.2	2/4	Обучение и совершенствование бросков.	2	-	-	-	2
5.3.3	2/4	Обучение и совершенствование бросков.	2	-	-	-	2
5.3.4	2/4	Совершенствование технических приёмов в игре.	2	-	-	-	2
5.3.5	2/4	Совершенствование технических приёмов в игре.	2	-	-	-	2
5.3.6	2/4	Совершенствование технических приёмов в игре.	2	-	-	-	2
Раздел 6. Футбол			54	-	-	-	54
6.1	3/6	Обучение технике передвижения.	2	-	-	-	2
6.2	3/6	Обучение технике передвижения.	2	-	-	-	2
6.3	3/6	Обучение технике передвижения.	2	-	-	-	2
6.4	3/6	Обучение технике владения мячом.	2	-	-	-	2
6.5	3/6	Обучение технике владения мячом.	2	-	-	-	2
6.6	3/6	Обучение технике владения мячом.	2	-	-	-	2
6.7	3/6	Обучение технике отбора мяча.	2	-	-	-	2
6.8	3/6	Обучение технике отбора мяча.	2	-	-	-	2
6.9	3/6	Обучение технике отбора мяча.	2	-	-	-	2
6.10	3/6	Обучение технике ударов по	2	-	-	-	2

		воротам.					
6.11	3/6	Обучение технике ударов по воротам.	2	-	-	-	2
6.12	3/6	Обучение технике ударов по воротам.	2	-	-	-	2
6.13	3/6	Обучение техническим приёмам игры в нападении и защите.	2	-	-	-	2
6.14	3/6	Обучение техническим приёмам игры в нападении и защите.	2	-	-	-	2
6.15	3/6	Обучение техническим приёмам игры в нападении и защите.	2	-	-	-	2
6.16	3/6	Обучение тактике игры.	2	-	-	-	2
6.17	3/6	Обучение тактике игры.	2	-	-	-	2
6.18	3/6	Обучение тактике игры.	2	-	-	-	2
6.19	3/6	Совершенствование техники игры в нападении и защите.	2	-	-	-	2
6.20	3/6	Совершенствование техники игры в нападении и защите.	2	-	-	-	2
6.21	3/6	Совершенствование техники игры в нападении и защите.	2	-	-	-	2
6.22	3/6	Совершенствование техники в двухсторонней игре.	2	-	-	-	2
6.23	3/6	Совершенствование техники в двухсторонней игре.	2	-	-	-	2
6.24	3/6	Совершенствование техники в двухсторонней игре.	2	-	-	-	2
6.25	3/6	Совершенствование техники и тактики в двухсторонней игре.	2	-	-	-	2
6.26	3/6	Совершенствование техники и тактики в двухсторонней игре.	2	-	-	-	2
6.27	3/6	Совершенствование техники и тактики в двухсторонней игре.	2	-	-	-	2
Зачет			4	-	-	-	
			328	--		-	324

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Помимо рекомендованной основной и дополнительной литературы, в процессе самостоятельной работы студенты могут пользоваться следующими методическими материалами:

1. Хубиев Х.А. Игровые виды спорта. Учебно-методический комплекс. – Карачаевск, 2015. – 19 с.

2. Джаубаев Ю.А. Теория спортивной тренировки: учебное пособие. – Карачаевск: КЧГУ, 2010.

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

7.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Перечень (код) контролируемой компетенций	Контролируемые разделы (темы)	Этапы формирования компетенций
ОПК-6, ПК-7	Раздел 1. Легкая атлетика Раздел 2. Баскетбол Раздел 3. Волейбол Раздел 4. Гандбол Раздел 5. Настольный теннис. Бадминтон. Городки.	1 этап
ОПК-6, ПК-7	Раздел 1. Легкая атлетика Раздел 2. Баскетбол Раздел 3. Волейбол Раздел 4. Гандбол Раздел 5. Настольный теннис. Бадминтон. Городки.	2 этап

7.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

1 этап - начальный		
Показатели	Критерии	Шкала оценивания
<p>1. Способность обучающегося продемонстрировать наличие знаний при решении учебных заданий.</p> <p>2. Способность в применении умения в процессе освоения учебной дисциплины, и решения практических задач.</p> <p>3. Способность проявить навык повторения решения поставленной задачи по стандартному образцу</p>	<p>1.Способность обучающегося продемонстрировать наличие знаний при решении заданий, которые были представлены преподавателем вместе с образцом их решения.</p> <p>2. Применение умения к использованию методов освоения учебной дисциплины и способность проявить навык повторения решения поставленной задачи по стандартному образцу.</p> <p>2. Обучаемый демонстрирует самостоятельность в применении знаний, умений и навыков к решению учебных заданий в полном соответствии с образцом, данным преподавателем, по</p>	<p>2 балла <i>ставится в случае:</i> незнания значительной части программного материала; не владения понятийным аппаратом дисциплины; существенных ошибок при изложении учебного материала; неумения строить ответ в соответствии со структурой излагаемого вопроса; неумения делать выводы по излагаемому материалу.</p> <p>3 балла <i>студент должен:</i> продемонстрировать общее знание изучаемого материала; знать основную рекомендуемую программой дисциплины учебную литературу; уметь строить ответ в соответствии со структурой излагаемого вопроса; показать общее владение понятийным аппаратом дисциплины;</p> <p>4 балла <i>студент должен:</i> продемонстрировать достаточно полное знание материала; продемонстрировать знание основных теоретических понятий; достаточно последовательно, грамотно и логически</p>

	<p>заданиям, решение которых было показано преподавателем.</p>	<p>стройно излагать материал; продемонстрировать умение ориентироваться в нормативно-правовой литературе; уметь сделать достаточно обоснованные выводы по излагаемому материалу</p> <p>5 баллов</p> <p><i>студент должен:</i> продемонстрировать глубокое и прочное усвоение знаний материала; исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно изложить теоретический материал; правильно формулировать определения; продемонстрировать умения самостоятельной работы с нормативно-правовой литературой; уметь сделать выводы по излагаемому материалу</p>
2 этап - заключительный		
<p>1. Способность обучаемого самостоятельно продемонстрировать наличие знаний при решении учебных заданий.</p> <p>2. Самостоятельность в применении умения к использованию методов освоения учебной дисциплины и к решению практических задач.</p> <p>3. Самостоятельность в проявления навыка в процессе решения поставленной задачи без стандартного образца</p>	<p>1. Обучающий демонстрирует самостоятельное применение знаний, умений и навыков при решении заданий, аналогичных тем, которые представлял преподаватель при потенциальном формировании компетенции.</p> <p>2. Обучаемый демонстрирует способность к полной самостоятельности в выборе способа решения неизвестных или нестандартных заданий в рамках учебной дисциплины с использованием знаний, умений и навыков, полученных как в ходе освоения данной учебной дисциплины, так и смежных дисциплин.</p>	<p>2 балла</p> <p><i>ставится в случае:</i> незнания значительной части программного материала; не владения понятийным аппаратом дисциплины; существенных ошибок при изложении учебного материала; неумения строить ответ в соответствии со структурой излагаемого вопроса; неумения делать выводы по излагаемому материалу.</p> <p>3 балла</p> <p><i>студент должен:</i> продемонстрировать общее знание изучаемого материала; знать основную рекомендуемую программой дисциплины учебную литературу; уметь строить ответ в соответствии со структурой излагаемого вопроса; показать общее владение понятийным аппаратом дисциплины;</p> <p>4 балла</p> <p>студент должен: продемонстрировать достаточно полное знание материала; продемонстрировать знание основных теоретических понятий; достаточно последовательно, грамотно и логически стройно излагать материал; продемонстрировать умение ориентироваться в нормативно-правовой литературе; уметь сделать достаточно обоснованные выводы по излагаемому материалу</p> <p>5 баллов</p> <p>студент должен: продемонстрировать глубокое и прочное усвоение знаний материала; исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно изложить теоретический материал; правильно формулировать определения; продемонстрировать умения</p>

		самостоятельной работы с нормативно-правовой литературой; уметь сделать выводы по излагаемому материалу
--	--	---

7.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

7.3.1. Типовые темы рефератов

Раздел 2. Подготовка и выразительное чтение текстов различных жанров

1. Формирование ценностных ориентаций школьников на физическую культуру и спорт.
2. Роль физической культуры и спорта в духовном воспитании личности.
3. Средства физической культуры в повышении функциональных возможностей организма.
4. Физиологическая характеристика состояний организма при занятиях физическими упражнениями и спортом.
6. Цели, задачи и средства общей физической подготовки.
7. Цели, задачи и средства спортивной подготовки.
8. Самоконтроль в процессе физического воспитания.
9. Средства и методы воспитания физических качеств.
10. Учебно-тренировочные занятия как основная форма обучения физическим упражнениям.
11. Организация физкультурно-спортивных мероприятий («Положение», алгоритм,
12. принципы, системы розыгрыша, первенства, спартакиады).
13. Организация физического воспитания
14. Развитие быстроты
15. Развитие двигательных способностей
16. Развитие основных физических качеств юношей.
17. Развитие основных физических качеств девушек.
18. Опорно-двигательный аппарат.
19. Развитие силы и мышц.
20. Сердечно-сосудистая, дыхательная и нервная системы
21. Утренняя гигиеническая гимнастика
22. Физическая культура и физическое воспитание
23. Физическое воспитание в семье
24. Характеристика основных форм оздоровительной физической культуры
25. Физическая культура в системе общекультурных ценностей.
26. Физическая культура в школе.
27. Двигательный режим и его значение.
28. Физическая культура и спорт как социальные феномены.
29. Роль общеразвивающих упражнений в физической культуре.
30. Формы самостоятельных занятий физическими упражнениями.
31. Оздоровительная физическая культура и ее формы.
32. Влияние оздоровительной физической культуры на организм.
33. Основы спортивной тренировки.

34. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке школьников.
35. Организм, как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система.
36. система.
37. Анатомо-морфологические особенности и основные физиологические функции организма.
38. организма.
39. Внешняя среда и ее воздействие на организм человека.
40. Функциональная активность человека и взаимосвязь физической и умственной деятельности.
41. деятельности.
42. Утомление при физической и умственной работе.
43. Восстановление.
44. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.
45. Адаптация к физическим упражнениям.
46. Адаптация спортсменов к выполнению специфических статических нагрузок.
47. Значение физической культуры и спорта в жизни человека.
48. История развития физической культуры как дисциплины.
49. Физическая культура и ее влияние на решение социальных проблем
50. Влияние физических упражнений на полноценное развитие организма человека
51. Процесс организации здорового образа жизни
52. Особенности правовой базы в отношении спорта и физической культуры в России.

Критерии оценки качества реферата преподавателем.

Подготовленный и оформленный в соответствии с требованиями реферат оценивается преподавателем по следующим критериям:

- достижение поставленной цели и задач исследования;
- уровень эрудированности автора по изученной теме (знание автором состояния изучаемой проблематики, цитирование источников, степень использования в работе результатов исследований);
- личные заслуги автора реферата (новые знания, которые получены помимо образовательной программы, новизна материала и рассмотренной проблемы, научное значение исследуемого вопроса);
- культура письменного изложения материала (логичность подачи материала, грамотность автора);
- культура оформления материалов работы (соответствие реферата всем стандартным требованиям);
- степень обоснованности аргументов и обобщений (полнота, глубина, всесторонность раскрытия темы, корректность аргументации и системы доказательств, характер и достоверность примеров, иллюстративного материала, наличие знаний интегрированного характера, способность к обобщению);
- использование литературных источников.

Критерии оценки:

- оценка **«зачтено»** выставляется студенту, если реферат подготовлен и оформлен в соответствии со всеми стандартными требованиями. Поставленные цели и задачи исследования достигнуты. Уровень эрудированности автора по изученной теме высок. Высокая степень обоснованности аргументов и обобщений (полнота, глубина, всесторонность раскрытия темы, корректность аргументации и системы доказательств, характер и достоверность примеров, иллюстративного материала, наличие знаний интегрированного характера, способность к обобщению);

- оценка **«не зачтено»**. Отсутствует обоснование актуальности выбранной темы, не сформулированы цели работы и основные вопросы, которые предполагается

раскрыть в реферате. Студент не продемонстрировал основательное знание материала, умение самостоятельно разбираться в нем; не систематизированы и творчески не использованы основные идеи источников для раскрытия темы. Студент не смог логично построить содержание, связно и лаконично изложить материал.

7.3.2. Примерные тестовые задания

+ правильный ответ

1. В спорте выделяют:

- + А. Инвалидный, массовый, детский, юношеский, высших достижений.
- Б. Олимпийский, дворový, любительский.
- В. Любительский, профессиональный, массовый.

2. Спорт это:

- А. Диета, упражнения, правильное дыхание.
- Б. Физические упражнения и тренировки.
- + В. Диета, упражнения, правильное дыхание. Деятельность, проводимая в соответствии с некоторыми правилами, состоящая в честном сопоставлении сил и способностей участников.

3. Отличительным признаком физической культуры является:

- + А. Правильно организованный и воспроизводимый алгоритм движений.
- Б. Использование природных сил для восстановления организма.
- В. Стабильно высокие результаты, получаемые на тренировках.

4. Следует ли после длительной болезни приступать к разучиванию сложных гимнастических упражнений?

- А. Да, в малом темпе.
- + Б. Нет.
- В. Да, под присмотром тренера.

5. Физическая культура представляет собой:

- + А. Определенную часть культуры человека.
- Б. Учебную активность.
- В. Культуру здорового духа и тела.

6. Под физической культурой понимается:

- А. Воспитание любви к физической активности.
- Б. Система нагрузок и упражнений.
- + В. Некоторый фрагмент деятельности человеческого общества.

7. Возможности человека, обеспечивающие ему выполнение двигательных действий, называются:

- + А. Скоростная способность.
- Б. Двигательный рефлекс.
- В. Физическая возможность.

8. Эффект физических упражнений определяется, прежде всего:

- + А. Их содержанием.
- Б. Их формой.
- В. Скоростью их выполнения.

9. Разновидность аэробики, особенностью которой является использование специальной платформы, называется:

- А. Боди-балет.
- + Б. Степ-аэробика.
- В. Пилатес.

10. Какие размеры теннисного стола указаны правильно?

- + А. Длина-2740 мм., ширина-1525 мм., высота-760 мм.
- Б. Длина-2940 мм., ширина-1425 мм., высота-820 мм.
- В. Длина-2540 мм., ширина-1625 мм., высота-720 мм.

11. Сколько подач подряд выполняет один игрок в настольном теннисе?

- + А. Две.
- Б. Четыре.
- В. Три.

12. Основные средства защиты из спортивных и восточных единоборств это:

- А. Пауэрлифтинг.
- Б. Бодибилдинг.
- + В. Атлетическое единоборство.

13. Какой гимнаст разработал популярную ныне систему тренировок “кроссфит”?

- А. Майк Бургенер.
- Б. Луи Симмонс.
- + В. Грег Глассман.

14. Влияние физических упражнений на организм человека:

+ А. Положительное, если эти упражнения выполняются регулярно, в правильном темпе, верной последовательности, а занимающийся не имеет противопоказаний, исключающих данные занятия.

Б. Нейтральное, даже если заниматься усердно.

В. Положительное, только в случае, если заниматься ими на пределе своих физических возможностей.

15. Главной причиной нарушения осанки является:

+ А. Малая подвижность в течение дня, неправильное поднятие тяжестей, часто принимаемая неправильная поза.

Б. Сутулость, сгорбленность, “страх” своего роста.

В. Слабые мышцы спины.

16. Одна из форм аэробики, в которой используется специальное покрытие и обувь, называется:

- А. Ритмика.
- + Б. Слайд-аэробика.
- В. Памп-аэробика.

17. В каком году был проведен первый чемпионат мира по настольному теннису?

- А. 1929 г.
- + Б. 1926 г.
- В. 1931 г.

18. Как называется одно из новых направлений в фитнесе, сочетающее в себе бокс, танец и пилатес?

- + А. Пилоксинг.
- Б. Капозэйра.
- В. Питабо.

Тест - 19. Лучшие условия для развития быстроты реакции создаются во время:

- + А. Спортивных игр с обилием быстрых движений.
- Б. Бега с препятствиями.
- В. Десятиборья.

20. Ритм, как комплексная характеристика техники физических упражнений, отражает:

А. Количество действий в единицу времени.

+ Б. Некоторый алгоритм распределения физических усилий, степень и скорость их изменения.

В. Скорость выполнения упражнений.

21. Что представляет собой направление “пол дэнс”?

- + А. Упражнения с использованием шеста.
 - Б. Упражнения с использованием фитнессбола.
 - В. Упражнения с использованием эспандера.
- 22. Разновидность аэробики, особенностью которой является использование специальной платформы, называется:**
- + А. Степ-аэробика.
 - Б. Шейпинг.
 - В. Памп-аэробика.
- 23. Какой предмет используется для занятий “босу”?**
- А. Резиновая лента.
 - Б. Целый мяч из резины.
 - + В. Половина резинового мяча.
- 24. Какой гимнаст разработал популярную ныне систему тренировок “кроссфит”?**
- + А. Грег Глассман.
 - Б. Боб Харпер.
 - В. Джон Уэлборн.
- 25. Какой из приемов игры в настольный теннис является атакующим действием?**
- + А. Накат.
 - Б. Подрезка.
 - В. Толчок.
- 26. Памп-аэробика характеризуется выполнением упражнений:**
- А. Со штангой небольшого веса.
 - + Б. С гибкой, пружинящей пластиной.
 - В. С резиновым мячом.
- 27. Сколько подач подряд выполняет один игрок в настольном теннисе?**
- + А. Две.
 - Б. Четыре.
 - В. Пять.
- 28. Может ли игрок в настольный теннис, принимающий подачу, стоять сбоку от стола?**
- + А. Не может.
 - Б. Может.
 - В. Может только у угла теннисного стола.
- 29. Что такое атлетическое единоборство?**
- А. Система упражнений, физических нагрузок и приемов дыхания, улучшающая физические кондиции организма.
 - Б. Вид единоборства, наиболее эффективно развивающий организм.
 - + В. Основные средства защиты из всей совокупности спортивных и восточных единоборств.
- 30. Позы, принимаемые человеком, занимающимся йогой, называются:**
- + А. Асаны.
 - Б. Босу.
 - В. Цигун.
- + 31. Что дословно означает слово “фитнес” (от англ. “fitness”)?**
- А. Соответствие, пригодность.
 - Б. Физическая культура.
 - В. Бодрость.
- 32. Разрешаются ли произвольные метания снарядов?**
- А. Да, разрешаются.
 - + Б. Нет, не разрешаются.

В. Да, но только при отсутствии людей в зоне метания.

33. В практике физического воспитания важно иметь в виду, что специального обучения требуют:

+ А. Перекрестные координации.

Б. Любые сложные координации.

В. Координации, связанные с поднятием тяжестей, метанием, плаванием и др. специальными активностями.

34. В основу физиологической классификации физических упражнений положены:

+ А. Некоторые признаки физиологии, характерные для любой деятельности мышц, входящей в определенную группу.

Б. Зависимость полученного результата от силы, частоты и алгоритма выполнения упражнений.

В. Разделения занимающихся на группы, в зависимости от физиологических кондиций и ограничений.

35. Какого направления фитнеса не существует?

А. Бодифлекс.

Б. Стретчинг.

+ В. Аквабосу.

36. Экскурсией грудной клетки называется:

+ А. Разница размеров окружности грудной клетки между состояниями вдоха и выдоха.

Б. Средний размер окружности грудной клетки между состояниями вдоха и выдоха.

В. Объем вдыхаемого воздуха.

37. В качестве финишной ленточки используют:

+ А. Ткани, которые легко рвутся при легком физическом воздействии.

Б. Искусственные нити.

В. Шелковую ленту.

38. Во время занятий все острые выступающие предметы должны быть:

А. Удалены из зоны занятий.

+ Б. Огорожены или заблокированы от прямого касания.

В. Обозначены цветными ярлыками.

Тест. 39. Следует ли после длительной болезни приступать к разучиванию сложных гимнастических упражнений?

+ А. Нет, не следует.

Б. По желанию самого спортсмена.

В. Да, под присмотром спортивного врача.

40. При выполнении прыжков и соскоков со спортивных снарядов приземляться нужно:

+ А. На прямые ноги.

Б. Мягко, пружинисто приседая.

В. Приседая и совершая кувырок или бросок на руки.

41. Где нужно находиться во время упражнения в метании?

А. За спиной метателя.

Б. Справа от метателя.

+ В. С левой стороны от метателя, в зоне, куда не может долететь спортивный снаряд.

42. Так называемое “второе дыхание” наступает:

+ А. Когда организм перестраивается в соответствии с нагрузками и в кровь начинает поступать достаточное количество кислорода.

Б. Когда мышцы входят в удобный ритм работы.

В. Когда мозг и мышцы привыкают к действующим нагрузкам.

43. Основные средства защиты из спортивных и восточных единоборств

это:

+ А. Атлетическое единоборство.

Б. Самбо.

В. Кроссфит.

44 - тест. Какие виды спорта тренируют дыхание?

А. Бег с препятствиями, футбол, тяжелая атлетика.

Б. Большой теннис, плавание, волейбол.

+ В. Спортивная ходьба, лыжные и велосипедные виды спорта,

45. Какова высота теннисной сетки для большого тенниса?

+ А. 1,07 м.

Б. 1,15 м.

В. 1,20 м.

46. Что понимается под выражением “второе дыхание”?

+ А. Ситуация, при которой потребление кислорода организмом возрастает до уровня, требуемого для выполнения действующих нагрузок.

Б. Одновременное дыхание носом и ртом.

В. Резкое повышение работоспособности, вызванное внешними для организма факторами.

47. Двигательные физические способности это:

А. Способности двигаться и принимать нагрузки.

+ Б. Способности, помогающие обеспечить оптимальный уровень двигательной активности.

В. Умения выполнять сложные комплексы физических упражнений без подготовки.

48. Уровень развития двигательных способностей человека

определяется:

+ А. Ответной реакцией организма на внешние физические раздражители.

Б. Способностью неоднократно выполнить требования спортивных разрядов.

В. Личными спортивными достижениями человека.

49. Число движений в единицу времени характеризует:

+ А. Темп движений.

Б. Ритм движений.

В. Физический уровень занимающегося.

50. Результатом физической подготовки является:

А. Количество разученных упражнений.

+ Б. Степень физической подготовленности.

В. Физическое совершенство.

51. Вход в спортивный зал:

+ А. Разрешен, если в зале находится преподаватель, тренер.

Б. Разрешен, если зал открыт и свободен.

В. Разрешен, если на входящем надета спортивная форма.

52. Несколько упражнений, подобранных в определенном порядке для решения конкретной задачи, называется:

+ А. Комплекс.

Б. Группа

В. Алгоритм.

53. В местах соскоков со снаряда:

А. Должно располагаться страхующее лицо.

Б. Должна быть ровная, нескользкая поверхность.

+ В. Необходимо располагать гимнастический мат.

- 54. Выход учащихся из спортивного зала возможен:**
+ А. После разрешения тренера.
Б. По окончании комплекса упражнений.
В. При необходимости.
- 55. Обувь для занятий спортивными играми должна быть:**
+ А. На подошве, выполненной из нескользкого материала.
Б. Мягкой и удобной.
В. Плотно облегающей.
- 56. Начинать игру, делать остановки в игре и заканчивать игру нужно:**
А. По желанию любого участника игры.
Б. По необходимости.
+ В. После разрешения преподавателя, тренера.
- 57. Можно ли в настольном теннисе играть мужчине и женщине в одной команде при парной встрече?**
+ А. Да, можно.
Б. Нет, нельзя.
В. Решают организаторы соревнований.
- 58. Можно ли выполнять прыжки на неровном и скользком грунте?**
+ А. Нет, нельзя.
Б. Можно.
В. Можно, если надета обувь на нескользкой подошве, наколенники и налокотники.
- 59. Можно ли выполнять упражнения на гимнастических снарядах с влажными руками?**
А. Можно.
Б. Можно, если используются кистевые бинты.
+ В. Нет, нельзя.
- 60. Какого направления фитнеса не существует: калланетика, цигун, аквабосу?**
+ А. Аквабосу.
Б. Цигун.
В. Калланетика.
- 61. Физическая культура представляет собой:**
+ А. Область деятельности человека, поддерживающую и укрепляющую его здоровье.
Б. Различные занятия в спортивных секциях.
В. Культуру занятия профессиональным спортом.
- 62. При выполнении другими учащимися физических упражнений, необходимо стоять:**
А. На безопасной дистанции от лиц, выполняющих упражнения, не создавать им препятствий.
Б. Возле снаряда, на котором выполняются упражнения.
+ В. Вне места занятий.
- 63. Можно ли выполнять сложные двигательные действия без разминки?**
+ А. Да, можно.
Б. Нет, нельзя.
В. Можно только под присмотром спортивного врача или тренера.
- Тест - 64. Основу двигательных способностей человека составляют:**
+ А. Задатки психодинамических способностей.
Б. Степень тренированности и выносливости мышц.
В. Медицинские показания.
- 65. Под техникой физических упражнений понимают:**

А. Способы выполнения группы последовательных движений.
+ Б. Алгоритм действий, обеспечивающий наибольшую эффективность движения для организма.

В. Четко заданный и неизменный порядок движений.

66. Способность противостоять физическому утомлению в процессе мышечной деятельности называется:

+ А. Выносливость.

Б. Тренированность.

В. Второе дыхание.

67. Олимпиониками в Древней Греции называли людей, которые:

+ Выиграли Олимпийские игры.

- Были судимы на Олимпийских играх.

- Были меценатами для Олимпийских игр.

- Помогали в организации Олимпийских игр.

68. Каково основное значение витаминов для организма человека?

+ Являются катализаторами для многих химических процессов в организме.

- Являются источником питания и энергии.

- В принципе не нужны человеку.

69. Запасы углеводов особенно интенсивно используются во время:

- Сна.

- Физических нагрузок.

+ Умственной деятельности.

70. Основопологающие принципы современного олимпизма изложены в:

- Записках Древней Трои.

+ Олимпийской Хартии.

- Олимпийском Слове.

Критерии оценки:

- «5»: Студент правильно выполнил все задания (15).

- «4»: Студент правильно выполнил 11 заданий.

- «3»: Студент правильно выполнил 8 заданий.

- «2»: Студент правильно выполнил менее 8 заданий.

7.3.3. Примерные вопросы к итоговой аттестации (зачет)

Раздел 1. Выразительное чтение. Техника речи

Раздел 2. Подготовка и выразительное чтение текстов различных жанров

1. Физическая культура и спорт как часть общечеловеческой культуры
2. Организация учебно-спортивной деятельности в Финуниверситете
3. Основы анатомии человека: организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система
4. Взаимосвязь физической и умственной деятельности. Биологические ритмы и работоспособность
5. Средства физической культуры и спорта в совершенствовании функциональных возможностей организма и повышении его устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды
6. Физиологические показатели тренированности. Обмен веществ и энергии
7. Нервная система и формирование двигательного навыка
8. Основы здорового образа жизни студента
9. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности

10. Общая физическая (ОФП) и специальная подготовка (СФП) в системе физического воспитания
11. Лечебная физическая культура как средство реабилитации человека
12. Понятие массажа. Виды массажей
13. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями
14. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений
15. Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений
16. Самоконтроль при занятиях физической культурой и спортом
17. Профессионально - прикладная физическая подготовка
18. Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра

Критерии оценки:

оценка «зачтено» выставляется студенту, если вопросы раскрыты, изложены логично, без существенных ошибок, показано умение иллюстрировать теоретические положения конкретными примерами, продемонстрировано усвоение ранее изученных вопросов, сформированность компетенций, устойчивость используемых умений и навыков. Допускаются незначительные ошибки.

- оценка «не зачтено» выставляется, если не раскрыто основное содержание учебного материала; обнаружено незнание или непонимание большей или наиболее важной части учебного материала; допущены ошибки в определении понятий, которые не исправлены после нескольких наводящих вопросов; не сформированы компетенции, умения и навыки.

7.4.Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Поскольку практически всякая учебная дисциплина призвана формировать сразу несколько компетенций, критерии оценки целесообразно формировать в два этапа.

1-й этап - начальный: определение критериев оценки отдельно по каждой формируемой компетенции. Сущность 1-го этапа состоит в определении критериев для оценивания отдельно взятой компетенции на основе продемонстрированного обучаемым уровня самостоятельности в применении полученных в ходе изучения учебной дисциплины, знаний, умений и навыков.

2-й этап - заключительный: определение критериев для оценки уровня обученности по учебной дисциплине на основе комплексного подхода к уровню сформированности всех компетенций, обязательных к формированию в процессе изучения предмета.

Сущность 2-го этапа определения критерия оценки по учебной дисциплине заключена в определении подхода к оцениванию на основе ранее полученных данных о сформированности каждой компетенции, обязательной к выработке в процессе изучения предмета. В качестве основного критерия при оценке обучаемого при определении уровня освоения учебной дисциплины наличие сформированных у него компетенций по результатам освоения учебной дисциплины.

Показатели оценивания компетенций и шкала оценки

Оценка «неудовлетворител	Оценка «удовлетворитель	Оценка «хорошо» (зачтено) или	Оценка «отлично» (зачтено) или
---------------------------------	--------------------------------	--------------------------------------	---------------------------------------

ьно» (не зачтено) или отсутствие сформированности компетенции	но» (зачтено) или низкой уровень освоения компетенции	повышенный уровень освоения компетенции	высокий уровень освоения компетенции
<p>Уровень освоения дисциплины, при котором у обучаемого не сформировано более 50% компетенций. Если же учебная дисциплина выступает в качестве итогового этапа формирования компетенций (чаще всего это дисциплины профессионального цикла) оценка «неудовлетворительно» должна быть выставлена при отсутствии сформированности хотя бы одной компетенции</p>	<p>При наличии более 50% сформированных компетенций по дисциплинам, имеющим возможность до-формирования компетенций на последующих этапах обучения. Для дисциплин итогового формирования компетенций естественно выставлять оценку «удовлетворительно», если сформированы все компетенции и более 60% дисциплин профессионального цикла «удовлетворительно»-</p>	<p>Для определения уровня освоения промежуточной дисциплины на оценку «хорошо» обучающийся должен продемонстрировать наличие 80% сформированных компетенций, из которых не менее 1/3 оценены отметкой «хорошо». Оценивание итоговой дисциплины на «хорошо» обуславливается наличием у обучаемого всех сформированных компетенций причем общепрофессиональных компетенции по учебной дисциплине должны быть сформированы не менее чем на 60% на повышенном уровне, то есть с оценкой «хорошо».-</p>	<p>Оценка «отлично» по дисциплине с промежуточным освоением компетенций, может быть выставлена при 100% подтверждении наличия компетенций, либо при 90% сформированных компетенций, из которых не менее 2/3 оценены отметкой «хорошо». В случае оценивания уровня освоения дисциплины с итоговым формированием компетенций оценка «отлично» может быть выставлена при подтверждении 100% наличия сформированной компетенции у обучаемого, выполнены требования к получению оценки «хорошо» и освоены на «отлично» не менее 50% общепрофессиональных компетенций</p>

8.Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

8.1. Основная литература:

1.Горячева, Н. Л. Курс лекций по дисциплине: Теория и методика избранного вида спорта: спортивная акробатика : учебное пособие / Н. Л. Горячева, Т. А. Андренко. — Волгоград : ВГАФК, 2019. — 165 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/158231> (дата обращения: 17.09.2021).

2. Бриленок, Н. Б. Педагогическое сопровождение становления здорового образа жизни у обучающихся : учебное пособие / Н. Б. Бриленок. — Саратов : СГУ, 2019. — 32 с. — ISBN 978-5-292-04596-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/148865> (дата обращения: 17.09.2021).

8.2. Дополнительная литература:

1. Горячева, Н. Л. Курс лекций по дисциплине: Теория и методика избранного вида спорта: спортивная акробатика : учебное пособие / Н. Л. Горячева, Т. А. Андреевко. — Волгоград : ВГАФК, 2019. — 165 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/158231> (дата обращения: 17.09.2021).

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

вид учебных занятий	Организация деятельности студента
Практические занятия	Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом (<i>указать текст из источника и др.</i>). Прослушивание аудио- и видеозаписей по заданной теме, решение расчетно-графических заданий, решение задач по алгоритму и др.
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/курсовая работа	<i>Реферат:</i> 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. <i>Курсовая работа:</i> изучение научной, учебной, нормативной и другой литературы. Отбор необходимого материала; формирование выводов и разработка конкретных рекомендаций по решению поставленной цели и задачи; проведение практических исследований по данной теме. Использование методических рекомендаций по выполнению и оформлению курсовых работ
Подготовка к экзамену (зачету)	При подготовке к экзамену (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
-------------	---	-------------------------

2021 / 2022 учебный годгод	Электронно-библиотечная система ООО «Знаниум». Договор № 5184 ЭБС от 25 марта 2021г.	с 30.03.2021 г по 30.03.2022 г.
	Электронно-библиотечная система «Лань». Договор № СЭБ НВ-294 от 1 декабря 2020 года.	Бессрочный
2021 /2022 учебный год	Электронная библиотека КЧГУ (Э.Б.).Положение об ЭБ утверждено Ученым советом от 30.09.2015г.Протокол № 1). Электронный адрес: https://kchgu.ru/biblioteka - kchgu/	Бессрочный
2021 / 2022 Учебный год	Электронно-библиотечные системы: Научная электронная библиотека «ELIBRARY.RU» - https://www.elibrary.ru . Лицензионное соглашение №15646 от 01.08.2014г.Бесплатно. Национальная электронная библиотека (НЭБ) – https://rusneb.ru . Договор №101/НЭБ/1391 от 22.03.2016г.Бесплатно. Электронный ресурс «Polred.com Обзор СМИ» – https://polpred.com . Соглашение. Бесплатно.	Бессрочно

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.

Спортивная площадка при МКОУ КГО «Гимназия №4 имени М.А. Хабичева». <i>Спортивные сооружения:</i> Скамья, брусья параллельные, перекладины разной высоты, беговые дорожки, футбольное поле, ворота для ручного мяча, ворота для футбола, прыжковые ямы, оборудования для прыжков в высоту, сектор для толкания ядра, для метания гранаты, площадки для баскетбола, волейбола, минифутбола, гандбола.	369200, Карачаево-Черкесская Республика, г. Карачаевск, ул. Ленина, д.45-А т. 8(87879) 2-32-15 gimnaziya4@mail.ru https://www.gimnaziya4kgo.com
--	--

10.3. Необходимый комплект лицензионного программного обеспечения

1. ABBY FineReader (лицензия №FCRP-1100-1002-3937), бессрочная.
2. Calculate Linux (внесён в ЕРПП 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. ПО Касперского OE26-170203-103503-237-90(с 02.03.2017-02.03.2019 г.)
6. ПО Касперского OE26-190214—143423-910-82 (с 14.02.2019-02.03.2021)
7. Kaspersky Endpoint Security (Лицензия № 280E2102100934034202061. Срок действия: с 03.03.2021 по 04.03.2023 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>.

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 позиция 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 процессе овладения обучающимися с ОВЗ компетенциями, предусмотренными рабочей программой дисциплины преподаватель руководствуется следующими принципами построения инклюзивного образовательного пространства:

– **Принцип индивидуального подхода**, предполагающий выбор форм, технологий, методов и средств обучения и воспитания с учетом индивидуальных образовательных потребностей каждого из обучающихся с ОВЗ, учитывающими различные стартовые возможности данной категории обучающихся (структуру, тяжесть, сложность дефектов развития).

– **Принцип вариативной развивающей среды**, который предполагает наличие в процессе проведения учебных занятий и самостоятельной работы обучающихся необходимых развивающих и дидактических пособий, средств обучения, а также организацию безбарьерной среды, с учетом структуры нарушения в развитии (наврушения опорно-двигательного аппарата, зрения, слуха и др.).

– **Принцип вариативной методической базы**, предполагающий возможность и способность использования преподавателем в процессе овладения обучающимися с ОВЗ данной учебной дисциплиной, технологий, методов и средств работы из смежных областей, применение методик и приемов тифло-, сурдо-, логопедии.

– **Принцип самостоятельной активности обучающихся с ОВЗ**, предполагающий обеспечение самостоятельной познавательной активности данной категории обучающихся посредством дополнения раздела РПД «Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине» заданиями, учитывающими различные стартовые возможности данной категории обучающихся (структуру, тяжесть, сложность дефектов развития).

В группах, в состав которых входят обучающиеся с ОВЗ, в процессе проведения учебных занятий осуществляется учет наиболее типичных проявлений психоэмоционального развития, поведенческих особенностей, свойственных обучающимся с ОВЗ: повышенной утомляемости, инертности эмоциональных реакций, нарушений психомоторной сферы, недостаточное развитие вербальных и невербальных форм коммуникации. В отдельных случаях учитывается их склонность к перепадам настроения, аффективность поведения, повышенный уровень тревожности, склонность к проявлениям агрессии, негативизма.

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 Board», «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, видеувеличителем, клавиатурой для лиц с ДЦП, роллером Распределение специализированного оборудования.

12. Лист регистрации изменений

Изменение	Дата и номер протокола ученого совета Университета, на котором были утверждены изменения	Дата введения изменений
Обновлены договоры на предоставление доступа к ЭБС: - «Юрайт» №3325 от 23.03.2018г. (с 24.03.2018г. по 23.03.2019г.); -«Знаниум» Договор № 3048 ЭБС от 23.03.2018г. (с 24.03.2018г. по 24.03.2019г.)	Решение ученого совета КЧГУ от 28.03.2018г., протокол №7	28.03.2018г.
Обновлены договоры: 1. На предоставление доступа к ЭБС «Знаниум» №3686эбс от 20.03.2019г. (с 24.03.2019 по 24.03.2020г.); 2. На антивирус Касперского OE26-190214—143423-910-82 (с 14.02.2019-02.03.2021)	Решение ученого совета КЧГУ от 27.03.2019г., протокол № 8	27.03.2019г.
Обновлен Договор с электронно-библиотечной системой «Лань» № СЭБ НВ -294 от 01.12.2020г. Бессрочный.	Решение Ученого совета от 03.12.2020г., протокол № 2	03.12.2020г.
Обновлены договоры: - на использование лицензионного программного обеспечения: оказание услуг по продлению лицензий на антивирусное программное обеспечение. Kaspersky Endpoint Security (номер лицензии 280E-210210-093403-420-2061). 2021-2023 годы; - на предоставление доступа к ЭБС ООО «Знаниум». Договор № 5184 ЭБС от 25.03.2021г. (с 30.03.2021 по 30.03.2022г.).	Решение ученого совета КЧГУ от 31 марта 2021г., протокол №6	31.03.2021г.
Обновлен договор на предоставление доступа к Электронно-библиотечной системе ООО «Знаниум». Договор №179 ЭБС от 22.03.2022г. (срок действия с 30.03.2022г. до 30.03.2022г.)	30.03.2022г., протокол №10	
1. В связи с вступлением в силу Приказа Минобрнауки России № 245 от 06.04.2021г. «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам магистратуры» с 1 сентября 2022г. включить названный приказ в перечень нормативных правовых актов. 2. Переутверждена ОП ВО. Обновлены РПД, РПП, программы ГИА, календарный график учебного процесса.	29.06.2022г., протокол № 13	