

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



**Рабочая программа дисциплины**

**Физическая культура и спорт**

*(наименование дисциплины (модуля))*

Направление подготовки

**49.03.01 Физическая культура**

*(шифр, название направления)*

Направленность (профиль) подготовки

**Спортивная тренировка в избранном виде спорта**

Квалификация выпускника

**бакалавр**

Форма обучения

**Очная /заочная**

Год начала подготовки – 2022

**Карачаевск, 2023**

Составитель: Чекунов М.А.

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с Федеральным  
Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с Федеральным  
государственным образовательным стандартом высшего образования по  
направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, утвержденного  
приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от  
19.09.2017 № 940, образовательной программой высшего образования по  
направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиль -  
Спортивная тренировка в избранном виде спорта; локальными актами КЧГУ.

Рабочая программа рассмотрена и утверждена на  
заседании кафедры спортивных дисциплин на 2022 -2023  
уч. год  
Решение кафедры : № 10 от 30.06.2023 г.

Завкафедрой



Кочкаров Э.Э.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Наименование дисциплины «Физическая культура и спорт».....	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 «Физическая культура и спорт» (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.....	8
5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий.....	8
5.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах).....	8
5.2. Виды занятий и их содержание.....	10
5.4. Примерная тематика курсовых работ.....	12
5.5. Самостоятельная работа и контроль успеваемости .....	12
6. Образовательные технологии .....	13
8. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).....	14
7.1. Описание шкал оценивания степени сформированности компетенций .....	14
1. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).....	14
7.1. Описание шкал оценивания степени сформированности компетенций .....	14
7.2. Типовые контрольные задания или иные учебно-методические материалы, необходимые для оценивания степени сформированности компетенций в процессе освоения учебной дисциплины «Физическая культура и спорт».....	27
7.2.1. Типовые темы к письменным работам, докладам и выступлениям: .....	27
7.2.2. Примерные вопросы к итоговой аттестации (зачет).....	28
7.2.3. Тестовые задания для проверки знаний студентов.....	29
7.2.4. Бально-рейтинговая система оценки знаний бакалавров.....	32
8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы,.....	33
необходимой для освоения дисциплины (модуля) .....	33
9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" (далее - сеть "Интернет"), необходимых для освоения дисциплины (модуля) .....	34
10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	34
10. Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины (модуля) .....	38
10.1. Общесистемные требования.....	38
10.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины.....	38
10.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы .....	39
11. Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.....	39
12. Лист регистрации изменений .....	<b>Ошибка! Закладка не определена.</b>

## 1. Наименование дисциплины «Физическая культура и спорт»

Целью изучения дисциплины является:

- теоретическое освоение обучающимися основных разделов теории и методики физической культуры и спорта, необходимой для понимания их роли в профессиональной деятельности;
- ознакомление студентов с основами знаний о профессии учителя по физической культуре;
- ознакомление студентов с основными теоретическими положениями науки о физической культуре и спорте, со спецификой работы в школе.

**Для достижения цели ставятся задачи:**

- получить представление о составе профессиональных обязанностей учителя физической культуры;
- получить представление о роли и задачах профессиональной деятельности;
- изучить необходимый понятийный аппарат дисциплины;
- сформировать умение собирать и анализировать информацию;
- сформировать навыки выполнения творческих заданий;
- осознать, что раздел физической культуры представляет собою специализированную область физической культуры и спорта.

Цели и задачи дисциплины «Физическая культура и спорт» определены в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования 49.03.01 «Физическая культура» направленность (профиль) «Спортивная тренировка в избранном виде спорта».

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «Физическая культура и спорт » (Б1.0.21) относится к обязательной части Б1.0.18. «Теория и методика избранного вида спорта»

Дисциплина (модуль) изучается на 1 курсе.

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП	
Индекс	Б1.О.21.
<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>	
Учебная дисциплина «Физическая культура и спорт» является базовой, знакомит студентов с самыми общими представлениями о профессии учителя по физической культуре и опирается на входные знания, полученные в общеобразовательной школе.	
<b>Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>	
Изучение дисциплины «Физическая культура и спорт» необходимо для успешного освоения дисциплин профессионального цикла «Гимнастика», «Легкая атлетика», «Спортивные и подвижные игры», «Плавание» и другие.	

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

Процесс изучения дисциплины «Физическая культура и спорт» направлен на формирование следующих компетенций обучающегося: ОПК-1; ОПК-4; ПК-4,ПК-5; ОПК-

7

Код компетенций	Содержание компетенции в соответствии с ФГОС ВО/ ПООП/ ООП	Индикаторы достижений компетенций	Декомпозиция компетенций (результаты обучения) в соответствии с установленными
-----------------	--	-----------------------------------	--

			индикаторами
ОПК-1	Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	ОПК-Б-1.1. Анализирует уровень подготовленности занимающихся физической культурой на основе морфологических, физиологических психологических критериев оценки физического развития по возрасту и полу ОПК-Б-1.2. Дозирует нагрузку на основе объективных и субъективных предпосылок, целевых и объективных параметров физического воспитания и спортивной тренировки. ОПК-Б-1.3. Составляет комплексы упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния, возраста и пола занимающихся	<b>Знать:</b> основные положения теории физической культуры, физиологическое характеристики нагрузки, анатомо-морфологические и психологические особенности занимающихся различного пола и возраста; <b>Уметь:</b> анализировать уровень подготовленности занимающихся физической культурой на основе морфологических, физиологических психологических критериев оценки физического развития по возрасту и полу; дозировать нагрузку на основе объективных и субъективных предпосылок, целевых и объективных параметров физического воспитания и спортивной тренировки; <b>Владеть:</b> навыками составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния, возраста и пола занимающихся.
ОПК-4	Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта	ОПК-Б-4.1. Объясняет терминологию, средства и методы технической подготовки, двигательную задачу в избранном виде спорта ОПК-Б-4.2. Применяет методы, средства и методические приемы при проведении занятий	<b>Знает:</b> технику упражнений избранного вида спорта; средства и методы техникой и тактической подготовки в избранном виде спорта; средства и методы физической подготовки в избранном виде спорта.

		<p>по избранному виду спорта в зависимости от поставленных задач;  ОПК-4.3. Осуществляет тренировочный процесс по избранному виду спорта с соблюдением принципов спортивной тренировки</p>	<p><b>Умеет:</b> применять терминологию, при проведении занятий избранного вида спорта; показывать основные двигательные действия избранного вида спорта, специальные и подводящие упражнения; объяснять технику выполнения упражнений, ставить двигательную задачу в избранном виде спорта; пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно - измерительными приборами на занятиях по избранному виду спорта.  <b>Владеет:</b> навыками осуществления тренировочного процесса по избранному виду спорта с соблюдением принципов спортивной тренировки.</p>
ОПК-7	<p>ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</p>	<p>ОПК-Б-7.1. Разъясняет в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений и использовании спортивного инвентаря.  ОПК-Б-7.2. Распознает признаки неотложных состояний и травматических повреждений, оказывает первую доврачебную помощь.  ОПК-Б-7.3. Обеспечивает безопасность проведения учебных и дополнительных занятий, массовых физкультурно-</p>	<p><b>Знать:</b> методы обеспечения соблюдения техники безопасности, профилактики травматизма, оказания первой доврачебной помощи;  <b>Уметь:</b> разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений и использовании спортивного инвентаря; распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений, оказывать первую доврачебную помощь.  <b>Владеть:</b></p>

		спортивных и оздоровительных мероприятий.	навыками обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий, массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий.
ПК-4	Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на разных этапах спортивной подготовки	<p>ПК.Б.-4.1. Правильно и научно обоснованно дозирует объем и интенсивность тренировочных нагрузок на разных этапах спортивной подготовки</p> <p>ПК.Б.-4.2. Осуществляет процесс планирования способами и методами долгосрочного, среднесрочного и краткосрочного планирования</p> <p>ПК.Б.-4.3. Составляет планы для разных этапов спортивной подготовки; планирования микро-, мезо-, макроструктуры тренировочного процесса;</p> <p>ПК.Б.-4.4. Обеспечивает участие спортсменов на соревнованиях соответственно их опыту и уровню квалификации</p>	<p><b>Знать:</b> объем и интенсивность тренировочных нагрузок на разных этапах спортивной подготовки;</p> <p><b>Уметь:</b> осуществлять процесс планирования способами и методами долгосрочного, среднесрочного и краткосрочного планирования;</p> <p><b>Владеть:</b> навыками составления планов для разных этапов спортивной подготовки; планирования микро-, мезо-, макроструктуры тренировочного процесса; обеспечения участия спортсменов на соревнованиях соответственно их опыту и уровню квалификации.</p>
ПК-5	Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью	<p>ПК.Б.-5.1. Объясняет классификацию, теоретические обоснования структуры личности, акцентуации характера, индивидуальные стили соревновательной деятельности в избранном виде спорта.</p> <p>ПК.Б.-5.2. Дифференцирует занимающихся в зависимости от уровня подготовленности, личностных особенностей</p>	<p><b>Знать:</b> классификацию, теоретические обоснования структуры личности, акцентуации характера, индивидуальные стили соревновательной деятельности в избранном виде спорта;</p> <p><b>Уметь:</b> дифференцировать занимающихся в зависимости от уровня подготовленности, личностных</p>

		ПК.Б.-5.3. Строит тренировочный процесс с учетом индивидуальных особенностей спортсменов	особенностей; <b>Владеть:</b> навыком построения тренировочного процесса с учетом индивидуальных особенностей спортсменов.
--	--	--	--

**4. Объем дисциплины «Физическая культура и спорт» (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 формы обучения	для заочной формы обучения
<b>Общая трудоемкость дисциплины</b>	72	72
<b>Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий)* (всего)</b>		
<b>Аудиторная работа (всего):</b>		
в том числе:		
лекции		
семинары, практические занятия	72	8
практикумы	Не предусмотрено	
лабораторные работы	Не предусмотрено	
<b>Внеаудиторная работа:</b>		
консультация перед зачетом		
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.		
<b>Самостоятельная работа обучающихся (всего)</b>		60
<b>Контроль самостоятельной работы</b>		4
<b>Вид промежуточной аттестации обучающегося (зачет / экзамен)</b>	Зачет – 2 сем.	Зачет – 2 сем

**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 2 зет	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)
-------	-------------------------	--------------------------	---



		(в часах) 72 час						
		1. сем.- 36 час 2 сем.-36 час	Аудиторные уч. занятия			Сам. работа	Планируемые результаты обучения	Формы текущего контроля
			Лек час.	Пр. 72 час.	Лаб			
	<b>Раздел 1. Физическая культура</b>							
1.	Тема: Система специальных знаний в сфере физической культуры		2					Устный опрос
2.	Тема: Общие вопросы теории физической культуры		2					Доклад презентацией
3.	Тема: Физические упражнения – основное средство физического воспитания		4					Творческое задание
4.	Тема: Физические качества и их развитие		8					Блиц-опрос
5.	Тема: Формирование здорового образа жизни (ЗОЖ)		6					Творческое задание подготовить конспект УГГ
6.	Тема: Обеспечение безопасности занятий физическими упражнениями		6					Устный опрос
7.	Тема: Освоение двигательных действий		8					Собеседование Выполнение упражнений ОФП, УГГ
	<b>Раздел 2. Спорт</b>							
8.	Основы спортивной тренировки		4					Устный опрос
9.	Содержание базовой подготовки борцов вольного стиля групп начального обучения		14					Участие в тренировочных схватках.
13.	Подготовка борцов высшей квалификации		16					Собеседование , выполнение упражнений

**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 72	Аудиторные уч. занятия			Сам. работа	Планируемые результаты обучения	Формы текущего контроля
			Лек	Пр	Лаб			
				8		60		Собеседование , выполнение упражнений
	Физические упражнения – основное средство физического воспитания			4		20		Устный опрос
	Развитие физических качеств борца			4		20		Собеседование , выполнение упражнений
	Содержание базовой подготовки борцов вольного стиля групп начального обучения					20		Собеседование , выполнение упражнений

## 5.2. Виды занятий и их содержание

### ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 1

#### ТЕМА 1: Система специальных знаний в сфере физической культуры

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

1. Роль специальных знаний в освоении ценностей физической культуры
2. Знания как элемент содержания образования в сфере физической культуры.
3. Формы организации процесса преподавания и усвоения теоретического материала по физической культуре.
4. Особенности технологии усвоения теоретического материала

### ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 2

#### Тема 2: Общие вопросы теории физической культуры

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

1. Роль физической культуры в жизни общества
2. использование средств физической культуры для всестороннего развития личности.
3. Значение занятий физическими упражнениями для здоровья человека
4. Основные понятия теории физической культуры.

### ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 3-4

#### Тема 3: Физические упражнения – основное средство физического воспитания

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

1. Общее представление о комплексе средств физического воспитания.
2. Определение исходных понятий.
3. Факторы, определяющие физические упражнения как основное средство физического воспитания
4. Классификация физических упражнений.

### ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 5-8.

### **Тема: Физические качества и их развитие**

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

1. Общее представление о физических качествах.
2. Развитие физических качеств как единых процесс
3. Развитие силы
4. Развитие выносливости
5. Развитие гибкости
6. Развитие быстроты
7. Развитие ловкости и КС

### **ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 9-11**

#### **Тема: Формирование здорового образа жизни (ЗОЖ)**

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

1. Общее представления о ЗОЖ
2. Личная гигиена и ее роль в формировании ЗОЖ
3. гигиенические правила при занятиях физическими упражнениями.
4. Телосложение и его формирование.
5. Ожирение: профилактика и борьба с ним.
6. Рациональное питание как неотъемлемый компонент ЗОЖ
7. закаливание организма как важнейший компонент ЗОЖ
8. Вредные привычки и борьба с ними.
9. Популярные системы оздоровительных занятий физическими упражнениями.

### **ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 12-14**

#### **Тема : Обеспечение безопасности занятий физическими упражнениями**

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

1. Травматизм на занятиях физическими упражнениями и его профилактика.
2. Страховка и самостраховка при выполнении физических упражнений.
3. Первая помощь при травмах на физкультурно-спортивных занятиях.
4. врачебный контроль и самоконтроль в процессе занятий физическими упражнениями.

### **ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №15-18**

#### **Тема: Освоение двигательных действий**

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

1. Формирование двигательного навыка.
2. Общая структура и основные задачи процесса освоения двигательных действий.
3. Двигательные ошибки: их предупреждение и исправление
4. Формирование движений у детей и подростков.
5. Роль технических средств в освоении двигательных навыков

### **ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 19-20**

#### **Тема: Основы спортивной тренировки**

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

1. Виды спортивной подготовки : физическая, техническая, теоретическая, интегральная, психологическая.
2. Цикл, периоды тренировки.
3. Планирование учебно-тренировочного процесса.

## ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 21-26

Тема: **Содержание базовой подготовки борцов вольного стиля групп начального обучения .**

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

1. Краткая характеристика возрастных особенностей детей и подростков.
2. Этапы подготовки и их взаимосвязь с годами обучения.
3. Преимущественная направленность тренировочного процесса по годам обучения с учетом возрастных периодов развития физических качеств у юных борцов.
4. Специализированные игровые комплексы.
5. Основные компоненты системы многолетней подготовки и их значение для начального обучения.

## ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 27-34

Тема: **Подготовка борцов высшей квалификации**

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

1. Индивидуальная подготовка борца.
2. Моделирование ситуаций борьбы..
3. Совершенствование физических качеств борца.
4. Питание борца.

## ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 35-36

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии*

*1.Выполнение упражнений зачета на оценку*

### **5.3. Тематика и краткое содержание лабораторных занятий**

Учебным планом не предусмотрены

### **5.4. Примерная тематика курсовых работ**

Учебным планом не предусмотрены

### **5.5. Самостоятельная работа и контроль успеваемости**

В рамках указанного в учебном плане объема самостоятельной работы по данной дисциплине (в часах) предусматривается выполнение следующих видов учебной деятельности:

Вид самостоятельной работы	Примерная трудоемкость
Проработка учебного материала занятий лекционного и семинарского типа	10
Опережающая самостоятельная работа (изучение нового материала до его изложения на занятиях)	10
Самостоятельное изучение отдельных вопросов тем дисциплины, не рассматриваемых на занятиях лекционного и семинарского типа	12
Подготовка к текущему контролю	12
Поиск, изучение и презентация информации по заданной теме, анализ научных источников по заданной проблеме	12

Подготовка к промежуточной аттестации	16
Итого СРО	

## **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 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 практического выполнения гимнастических упражнений, «мозговой атаки», разборка кейсов, решения практических задач и др. Прежде, чем дать группе информацию, важно подготовить студентов, активизировать их ментальные процессы, включить их внимание, развивать кооперацию и сотрудничество при принятии решений.

Методические рекомендации по проведению различных видов практических занятий.

### **1. Практическое выполнение упражнений**

Групповое занятие направлено на освоение техники физических упражнений, что способствуют лучшему усвоению изучаемого материала.

На первом этапе освоения упражнений перед обучающимися ставится проблема, выделяется определенное время, в течение которого обучающиеся должны освоить технику упражнения..

Преподаватель оказывает практическую помощь и устанавливает определенные правила проведения группового занятия:

- задавать определенные рамки выполнения упражнений с оказанием помощи и исправления ошибок;
- ввести алгоритм обучения;
- назначить модератора (ведущего), руководящего ходом группового занятия.

Разновидностью практического занятия является соревнования, которые проводятся с целью подведения итогов освоения техники упражнений гимнастики.

### **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 использованием мультимедийного оборудования позволяют эффективно и наглядно представить содержание изучаемого материала по физической культуре и спорту (вольная борьба), 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.

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

### **7.1. Описание шкал оценивания степени сформированности компетенций**

#### **1. 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	
<b>ОПК-1</b>						
Базовый	<b>Знать:</b> основные положения теории физической культуры, физиологическое характеристика нагрузки, анатомо-морфологические и психологические	Не знает методы, основные положения теории физической культуры, физиологическое характеристика нагрузки, анатомо-морфологические и	В целом знает основные положения теории физической культуры, физиологическое характеристик и нагрузки, анатомо-морфологические и психологические	Знает правила основные положения теории физическое культуры, физиологическое характеристика нагрузки, анатомо-		

кие особенности занимающихся различного пола и возраста;	психологические особенности занимающихся различного пола и возраста;	кие особенности занимающихся различного пола и возраста;	морфологические и психологические особенности занимающихся различного пола и возраста;	
<p><b>Уметь:</b> анализировать уровень подготовленности занимающихся физической культурой на основе морфологических, физиологических психологических критериев оценки физического развития по возрасту и полу; дозировать нагрузку на основе объективных и субъективных предпосылок, целевых и объективных параметров физического воспитания и спортивной тренировки;</p>	<p>Не умеет анализировать уровень подготовленности занимающихся физической культурой на основе морфологических, физиологических психологических критериев оценки физического развития по возрасту и полу; дозировать нагрузку на основе объективных и субъективных предпосылок, целевых и объективных параметров физического воспитания и спортивной тренировки;</p>	<p>В целом умеет анализировать уровень подготовленности занимающихся физической культурой на основе морфологических, физиологических психологических критериев оценки физического развития по возрасту и полу; дозировать нагрузку на основе объективных и субъективных предпосылок, целевых и объективных параметров физического воспитания и спортивной тренировки;</p>	<p>Умеет анализировать уровень подготовленности занимающихся физической культурой на основе морфологических, физиологических психологических критериев оценки физического развития по возрасту и полу; дозировать нагрузку на основе объективных и субъективных предпосылок, целевых и объективных параметров в физическо</p>	

				го воспитани я и спортивно й тренировк и;	
	<b>Владеть:</b> навыками составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функциональ ного состояния, возраста и пола занимающих ся.	Не владеет навыками составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функциональн ого состояния, возраста и пола занимающихс я.	В целом владеет навыками составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функциональн ого состояния, возраста и пола занимающихс я.	Владеет навыками составлени я комплексо в упражнени й с учетом двигательн ых режимов, функционал ьного состояния, возраста и пола занимающ ихся.	
Повышенн ый	<b>Знать:</b> основные положения теории физической культуры, физиологичес кое характеристи ки нагрузки, анатомо- морфологиче ские и психологичес кие особенности занимающих ся различного пола и возраста;				В полном объеме знает основные положения теории физической культуры, физиологическое характеристики нагрузки, анатомо- морфологические и психологические особенности занимающихся различного пола и возраста;



	<p><b>Уметь:</b> анализировать уровень подготовленности занимающихся физической культурой на основе морфологических, физиологических психологических критериев оценки физического развития по возрасту и полу; дозировать нагрузку на основе объективных и субъективных предпосылок, целевых и объективных параметров физического воспитания и спортивной тренировки;</p>				<p>Умеет в полном объеме анализировать уровень подготовленности занимающихся физической культурой на основе морфологических, физиологических психологических критериев оценки физического развития по возрасту и полу; дозировать нагрузку на основе объективных и субъективных предпосылок, целевых и объективных параметров физического воспитания и спортивной тренировки;</p>
	<p><b>Владеть:</b> навыками составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния, возраста и пола занимающихся.</p>				<p>В полном объеме навыками составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния, возраста и пола занимающихся.</p>

**ОПК-4**

<p>Базовый</p>	<p><b>Знать:</b> технику упражнений избранного вида спорта; средства и методы техникой и тактической подготовки в избранном виде спорта; средства и методы физической подготовки в избранном виде спорта;</p>	<p>Не знает технику упражнений избранного вида спорта; средства и методы техникой и тактической подготовки в избранном виде спорта; средства и методы физической подготовки в избранном виде спорта;</p>	<p>В целом знает технику упражнений избранного вида спорта; средства и методы техникой и тактической подготовки в избранном виде спорта; средства и методы физической подготовки в избранном виде спорта;</p>	<p>Знает технику упражнений избранного вида спорта; средства и методы техникой и тактической подготовки в избранном виде спорта; средства и методы физической подготовки в избранном виде спорта;</p>	
	<p><b>Уметь:</b> применять терминологию, при проведении занятий избранного вида спорта; показывать основные двигательные действия избранного вида спорта, специальные и подводящие упражнения; объяснять технику выполнения упражнений, ставить</p>	<p>Не умеет применять терминологию, при проведении занятий избранного вида спорта; показывать основные двигательные действия избранного вида спорта, специальные и подводящие упражнения; объяснять технику выполнения упражнений, ставить двигательную</p>	<p>В целом умеет применять терминологию, при проведении занятий избранного вида спорта; показывать основные двигательные действия избранного вида спорта, специальные и подводящие упражнения; объяснять технику выполнения упражнений, ставить двигательную</p>	<p>Умеет применять терминологию, при проведении занятий избранного вида спорта; показывать основные двигательные действия избранного вида спорта, специальные и подводящие упражнения;</p>	

	двигательную задачу в избранном виде спорта; пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами на занятиях по избранному виду спорта;	задачу в избранном виде спорта; пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами на занятиях по избранному виду спорта;	задачу в избранном виде спорта; пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами на занятиях по избранному виду спорта;	я; объяснять технику выполнения упражнений, ставить двигательную задачу в избранном виде спорта; пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами на занятиях по избранному виду спорта;		
	<b>Владеть:</b> навыками осуществления тренировочного процесса по избранному виду спорта с соблюдением принципов спортивной тренировки.	Не владеет навыками осуществления тренировочного процесса по избранному виду спорта с соблюдением принципов спортивной тренировки.	В целом владеет навыками осуществления тренировочного процесса по избранному виду спорта с соблюдением принципов спортивной тренировки.	Владеет навыками осуществления тренировочного процесса по избранному виду спорта с соблюдением принципов спортивной тренировки.		
Повышенн	<b>Знать:</b>				В полном объеме знает	

ый	<p>технику упражнений избранного вида спорта; средства и методы техникой и тактической подготовки в избранном виде спорта; средства и методы физической подготовки в избранном виде спорта;</p>				<p>технику упражнений избранного вида спорта; средства и методы техникой и тактической подготовки в избранном виде спорта; средства и методы физической подготовки в избранном виде спорта;</p>
	<p><b>Уметь:</b> применять терминологию, при проведении занятий избранного вида спорта; показывать основные двигательные действия избранного вида спорта, специальные и подводящие упражнения; объяснять технику выполнения упражнений, ставить двигательную задачу в избранном виде спорта; пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными</p>				<p>Умеет в полном объеме применять терминологию, при проведении занятий избранного вида спорта; показывать основные двигательные действия избранного вида спорта, специальные и подводящие упражнения; объяснять технику выполнения упражнений, ставить двигательную задачу в избранном виде спорта; пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами на занятиях по избранному виду спорта;</p>

	приборами на занятиях по избранному виду спорта;				
	<b>Владеть:</b> навыками осуществления тренировочного процесса по избранному виду спорта с соблюдением принципов спортивной тренировки.				В полном объеме владеет навыками осуществления тренировочного процесса по избранному виду спорта с соблюдением принципов спортивной тренировки.

### ОПК-7

Базовый	<b>Знать:</b> методы обеспечения соблюдения техники безопасности, профилактики и травматизма, оказания первой доврачебной помощи;	Не знает методы обеспечения соблюдения техники безопасности, профилактики травматизма, оказания первой доврачебной помощи;	В целом знает методы обеспечения соблюдения техники безопасности, профилактики травматизма, оказания первой доврачебной помощи;	Знает методы обеспечения соблюдения техники безопасности, профилактики травматизма, оказания первой доврачебной помощи;	
	<b>Уметь:</b> разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений и использовании спортивного инвентаря; распознавать признаки неотложных состояний и	Не умеет разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений и использовании спортивного инвентаря; распознавать признаки неотложных состояний и	В целом умеет разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений и использовании спортивного инвентаря; распознавать признаки неотложных состояний и	Умеет разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений и использовании спортивного инвентаря; распознавать признаки неотложных состояний и	

	травматических повреждений, оказывать первую доврачебную помощь;	повреждений, оказывать первую доврачебную помощь;	повреждений, оказывать первую доврачебную помощь;	повреждений, оказывать первую доврачебную помощь;	
	<b>Владеть:</b> навыками обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий, массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий.	Не владеет навыками обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий, массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий.	В целом владеет навыками обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий, массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий.	Владеет навыками обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий, массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий.	
Повышенный	<b>Знать:</b> методы обеспечения соблюдения техники безопасности, профилактики и травматизма, оказания первой доврачебной помощи;				В полном объеме знает методы обеспечения соблюдения техники безопасности, профилактики травматизма, оказания первой доврачебной помощи;
	<b>Уметь:</b> разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений и использовании спортивного инвентаря; распознавать				Умеет в полном объеме разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений и использовании спортивного инвентаря; распознавать

	признаки неотложных состояний и травматических повреждений, оказывать первую доврачебную помощь;				признаки неотложных состояний и травматических повреждений, оказывать первую доврачебную помощь;
	<b>Владеть:</b> навыками обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий, массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий.				В полном объеме навыками обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий, массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий.

**ПК-4**

Базовый	<b>Знать:</b> объем и интенсивность тренировочных нагрузок на разных этапах спортивной подготовки;	Не знает объем и интенсивность тренировочных нагрузок на разных этапах спортивной подготовки;	В целом знает объем и интенсивность тренировочных нагрузок на разных этапах спортивной подготовки;	Знает правила объем и интенсивность тренировочных нагрузок на разных этапах спортивной подготовки;	
	<b>Уметь:</b> осуществлять процесс планирования способами и методами долгосрочного, среднесрочного и краткосрочного планирования	Не умеет осуществлять процесс планирования способами и методами долгосрочного, среднесрочного и краткосрочного планирования;	В целом умеет осуществлять процесс планирования способами и методами долгосрочного, среднесрочного и краткосрочного планирования;	Умеет осуществлять процесс планирования способами и методами долгосрочного, среднесрочного и краткосрочного планирования;	

	<p><b>Владеть:</b> навыками составления планов для разных этапов спортивной подготовки; планирования микро-, мезо-, макроструктуры тренировочного процесса; обеспечения участия спортсменов на соревнованиях соответствующим их опыту и уровню квалификации.</p>	<p>Не владеет навыками составления планов для разных этапов спортивной подготовки; планирования микро-, мезо-, макроструктуры тренировочного процесса; обеспечения участия спортсменов на соревнованиях соответствующим их опыту и уровню квалификации.</p>	<p>В целом навыками составления планов для разных этапов спортивной подготовки; планирования микро-, мезо-, макроструктуры тренировочного процесса; обеспечения участия спортсменов на соревнованиях соответствующим их опыту и уровню квалификации.</p>	<p>Владеет навыками составления планов для разных этапов спортивной подготовки; планирования микро-, мезо-, макроструктуры тренировочного процесса; обеспечения участия спортсменов на соревнованиях соответствующим их опыту и уровню квалификации.</p>	
Повышенный	<p><b>Знать:</b> объем и интенсивность тренировочных нагрузок на разных этапах спортивной подготовки;</p>				В полном объеме знает объем и интенсивность тренировочных нагрузок на разных этапах спортивной подготовки;
	<p><b>Уметь:</b> осуществлять процесс планирования способами и методами долгосрочного, среднесрочного и краткосрочного планирования</p>				Умеет в полном объеме осуществлять процесс планирования способами и методами долгосрочного, среднесрочного и краткосрочного



	;				о планирования;
	<b>Владеть:</b> навыками составления планов для разных этапов спортивной подготовки; планирования микро-, мезо-, макроструктуры тренировочного процесса; обеспечения участия спортсменов на соревнованиях соответственно их опыту и уровню квалификации.				В полном объеме владеет навыками составления планов для разных этапов спортивной подготовки; планирования микро-, мезо-, макроструктуры тренировочного процесса; обеспечения участия спортсменов на соревнованиях соответственно их опыту и уровню квалификации.

**ПК-5**

Базовый	<b>Знать:</b> классификацию, теоретические обоснования структуры личности, акцентуации характера, индивидуальные стили соревнующихся	Не знает классификацию, теоретические обоснования структуры личности, акцентуации характера, индивидуальные стили соревнующихся	В целом знает классификацию, теоретические обоснования структуры личности, акцентуации характера, индивидуальные стили соревнующихся	Знает классификацию, теоретические обоснования структуры личности, акцентуации характера, индивидуальные стили соревнующихся	
---------	--	---	--	--	--

	ьной деятельности в избранном виде спорта;	ной деятельности в избранном виде спорта;	ной деятельности в избранном виде спорта;	ной деятельности в избранном виде спорта;	
	<b>Уметь:</b> дифференцировать занимающихся в зависимости от уровня подготовленности, личностных особенностей;	Не умеет дифференцировать занимающихся в зависимости от уровня подготовленности, личностных особенностей;	В целом умеет дифференцировать занимающихся в зависимости от уровня подготовленности, личностных особенностей;	Умеет дифференцировать занимающихся в зависимости от уровня подготовленности, личностных особенностей;	
	<b>Владеть:</b> навыком построения тренировочного процесса с учетом индивидуальных особенностей спортсменов.	Не владеет навыком построения тренировочного процесса с учетом индивидуальных особенностей спортсменов.	В целом владеет навыком построения тренировочного процесса с учетом индивидуальных особенностей спортсменов.	Владеет навыком построения тренировочного процесса с учетом индивидуальных особенностей спортсменов.	
Повышенный	<b>Знать:</b> классификацию, теоретические обоснования структуры личности, акцентуации характера, индивидуальные стили соревновательной деятельности в избранном виде спорта;				В полном объеме знает классификацию, теоретические обоснования структуры личности, акцентуации характера, индивидуальные стили соревновательной деятельности в избранном виде спорта;
	<b>Уметь:</b> дифференцировать занимающихся в зависимости				Умеет в полном объеме дифференцировать занимающихся в зависимости

от уровня подготовленности, личностных особенностей;				от уровня подготовленности, личностных особенностей;
<b>Владеть:</b> навыком построения тренировочного процесса с учетом индивидуальных особенностей спортсменов.				В полном объеме владеет навыком построения тренировочного процесса с учетом индивидуальных особенностей спортсменов.

**7.2. Типовые контрольные задания или иные учебно-методические материалы, необходимые для оценивания степени сформированности компетенций в процессе освоения учебной дисциплины «Физическая культура и спорт»**

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

1. Борьба как исторически сложившаяся совокупность специфических средств и методов физического воспитания и ее основные задачи.
2. Основы обучения общеразвивающим упражнениям.
3. Структура и классификация физических упражнений.
4. Формы занятий борьбой и физической культурой.
5. Методика применения упражнений под музыку на занятиях по физической культуре в школе.
6. Характеристика упражнений без предмета и методика их преподавания в школе.
7. Вольные упражнения.
8. Классификация ОРУ и методика их проведения с детьми школьного возраста
7. Гимнастика как спортивно-педагогическая дисциплина.
8. История, возникновение, развитие и современное состояние гимнастики.
9. Классификация и терминология гимнастики.
10. Обеспечение техники безопасности при занятиях гимнастикой.
11. Организация занятий в различных звеньях системы физического воспитания.
12. Техника и методика обучения упражнениям акробатики школьной программы по физической культуре
13. Техника и методика обучения упражнениям в равновесии школьной программы по физической культуре.
14. Техника и методика обучения упражнениям на брусьях школьной программы по физической культуре.
15. Техника и методика обучения прыжкам школьной программы по физической культуре
16. Техника и методика обучения упражнениям на перекладине школьной программы по физической культуре.
17. Составить и записать комплекс общеразвивающих упражнений с предметами.
18. Составить и записать комплекс общеразвивающих упражнений без предмета.
19. Составить и записать упражнения на гимнастических снарядах и вольных упражнений.

## 20. Страховка, помощь и самостраховка как меры предупреждения травматизма.

### **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. Физическая культура и спорт в России.
2. Перспективы развития спорта в России.
3. Задачи и методические особенности гимнастики.
4. Классификация видов гимнастики.
5. Физическая культура как учебно-педагогическая дисциплина.
6. Значение и краткая история развития гимнастической терминологии как компонента системы спортивной терминологии.
7. Требования, предъявляемые к терминологии.
8. Способы образования терминов и правила их применения.
9. Правила и формы записи упражнений на снарядах.
10. Правила и формы записи ОРУ.
11. Правила и формы записи упражнений вольных упражнений.
12. Место, задачи и содержание гимнастики в школьных программах по физическому воспитанию.
13. Формы занятий по гимнастике в школе.
14. Задачи, средства и требования к проведению гимнастики до занятий.
15. Организация гимнастики в группах продленного дня.
16. Характеристика травм на занятиях по физической культуре и спорту
17. Первая помощь при травмах на занятиях физической культурой и спортом.
18. Причины возникновения травматизма и меры его предупреждения.
19. Страховка и помощь в процессе занятий.
20. Обучение приемам помощи и страховки.
21. Особенности травматизма в отдельных видах многоборья и его профилактика.
22. Методика проведения физкультурной минутки и паузы.

## 23. Самостоятельные формы занятий гимнастикой в школе.

### **Критерии оценки устного ответа на вопросы по дисциплине «Физическая культура и спорт»:**

✓ 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**

#### **1. Гимнастика – это:**

- А). Совокупность упражнений для физического развития организма;
- Б). Воспитательный процесс для совершенствования двигательных способностей;
- В). Система методических приёмов для совершенствования двигательных способностей

#### **2. Оздоровительные виды гимнастики:**

- А) Основная, гигиеническая, атлетическая;
- Б). Спортивная, художественная;
- В.) Производственная, профессионально-прикладная

#### **3. .... гимнастика – это система физических упражнений, в том числе со штангой, гантелями, гириями и различными блочными устройствами, направленная на гармоничное развитие мышечных групп человека**

- А.) Основная;
- Б). Гигиеническая;
- В). Атлетическая

#### **4. В него входят: у мужчин — вольные упражнения, упражнения на коне, кольцах, брусьях и перекладине, опорные прыжки; у женщин — опорные прыжки, упражнения на брусьях разной высоты, гимнастическом бревне и вольные упражнения. Что за вид спорта?**

- А. Художественная гимнастика;
- Б. Спортивная акробатика;
- В. Спортивная гимнастика

#### **5. Вид спорта, заключающийся в выполнении под музыку различных гимнастических и танцевальных упражнений без предмета, а также с предметом (скакалка, обруч, мяч, булавы, лента)**

- А. Спортивная гимнастика;
- Б. Художественная гимнастика;
- В. Спортивная акробатика

#### **6. При выполнении физических упражнений ..... помогает учитывать влияние нагрузок на организм и регулировать их**

- А. Внимание;
- Б. Дисциплина;
- В. Самоконтроль

**7. Комплекс произвольных упражнений, выполняемых в танцевальной манере, когда не требуется больших усилий для их выполнения и темп продиктован, прежде всего, звучащей музыкой**

- А.Художественная гимнастика;
- Б.Ритмическая гимнастика;
- В.Спортивная гимнастика

**8. Общеобразующие (общеукрепляющие) упражнения**

- А.Избирательно воздействуют на отдельные части тела и группы мышц, направлены на оздоровление и укрепление всего организма;
- Б.Используют как средство реабилитации, восстанавливающее функции, нарушенные болезнью;
- В.Формируют правильное телосложение

**9.Ежедневные занятия ..... гимнастикой усиливают кровообращение, улучшают деятельность сердечно – сосудистой системы и обмен веществ, положительно воздействуют на психику человека**

- А.гигиенической;
- Б.атлетической;
- В.ритмической

**10. Разновидность гимнастики, включающая в себя упражнения на ловкость, гибкость, прыгучесть, силу и балансировку**

- А.Ритмика;
- Б.Акробатика;
- В.Аэробика

**11. Как называют комплекс мер, направленных на обеспечение безопасности гимнастов в процессе выполнения упражнений?**

- А.Страховка;
- Б.Внимание;
- В.Объяснение

**12. Определите ошибку при выполнении кувырка вперед в группировке**

- А. опора головой о мат;
- Б. прижимание к груди согнутых ног;
- В. «круглая» спина.

**13. Вращательные движения с последовательным касанием опоры отдельными частями тела без переворачивания через голову**

- А.Кувырок;
- Б.Перекат;
- В.Группировка

**14. Вращательные движения тела с полным переворачиванием через голову и опорой руками**

- А.Стойка;
- Б.Переворот;
- В.Оборот

**15.К акробатическим упражнения относятся**

- А.Упражнения в поднимании и переносе груза;
- Б.Вращательные движения вокруг различных осей;
- В.Упражнения на перекладине

**16.В какой последовательности выполняется опорный прыжок?**

- А.Наскок на мостик, толчок ногами, толчок руками, полёт;
- Б.Разбег, толчок ногами, толчок руками, полёт, приземление;
- В.Разбег, наскок на мостик, толчок ногами, полет до толчка руками, толчок руками, полет после толчка руками и приземление

**17.Комбинации разнообразных гимнастических и акробатических элементов, логично связанных между собой по законам композиции**

- А.Общеобразующие упражнения;
- Б.Вольные упражнения;

В.Оздоровительные упражнения

18.В комплексах оздоровительной гимнастики каждое упражнение выполняется многократно

А.Да;

Б.Нет

**19.Производственная гимнастика выполняется с целью**

А.Повышения работоспособности, укрепления здоровья;

Б.Профилактики;

В.Совершенствования профессионально важных физических качеств

**20.Комплекс упражнений производственной гимнастики для сотрудников, выполняющих физическую работу, должен быть направлен**

А.на выполнение упражнений в высоком темпе при большой амплитуде;

Б.на расслабление мускулов,

В. На восстановление дыхания.

*Ключи к тестовым заданиям.*

№ п/п	Правильный ответ	№ п/п	Правильный ответ
1	А	11	А
2	А	12	А
3	В	13	Б
4	В	14	Б
5	Б	15	Б
6	Б	16	В
7	Б	17	Б
8	А	18	А
9	А	19	А
10	Б	20	Б

**Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний**

*Ключи к тестовым заданиям.*

**Шкала оценивания** (за правильный ответ дается 1 балл)

«неудовлетворительно» – 50% и менее

«удовлетворительно» – 51-80%

«хорошо» – 81-90%

«отлично» – 91-100%

**Критерии оценки тестового материала по дисциплине**

**«Гимнастика»:**

✓ 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 объёма.

#### 7.2.4.Бально-рейтинговая система оценки знаний бакалавров

Согласно Положения о бально-рейтинговой системе оценки знаний бакалавров баллы выставляются в соответствующих графах журнала (см. «Журнал учета бально-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 преподаватель должен опросить не менее 25% из числа студентов, присутствующих на практическом занятии.

«Практическое выполнение упражнений гимнастики» 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.

«Пропуски 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 бально-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 бальных 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 (модуля)**

### **8.1. Основная учебная литература**

1. Физическая культура и спорт: современные тенденции, актуальные проблемы и перспективы развития : сборник трудов Межвузовской научно-практической конференции, посвященной 25-летию Института физической культуры, спорта и здоровья, 8 ноября 2017 года / сост. Т. К. Ким, И. В. Шагин. - Москва : МПГУ, 2018. - 258 с. - ISBN 978-5-4263-0590-8. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1341056> (дата обращения: 28.09.2021). – Режим доступа: по подписке.
2. Физическая культура и спорт в системе образования. Инновации и перспективы развития : сборник научных трудов / . - Санкт-Петербург : Изд-во С.-Петерб. ун-та, 2020. - 316 с. - ISBN 978-5-288-06069-4. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1840333> (дата обращения: 28.09.2021). – Режим доступа: по подписке.
3. Физическая культура и спорт. Прикладная физическая культура и спорт : учебно-методическое пособие / сост. С. А. Дорошенко, Е. А. Дергач. - Красноярск : Сиб. федер. ун-т, 2019. - 56 с. - ISBN 978-5-7638-4027-8. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1816527> (дата обращения: 28.09.2021). – Режим доступа: по подписке.
4. Физическая культура и спорт : учебно-методическое пособие для обучающихся по укрупненным группам направлений: 43.00.00 «Сервис и туризм», 48.00.00 «Гуманитарные науки», 50.00.00 «Искусство и культура», 51.00.00 «Культуроведение и социокультурные проекты», 52.00.00 «Сценические искусства и литературное творчество», 53.00.00 «Музыкальное искусство», 54.00.00 «Изобразительное и прикладные виды искусств», квалификация (степень) выпускника «бакалавр» / авт.-сост. : Н. А. Лопатин, А. И. Шульгин ; Кемеров. гос. ин-т культуры. - Кемерово : Кемеров. гос. ин-т культуры, 2019. - 99 с. - ISBN 978-5-8154-0493-9. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1154343> (дата обращения: 28.09.2021). – Режим доступа: по подписке.

### **8.2. Дополнительная учебная литература**

1. Филиппова, Ю. С. Физическая культура : учебно-методическое пособие / Ю. С. Филиппова. — Москва : ИНФРА-М, 2021. — 201 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). - ISBN 978-5-16-015719-1. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1361807> – Режим доступа: по подписке.
2. Морозова, Е. В. Физическая культура как компонент здорового образа жизни современного студенчества: социологический аспект / Е. В. Морозова. - Текст : электронный // Вестник Удмуртского университета. Серия 3. Философия. Социология. Психология. Педагогика. - 2010. - №1. - С. 70-74. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/525972> (дата обращения: 28.09.2021). – Режим доступа: по подписке.

**9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" (далее - сеть "Интернет"), необходимых для освоения дисциплины (модуля)**

1. МЕЖДУНАРОДНЫЙ РЕЙТИНГ СПОРТИВНЫХ, ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ И МЕДИЙНЫХ РЕСУРСОВ - <http://www.topsport.ni>
2. Национальная информационная сеть СПОРТИВНАЯ РОССИЯ - <http://www.infosport.ru>
3. Сайт Спорт ру - <http://www.sportru.com>
4. Сайт Олимпийского комитета России - <http://www.olympic.ra>
5. Страница Государственного комитета РФ по физической культуре, спорту и туризму <http://www.infosport.ru/minsport/>
6. Страница Государственного комитета РФ по физической культуре, спорту и туризму [http://www.government.ru/commitees/gkfkct.htm!](http://www.government.ru/commitees/gkfkct.htm)
7. Страница Комитета Государственной Думы РФ по охране здоровья и спорту <http://www.akdi.ru/gd/progr/sport.HTM>
8. Новости науки: научные открытия, достижения науки, открытия ученых. [www.science.yoread.ru](http://www.science.yoread.ru) -
9. Библиотека информации по физической культуре и спорту <http://lib.sportedu.ru>

**10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)**

вид учебных занятий	Организация деятельности студента
Лекция	Организация учебного процесса предусматривает лекционный курс, практические занятия и самостоятельную работу студентов. Перед посещением лекции необходимо ознакомиться с ее темой и содержанием. После того, как лекция прослушана, нужно проработать вопросы, вынесенные на самостоятельное изучение. После каждой лекции помещены вопросы, ответы на которые помогут студентам проконтролировать себя, показать, насколько они хорошо и глубоко усвоили материал. На некоторые вопросы достаточно устного ответа, но некоторые надо законспектировать. Это поможет осмыслить и запомнить основные положения. В конспекте указывается тема лекции и записываются основные вопросы, изложенные в данной теме. Прочитанный и законспектированный материал следует повторить.
Практические занятия	В процессе прохождения курса физической культуры каждому студенту необходимо:

	<p>систематически посещать занятия по физическому воспитанию (теоретические и практические) в дни и часы, предусмотренные учебным расписанием;</p> <p>иметь аккуратно подогнанные спортивный костюм и спортивную обувь, соответствующие виду занятий и погодным условиям;</p> <p>соблюдать правила техники безопасности и правила поведения в спортивном зале, в стрелковом тире, на открытой спортивной площадке.</p> <p>повышать свою физическую подготовку и выполнять требования и нормы и совершенствовать спортивное мастерство;</p> <p>выполнять контрольные упражнения и нормативы, сдавать зачёты по физическому воспитанию в установленные сроки;</p> <p>соблюдать рациональный режим учёбы, отдыха и питания;</p> <p>регулярно заниматься гигиенической гимнастикой, самостоятельно заниматься физическими упражнениями и спортом, используя консультации преподавателя;</p> <p>активно участвовать в массовых оздоровительных, физкультурных и спортивных мероприятиях в учебной группе, на курсе, факультете, в вузе;</p> <p>проходить медицинское обследование в установленные сроки, осуществлять самоконтроль за состоянием здоровья, физического развития, за физической и спортивной подготовкой.</p>
Реферат	<p>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.</p>

**11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)**

Мультимедиа-презентации с использованием фото- и видеоматериалов.

**Критерии оценки физической подготовленности студентов. {Таблица 1)**

**Мужчины**

Тесты	Оценка				
	5	4	3	2	1
Бег 100 м (сек)	13.2	13.8	14,4	14.3	14.6
Бег 3000 м (мин, сек)	12.00	12.35	13.10	13.50	14.00
Прыжок в длину с места (см)	250	460	435	223	215
Прыжок в длину с разбега	480	460	435	410	390
В висе понимание ног до касания перекладины (кол-во раз)	10	7	5	3	2
Приседание за 1 минуту (кол-во раз )	60	55	50	45	40
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	35	30	20	19	18
Подтягивание (кол-во)	15	12	9	7	5

**Женщины**

Тесты	Оценка				
	5	4	3	2	1
Бег 100 м (сек)	15.7	16.0	17.0	17.9	18.7
Бег 2000 м (мин, сек)	10.15	10.50	11.15	11.50	18.7
Прыжок в длину с места (см)	190	180	168	160	150
Прыжок в длину с разбега	365	350	325	300	280
Подтягивание в висе лежа (перекладина на высоте 90 см)	20	16	10	6	4
Приседание за 1 минуту (кол-во раз)	50	45	40	35	30
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	25	20	16	10	8
Поднимание туловища из положения лежа, ноги закреплены, руки за головой (за 1 м.)	60	50	40	30	2

## Волейбол

### Контрольное тестирование по волейболу:

- 1 задание - жонглирование двумя руками над собой;  
 2 задание - жонглирование двумя руками перед собой;  
 3 задание - верхняя прямая подача;  
 4 задание - нижняя прямая подача;  
 5 задание - Практическое судейство.

**Тренажер:** волейбольный мяч и сетка, свисток

### Критерии оценки: (Таблица 2)

Тест	1 - 2 курс				3 курс			
	«5»	«4»	«3»	«2»	«5»	«4»	«3»	«2»
жонглирование двумя руками над собой (раз)	10	8	6	4	12 не выходя из центрального баскетбольного круга	10 тоже самое	8 тоже самое	6 тоже самое
жонглирование двумя руками перед собой (раз)	13	12	11	10	14 не выходя из центрального баскетбольного круга	13 тоже самое	12 тоже самое	11 тоже самое
верхняя прямая подача (раз)	5	4	3	2	5	4	3	2
нижняя прямая подача (раз)	5	4	3	2	5 по заданным зонам	4 по заданным зонам	3 по заданным зонам	2 по заданным зонам
практическое судейство	В совершенстве знает и умеет на практике применять судейскую жестикуляцию	совершенстве знает жестикуляцию немного путается в применении.	знает жестикуляцию и немного путается в применении	не знает жестикуляцию и боится свистка.	в совершенстве знает и умеет на практике применять судейскую жестикуляцию.	в совершенстве знает жестикуляцию немного путается в применении.	знает жестикуляцию и немного путается в применении	не знает жестикуляцию боится свистка

## 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 год	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: <a href="https://kchgu.ru/biblioteka">https://kchgu.ru/biblioteka</a> - <a href="https://kchgu.ru/">kchgu/</a>	Бессрочный
2021 / 2022 Учебный год	Электронно-библиотечные системы: Научная электронная библиотека «ELIBRARY.RU» - <a href="https://www.elibrary.ru">https://www.elibrary.ru</a> . Лицензионное соглашение №15646 от 01.08.2014г.Бесплатно.  Национальная электронная библиотека (НЭБ) – <a href="https://rusneb.ru">https://rusneb.ru</a> . Договор №101/НЭБ/1391 от 22.03.2016г.Бесплатно.  Электронный ресурс «Polred.com Обзор СМИ» – <a href="https://polpred.com">https://polpred.com</a> . Соглашение. Бесплатно.	Бессрочно

### 10.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины

Спортивный зал для проведения практических занятий <i>Специализированная мебель:</i> скамьи, доска меловая <i>Технические средства обучения:</i> аудио и видео аппаратура, наглядные материалы: муляжи, таблицы, плакаты, спортивный инвентарь	369200, Карачаево-Черкесская Республика, г.Карачаевск, ул.Ленина, 29. Учебный корпус № 3, Большой игровой зал.
Спортивный зал для проведения практических занятий <i>Специализированная мебель:</i> столы ученические, стулья, доска маркерная, теннисные столы, <i>Технические средства обучения:</i> аудио и видео аппаратура, наглядные материалы: муляжи, таблицы, плакаты, спортивный инвентарь	369200, Карачаево-Черкесская Республика, г.Карачаевск, ул.Ленина, 29. Учебный корпус № 3, тренажерный зал.
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	369200, Карачаево-Черкесская Республика, г. Карачаевск, ул. Ленина, 45-а

футбола, прыжковые ямы, оборудования для прыжков в высоту, сектор для толкания ядра, для метания гранаты, площадки для баскетбола, волейбола, минифутбола, гандбола.	
--	--

### **10.3. Необходимый комплект лицензионного программного обеспечения**

1. Microsoft Windows (Лицензия № 60290784), бессрочная.
2. Microsoft Office (Лицензия № 60127446), бессрочная
3. Kaspersky Endpoint Security (Лицензия № 0E2617020310350323790), с 02.03.2017 по 02.03.2019г.
4. Kaspersky Endpoint Security (Лицензия № 0E2619021414342391082), с 14.02.2019 по 02.03.2021г.
5. Kaspersky Endpoint Security (Лицензия № 280E-210210-093403-420-2061), с 03.03.2021 по 04.03.2023г.

### **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 преимущество 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

№	Внесенные изменения	Дата ученого совета университета, ученого совета института/факультета на котором были утверждены изменения
1.	Обновлены договоры на предоставление доступа к электронно-библиотечным системам и на использование комплектов лицензионного программного обеспечения	Решение ученого совета КЧГУ от 02.07 2020г.
2.	Обновлен договор на использование комплектов 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	Решение ученого совета КЧГУ от 31 марта 2021г., протокол № 6
3.	Обновлены договоры на предоставление доступа к электронно-библиотечным системам: Электронно-библиотечная система ООО «Знаниум». Договор № 5184 ЭБС от 25.03.2021г. (срок действия с 30.03.2021 по 30.03.2022г.) Электронно-библиотечная система «Лань». Договор №СЭБ НВ-294 от 01.12.2020г. Бессрочный.	Решение ученого совета КЧГУ от 31 марта 2021г., протокол № 6
4	Обновлены договоры: 1. На антивирус Касперского. (Договор №56/2023 от 25 января 2023г.). Действует до 03.03.2025г. 2. Договор № 915 ЭБС ООО «Знаниум» от 12.05.2023г. Действует до 15.05.2024г.	Решение ученого совета Протокол №8 от 29.06.2023г.

**Решение кафедры ТОФК и туризма:** Зарегистрированные изменения учтены при составлении РПД, протокол № 10 от 30.10.2023 г.