

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

Факультет физической культуры
Кафедра ТОФК и туризм

УТВЕРЖДАЮ
И. о. проректора по УР
М. Х. Чанкаев
«30» апреля 2025 г., протокол № 8

Рабочая программа дисциплины

Введение и специальность

(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, 2025

Программу составил(а): к.п.н,доц. Джаубаев Ю.А.

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 ТОФК и туризма на 2025-2026 уч. год, протокол № 8 от 25.04.2025.

Завкафедрой, канд. пед. наук

Джирикова Ф.Д.

Содержание

2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы	4
3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	5
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	10
5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий	10
5.3. Тематика и краткое содержание лабораторных занятий	19
5.4. Примерная тематика курсовых работ	19
5.5. Самостоятельная работа и контроль успеваемости	19
6. Образовательные технологии	20
7. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)	22
7.1. Описание шкал оценивания степени сформированности компетенций	22
7.2. 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	39
7.2.1. Примерные вопросы к итоговой аттестации (зачет)	39
7.2.3. Тестовые задания для проверки знаний студентов	42
7.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций	51
7.2.4. Балльно-рейтинговая система оценки знаний бакалавров	53
8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины. Информационное обеспечение образовательного процесса	55
8.1. Основная литература	55
8.2. Дополнительная литература	56
9. Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины (модуля)	57
9.1. Общесистемные требования	57
9.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины	58
9.3. Необходимый комплект лицензионного программного обеспечения	58
9.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы	58
10. Особенности организации образовательного процесса для лиц с ограниченными возможностями здоровья	59
11. Лист регистрации изменений	59

1.Наименование дисциплины (модуля)

Введение в специальность

Целью изучения дисциплины является:

знакомство студентов с общей характеристикой физической культуры как общественного и педагогического явления, и разделами, относящимися к связанной с физическим воспитанием практике направленного использования физической культуры в обществе (производственная физическая культура, физическая культура в повседневном быту, ее оздоровительно-гигиенические, оздоровительно-рекреативные, оздоровительно-восстановительные и другие формы).

Для достижения цели ставятся задачи:

1. изучить необходимый понятийный аппарат дисциплины;
2. обеспечение научного и методического осмысления основ физического воспитания и спорта;
3. освоение методов исследования, навыков организации и проведения эксперимента;
4. освоение умений практической реализации научно-методических положений в прогрессе физкультурно-спортивных занятий;
5. освоение методов применения технических средств и компьютерной техники в процессе проведения теоретических и практических исследований;
6. практическая реализация знаний посредством выполнения и оформления результатов научно-исследовательской работы по проблемам теории и методики физического воспитания
7. Цели и задачи дисциплины определены в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки «Физическая культура», (квалификация – «бакалавр»).

2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «Введение в специальность» (ФТД.01) относится к вариативной части ФТД.В.

Дисциплина (модуль) изучается на 2 курсе в 3 семестре.

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП	
Индекс	ФТД .01
Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
Введение в специальность относится к факультативной дисциплине. Введение в специальность является практической дисциплиной для дальнейшей профессиональной деятельности.	
Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	

Для изучения дисциплины необходимы знания, умения и компетенции, полученные студентами в результате изучения дисциплин: история физической культуры, теория и методика физической культуры и спорта, педагогика физической культуры. В рамках этой дисциплины формируются следующие компетенции УК-1, УК-6, УК-7, ОПК-3, ОПК-4, ПК-4.

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

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

Коды компетенции	Результаты освоения ОПОП	Индикаторы достижения компетенций	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
УК-1	Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	УК.Б-1.1 анализирует задачу и её базовые составляющие в соответствии с заданными требованиями УК.Б-1.2 осуществляет поиск информации, интерпретирует и ранжирует её для решения поставленной задачи по различным типам запросов УК.Б-1.3 при обработке информации отличает факты от мнений, интерпретаций, оценок, формирует собственные мнения и суждения, аргументирует свои выводы и точку зрения УК.Б-1.4 выбирает методы и	Знать: принципы и методы поиска, анализа и синтеза информации в области педагогики физической культуры Уметь: применять принципы и методы поиска, анализа и синтеза информации; грамотно, логично, аргументированно формировать собственные суждения и оценки Владеть: практическими навыками поиска, анализа и синтеза информации, интерпретирует и ранжировать её для решения поставленной задачи по различным типам запросов

		<p>средства решения задачи и анализирует методологические проблемы, возникающие при решении задачи</p> <p>УК.Б-1.5 рассматривает и предлагает возможные варианты решения поставленной задачи, оценивая их достоинства и недостатки</p>	
УК-6:	<p>УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</p>	<p>УК.Б-6.1 использует инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей</p> <p>УК.Б-6.2 определяет приоритеты собственной деятельности, с учётом требований рынка труда и предложений образовательных услуг для личностного развития и выстраивания траектории профессионального роста</p> <p>УК.Б-6.3 логически и аргументировано анализирует результаты своей деятельности</p>	<p>Знать: способы управления своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</p> <p>Уметь: управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</p> <p>Владеть: способами управления своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</p>

УК-7:	<p>УК-7.</p> <p>Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>УК.Б-7.1 выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности</p> <p>УК.Б-7.2 планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности</p> <p>УК.Б-7.3 соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях в профессиональной деятельности</p>	<p>Знать: способы поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p> <p>Уметь: поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p> <p>Владеть: навыками поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>
ОПК-3	<p>ОПК-3.</p> <p>Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-</p>	<p>ОПК-Б-3.1.</p> <p>Осуществляет планирование методики физического воспитания и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях с использованием средств</p> <p>ОПК-3.2.</p>	<p>Знать: способы проведения занятий и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке</p> <p>Уметь: проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых</p>

	спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке	Использует психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся средствами базовых видов спорта базовых видов спорта	видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке Владеть: навыками проведения физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке
ОПК-4	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 по избранному виду спорта в зависимости от поставленных задач; ОПК-4.3. Осуществляет тренировочный процесс по избранному виду спорта с	Знать: способы проведения тренировочных занятий различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта. Уметь: проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта. Владеть: навыками проведения тренировочных занятий различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта

		соблюдением принципов спортивной тренировки	
ПК-4	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</p>	<p>Знать: способы осуществления планирования, учета и анализа результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на разных этапах спортивной подготовки.</p> <p>Уметь: проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта.</p> <p>Владеть: навыками осуществления планирования, учета и анализа результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на разных этапах спортивной подготовки спорта</p>

		опыту и уровню квалификации	
--	--	--------------------------------	--

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 часов.

Объём дисциплины	Всего часов	
	для очной формы обучения	для заочной формы обучения
Общая трудоемкость дисциплины	72	72
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) * (всего)		
Аудиторная работа (всего):	36	4
в том числе:		
лекции		
семинары, практические занятия	36	4
практикумы		
интерактивные часы		
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		
Самостоятельная работа обучающихся	36	64
Контроль самостоятельной работы		4
Вид промежуточной аттестации обучающегося (зачет / экзамен)	Зачет 3 семестр	зачет

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

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

Для очной формы обучения

Для очной формы

№ п/ п	Курс/ семестр	Раздел, тема дисциплины	Общая трудоемкость (в часах)	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)				
				всего	Аудиторные занятия			Формы текущего контроля
					Лек	Пр.	С/р	
1	2/3	Взаимосвязь содержания педагогических целей с построением модели бакалавра.			2	2	УК-1, УК-6, УК-7, ОПК-3, ОПК-4, ПК-4.	Устное изложение материала преподавателем Доклад
2	2/3	Физическая культура как общественное явление.			2	2	УК-1, УК-6, УК-7, ОПК-3, ОПК-4, ПК-4.	Устное изложение материала преподавателем Реферат
3	2/3	Физическая культура в системе высшего образования			4	4	УК-1, УК-6, УК-7, ОПК-3, ОПК-4, ПК-4.	Устное изложение материала преподавателем Тестирование

								вание
4	2/3	Физическая культура в связи с основными понятиями.			4	4	УК-1,УК-6,УК-7,ОПК-3,-ОПК-4,ПК-4.	Устное изложение материала преподавателем Опрос
5	2/3	Социальная обусловленность возникновения и развития физической культуры, функционально-обеспечивающая и результативная сторона, материальные и духовные ценности физической культуры.			4	4	УК-1,УК-6,УК-7,ОПК-3,-ОПК-4,ПК-4.	Устное изложение материала преподавателем Письменные работы Тестирование
6	2/3	Цель, задачи, структура, учебной и внеучебной формы занятий физической культуры в ВУЗе			2	2	УК-1,УК-6,УК-7,ОПК-3,-ОПК-4,ПК-4.	Устное изложение материала преподавателем Доклад
7	2/3	Основная, подготовительная и специально-медицинская группы студентов			2	2	УК-1,УК-6,УК-7,ОПК-3,-ОПК-4,ПК-4.	Устное изложение материала преподавателем Реферат
8	2/3	Учебная программа, нормы физической подготовленности			4	4	УК-1,УК-6,УК-7,ОПК-3,-ОПК-4,ПК-4.	Устное изложение материала препода

								вателем Опрос
9	2/3	Содержание подготовки и деятельности педагога; перманентное образование, теоретическая и профессиональная подготовка, конкретный состав умений.			2	2	УК-1, УК-6, УК-7, ОПК-3, -ОПК-4, ПК-4.	Устное изложение материала преподавателем Опрос
10	2/3	Содержание профессиональной деятельности бакалавра в области физической культуры и спорта			2	2	УК-1, УК-6, УК-7, ОПК-3, -ОПК-4, ПК-4. .	Устное изложение материала преподавателем Письменные работы Тестирование
11	2/3	Цели обучения и цели образования, содержание образования.			4	4	УК-1, УК-6, УК-7, ОПК-3, -ОПК-4, ПК-4.	Устное изложение материала преподавателем Опрос
12	2/3	Модель подготовки и модель деятельности бакалавра по физической культуре			4	4	УК-1, УК-6, УК-7, ОПК-3, -ОПК-4, ПК-4.	Устное изложение материала преподавателем

								Опрос
Итого			72		36	36		

Для заочной формы

№ п/ п	Курс/ семестр	Раздел, тема дисциплины	Общая трудоемкость (в часах)	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)					
				всего	Аудиторные уч. занятия			Планируемые результаты обучения	Формы текущего контроля
					Лек	Пр	С/р		
1	2/3	Компоненты цели обучения: содержание, методы, организационные условия, контроль учебно-воспитательного процесса по физической культуре	6		2	4	УК-1,УК-6,УК-7,ОПК-3,-ОПК-4,ПК-4.	Устное изложение материала преподавателем Доклад	
2	2/3	Физическая культура как общественное явление.	6			4	УК-1,УК-6,УК-7,ОПК-3,-ОПК-4,ПК-4.	Устное изложение материала преподавателем Реферат	
3	2/3	Физическая культура в системе высшего образования	6			6	УК-1,УК-6,УК-7,ОПК-3,-ОПК-4,ПК-4.	Устное изложение материала преподавателем Тестиро	

								вание
4	2/3	Физическая культура в связи с основными понятиями.	6		2	6	УК-1,УК-6,УК-7,ОПК-3,-ОПК-4,ПК-4.	Устное изложение материала преподавателем Опрос
5	2/3	Социальная обусловленность возникновения и развития физической культуры, функционально-обеспечивающая и результативная сторона, материальные и духовные ценности физической культуры.	6			6	УК-1,УК-6,УК-7,ОПК-3,-ОПК-4,ПК-4.	Устное изложение материала преподавателем Письменные работы Тестирование
6	2/3	Цель, задачи, структура, учебной и внеучебной формы занятий физической культуры в ВУЗе	6		2	6	УК-1,УК-6,УК-7,ОПК-3,-ОПК-4,ПК-4.	Устное изложение материала преподавателем Доклад
7	2/3	Основная, подготовительная и специально-медицинская группы студентов	6			6	УК-1,УК-6,УК-7,ОПК-3,-ОПК-4,ПК-4.	Устное изложение материала преподавателем Реферат
8	2/3	Квалификационная характеристика определяющая уровень и качество обучения.	6		2	6	УК-1,УК-6,УК-7,ОПК-3,-ОПК-4,ПК-4.	Устное изложение материала препода

								вателем Опрос
9	2/3	Роль физической культуры в обществе.	6			2	УК-1, УК-6, УК-7, ОПК-3, -ОПК-4, ПК-4.	Устное изложение материала преподавателем Опрос: дать характеристику форм и функций физической культуры: специфические (образовательные, прикладные, оздоровительно-реабилитационные и рекреативные) и общие (эстетические, нормативные и информационные)
10	2/3	Содержание профессиональной	6			6	УК-1, УК-	Устное изложение

		деятельности бакалавра в области физической культуры и спорта					6,УК-7, ОПК-3,- ОПК-4,ПК-4.	ие материала преподавателем Письменные работы Тестирование
11	2/3	Эффективность деятельности и предпосылки повышения педагогического мастерства тренера, преподавателя по физической культуре и спорту	6			6	УК-1,УК-6,УК-7, ОПК-3,- ОПК-4,ПК-4.	Устное изложение материала преподавателем Опрос
12	2/3	Структурные компоненты и особые требования к деятельности тренера, преподавателя физической культуры	6			6	УК-1,УК-6,УК-7, ОПК-3,- ОПК-4,ПК-4.	Устное изложение материала преподавателем Опрос
Итого			72		8	64		

5.2. Виды занятий и их содержание

5.2.2. Тематика и краткое содержание практических занятий ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ.

Тема: Правовая база подготовки педагога по физической культуре и спорту

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

Предмет, цели, задачи учебной дисциплины «Введение в специальность», её связь с другими учебными дисциплинами. Роль специальности в рыночной экономике страны.

Тема: Основная профессиональная образовательная программа по специальности.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии: Понятие и структура ОПОП специалистов среднего звена по специальности 49.03.01 Физическая культура. Требования к минимуму содержания основной профессиональной образовательной программы по специальности: учебные дисциплины, циклы дисциплин.

Тема: Организация учебного процесса по специальности

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии: Бюджет учебного времени: максимальная учебная нагрузка, аудиторские занятия и внеаудиторная самостоятельная работа студентов.

Формы учебных занятий: лекция, семинар, практическое занятие, консультации и др. Производственная практика: виды, этапы прохождения и организация. Текущая, промежуточная и итоговая государственная аттестация. Учебно-методическое, материально-техническое и информационное обеспечение образовательного процесса по специальности.

Тема: Квалификационная характеристика выпускника

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии: Квалификационная характеристика выпускника. Основные виды деятельности бакалавра. Квалификационные справочники работ и профессий. Профессиональные требования, нравственный уровень, профессиональная этика бакалавра. Документационное подтверждение квалификации бакалавра: диплом об окончании высшего учебного учреждения.

Тема: Компетенции в сфере самоорганизации и самоуправления

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии: Планирование деятельности студентов. Определение перечня ресурсов. Организация самостоятельной работы студентов. Самостоятельная работа студента: понятие, назначение, функции. Формы самостоятельной работы: аудиторная и внеаудиторная. Методы самостоятельной работы. Средства самостоятельной работы студента с конспектом, с учебной и справочной литературой. Методика ведения конспектов лекций, учебной литературы. Составление плана деятельности студентов. Анализ ресурсов. Анализ плана деятельности за неделю

Тема: Направления деятельности педагога по физической культуре и спорту

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии: Предпосылки возникновения физкультурно-педагогического образования в России. Возникновение и становление педагогической профессии в сфере физической культуры. Роль специальности в рыночной экономике

страны. Специфичность и значимость профессии «Педагог по физической культуре и спорту».

Тема : Возможности трудоустройства по специальности

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии: Требования к специалистам на рынке труда. Спрос и предложение на педагогов по физической культуре и спорту.

Тема : Проектная работа «Моя будущая профессия»

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии: Защита проекта «Моя будущая профессия». Зачётная работа.

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

Самостоятельная работа студентов включает в себя выполнение различного рода заданий (изучение учебной и научной литературы, материалов лекций, систематизацию прочитанного материала, подготовку контрольной работы, решение задач и т.п.), которые ориентированы на более глубокое усвоение материала изучаемой дисциплины. По каждой теме учебной дисциплины преподаватель предлагает обучающимся перечень заданий для самостоятельной работы. Самостоятельная работа по учебной дисциплине может осуществляться в различных формах (например, подготовка докладов; написание рефератов; публикация тезисов; научных статей; подготовка и защита курсовой работы / проекта; другие).

К выполнению заданий для самостоятельной работы предъявляются следующие требования: задания должны исполняться самостоятельно либо группой и представляться в установленный срок, а также соответствовать установленным требованиям по оформлению.

Каждую неделю рекомендуется отводить время для повторения пройденного материала, проверяя свои знания, умения и навыки по контрольным вопросам.

Результатом самостоятельной работы должно стать формирование у обучающегося определенных знаний, умений, компетенций.

Система оценки качества освоения учебной дисциплины включает текущий контроль успеваемости, промежуточную аттестацию.

Текущий контроль успеваемости обеспечивает оценивание хода освоения дисциплины, промежуточная аттестация обучающихся - оценивание промежуточных и окончательных результатов обучения по

дисциплине.

При проведении промежуточной аттестации обучающегося учитываются результаты текущей аттестации в течение семестра.

Процедура оценивания результатов освоения учебной дисциплины осуществляется на основе действующего Положения об организации текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся КЧГУ.

Для приобретения требуемых знаний, умений и высокой оценки по дисциплине обучающимся необходимо выполнять все виды работ своевременно в течение семестра.

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

- проработка учебного материала занятий практического и семинарского типа;
- опережающая самостоятельная работа (изучение нового материала до его изложения на занятиях);
- самостоятельное изучение отдельных вопросов тем дисциплины, не рассматриваемых на занятиях лекционного и семинарского типа;
- подготовка к текущему контролю;
- поиск, изучение и презентация информации по заданной теме, анализ научных источников по заданной проблеме;
- решение задач;
- подготовка к промежуточной аттестации.

6. Образовательные технологии

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

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

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

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

Практические (семинарские) занятия относятся к интерактивным методам обучения и обладают значительными преимуществами по

сравнению с традиционными методами обучения, главным недостатком которых является известная изначальная пассивность субъекта и объекта обучения.

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

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

1.Обсуждение в группах

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

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

Преподаватель может устанавливать определенные правила проведения группового обсуждения:

- задавать определенные рамки обсуждения (например, указать не менее 5.... 10 ошибок);
- ввести алгоритм выработки общего мнения (решения);
- назначить модератора (ведущего), руководящего ходом группового обсуждения.

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

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

2.Публичная презентация проекта

Презентация – самый эффективный способ донесения важной информации как в разговоре «один на один», так и при публичных выступлениях. Слайд-презентации с использованием мультимедийного оборудования позволяют эффективно и наглядно представить содержание изучаемого материала, выделить и проиллюстрировать сообщение, которое несет поучительную информацию, показать ее ключевые содержательные пункты. Использование интерактивных элементов позволяет усилить эффективность публичных выступлений.

3.Дискуссия

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

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

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

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

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

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

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

7.1. Описание шкал оценивания степени сформированности компетенций.

Уровни сформированности компетенций	Индикаторы	Качественные критерии оценивание			
		2 балла	3 балла	4 балла	5 баллов
УК-1					
Базовый	Знать: базовые составляющие в соответствии с заданными требованиями	Не знает базовые составляющие в соответствии с заданными требованиями	В целом знает базовые составляющие в соответствии с заданными требованиями	Знает на достаточном уровне базовые составляющие в соответствии с заданными требованиями	В полном объеме знает базовые составляющие в соответствии с заданными требованиями
	Уметь: применять базовые составляющие в	Не умеет применять базовые составляющие в	В целом умеет применять базовые составляющие в	Умеет на достаточном уровне применять базовые	В полном объеме умеет применять базовые

	соответстви и с заданными требования ми	соответстви и с заданными требованиям и	ие в соответстви и с заданными требованиям и	составляющ ие в соответствии с заданными требованиям и	составляющ ие в соответстви и с заданными требованиям и
	Владеть: практическ ими навыками применения базовых составляющ их в соответстви и с заданными требования ми	Не владеет практически ми навыками применения базовых составляющ их в соответстви и с заданными требованиям и	В целом владеет практически ми навыками применения базовых составляющ их в соответстви и с заданными требованиям и	Владеет на достаточном уровне практически ми навыками применения базовых составляющ их в соответствии с заданными требованиям и	В полном объеме знает владеет практически ми навыками применения базовых составляющ их в соответстви и с заданными требованиям и
Повышен ный	Знать: возможные варианты решения поставленно й задачи, оценивая их достоинства и недостатки	Не знает возможные варианты решения поставленно й задачи, оценивая их достоинства и недостатки	В целом знает возможные варианты решения поставленно й задачи, оценивая их достоинства и недостатки	Знает на достаточном уровне возможные варианты решения поставленно й задачи, оценивая их достоинства и недостатки	В полном объеме знает возможные варианты решения поставленно й задачи, оценивая их достоинства и недостатки
	Уметь: применять возможные варианты решения поставленно й задачи, оценивая их достоинства и недостатки	Не умеет применять возможные варианты решения поставленно й задачи, оценивая их достоинства и недостатки	В целом умеет применять возможные варианты решения поставленно й задачи, оценивая их достоинства и недостатки	Умеет на достаточном уровне применять возможные варианты решения поставленно й задачи, оценивая их достоинства и недостатки	В полном объеме умеет применять возможные варианты решения поставленно й задачи, оценивая их достоинства

					и недостатки
	Владеть: практически ими навыками применения возможных вариантов решения поставленно й задачи, оценивая их достоинства и недостатки	Не владеет практически ми навыками применения возможных вариантов решения поставленно й задачи, оценивая их достоинства и недостатки	В целом владеет практически ми навыками применения возможных вариантов решения поставленно й задачи, оценивая их достоинства и недостатки	Владеет навыками применения возможных вариантов решения поставленно й задачи, оценивая их достоинства и недостатки	В полном объеме владеет практически ми навыками применения возможных вариантов решения поставленно й задачи, оценивая их достоинства и недостатки
УК-6					
Базовый	Знать: инструмент ы и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленн ых целей.	Не знает инструмент ы и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленны х целей.	В целом знает инструмент ы и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленны х целей.	Знает на достаточном уровне инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленны х целей.	В полном объеме знает инструмент ы и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленн ых целей.
	Уметь: применять инструмент ы и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при	Не умеет применять инструмент ы и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при	В целом умеет применять инструмент ы и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов,	Умеет выбирать инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при	В полном объеме умеет применять инструмент ы и методы управления временем при выполнении конкретных задач,

	достижении поставленных целей.	достижении поставленных целей.	при достижении поставленных целей.	достижении поставленных целей.	проектов, при достижении поставленных целей.
	Владеть: практическими навыками применения инструментов и методов управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей.	Не владеет навыками применения инструментов и методов управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей.	В целом владеет навыками применения инструментов и методов управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей.	Владеет навыками применения инструментов и методов управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей.	В полном объеме владеет навыками применения инструментов и методов управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей.
Повышенный	Знать: применения инструментов и методов управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей.	Не знает применения инструментов и методов управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей.	В целом знает применения инструментов и методов управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей.	Знает на достаточном уровне применения инструментов и методов управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей.	В полном объеме знает применения инструментов и методов управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей.
	Уметь: применять	Не умеет применять	В целом умеет	Умеет применять	В полном объеме

	инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей.	инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей.	применять инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей.	инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей.	умеет применять инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей.
	Владеть: практически всеми навыками применения инструментов и методов управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей.	Не владеет практически всеми навыками применения инструментов и методов управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей.	В целом владеет практически всеми навыками применения инструментов и методов управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей.	Владеет навыками применения инструментов и методов управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей.	В полном объеме владеет навыками применения инструментов и методов управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей.
УК-7.					
Базовый	Знать: здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа	Не знает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа	Знает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа	Знает на достаточно высоком уровне здоровьесберегающие технологии и для поддержания	В полном объеме знает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового

	жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности	жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности	жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности	ия здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности	образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности
	Уметь: воспитывать у занимающихся здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности.	Не умеет воспитывать у занимающихся здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности.	В целом умеет воспитывать у занимающихся здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности.	Умеет выбирать воспитывать у занимающихся здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности.	В полном объеме умеет воспитывать у занимающихся здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности.

				ти.	
	Владеть: способность использовать здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности.	Не владеет способностью использовать здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности.	В целом владеет способностью использовать здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности.	Владеет навыками работы способностью использовать здоровьесберегающие технологии и для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности.	В полном объеме владеет способностью использовать здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности.
Повышенный	Знать: здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических	Не знает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических	Знает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических	Знает на достаточно м уровне здоровьесберегающие технологии и для поддержания здорового образа жизни с	В полном объеме знает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических

	особенностей й организма и условий реализации профессиональной деятельности и	особенностей й организма и условий реализации профессиональной деятельности и	особенностей й организма и условий реализации профессиональной деятельности и.	учетом физиологических особенностей организма и условий реализации и профессиональной деятельности.	особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности.
Уметь:	воспитывать у занимающихся здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей й организма и условий реализации профессиональной деятельности и	Не умеет воспитывать у занимающихся здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей й организма и условий реализации профессиональной деятельности и	В целом воспитывать у занимающихся здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей й организма и условий реализации профессиональной деятельности и	Умеет выбирать воспитывать у занимающихся здоровьесберегающие технологии и для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей й организма и условий реализации и профессиональной деятельности	В полном объеме умеет воспитывать у занимающихся здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности
Владеть:	Не владеет	В целом	Владеет	В полном	

	способность ю использовать ь здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности и	способность ю использовать ь здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности и	владеет способностью ю использовать ь здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности и	навыками работы способностью ю использовать ь здоровьесберегающие технологии и для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации и профессиональной деятельности	объеме владеет способностью использовать здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности
ОПК-3					
Базовый	Знать: способы планирования методики физического о воспитания и оценки технической и физической подготовленности обучающихся	Не знает способы планирования методики физического воспитания и оценки технической и физической подготовленности обучающихся	Знает способы планирования методики физического воспитания и оценки технической и физической подготовленности обучающихся	Знает на достаточно м уровне способы планирования методики физического воспитания и оценки технического воспитания и оценки технической и физической подготовленности технической и физической обучающихся	В полном объеме знает способы планирования методики физического воспитания и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях с

	ся на занятиях с использованием средств	занятиях с использованием средств	занятиях с использованием средств	й подготовленности обучающихся на занятиях с использованием средств	использование средств
	Уметь: воспитывать у занимающихся способы планирования методики физического воспитания и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях с использованием средств физической культурой	Не умеет воспитывать у занимающихся способы планирования методики физического воспитания и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях с использованием средств	В целом умеет воспитывать у занимающихся способы планирования методики физического воспитания и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях с использованием средств	Умеет выбирать воспитывать у занимающихся способы планирования методики физического воспитания и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях с использованием средств	В полном объеме умеет воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профориентацию, способствовать формированию здорового образа жизни
	Владеть: способами планирования методики физического воспитания и оценки технической и	Не владеет способами планирования методики физического воспитания и оценки технической и	В целом владеет способами планирования методики физического воспитания и оценки технической и	Владеет способами планирования методики физического воспитания и оценки технической и	В полном объеме владеет способами планирования методики физического воспитания и оценки

	й и физической подготовленности обучающихся на занятиях с использованием средств	физической подготовленности обучающихся на занятиях с использованием средств	и физической подготовленности обучающихся на занятиях с использованием средств	технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях с использованием средств	технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях с использованием средств
Повышенный	Знать: способы планирования методики физического воспитания и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях с использованием средств	Не знает способы планирования методики физического воспитания и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях с использованием средств	Знает способы планирования методики физического воспитания и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях с использованием средств	Знает на достаточно высоком уровне способы планирования методики физического воспитания и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях с использованием средств	В полном объеме знает способы планирования методики физического воспитания и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях с использованием средств
	Уметь: воспитывать у занимающихся способы планирования методики физического воспитания	Не умеет воспитывать у занимающихся способы планирования методики физического воспитания	В целом умеет воспитывать у занимающихся способы планирования методики физического воспитания	Умеет воспитывать у занимающихся способы планирования методики физического воспитания	В полном объеме умеет воспитывать у занимающихся способы планирования методики физического воспитания

	воспитания и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях с использованием средств физической культурой	и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях с использованием средств физической культурой	воспитания и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях с использованием средств физической культурой	физическое воспитание и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях с использованием средств физической культурой	оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях с использованием средств физической культурой
	Владеть: способами планирования методики физического воспитания и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях с использованием средств	Не владеет способами планирования методики физического воспитания и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях с использованием средств	В целом владеет способами планирования методики физического воспитания и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях с использованием средств	Владеет способами планирования методики физического воспитания и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях с использованием средств	В полном объеме владеет способами планирования методики физического воспитания и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях с использованием средств
ОПК-4.					
Базовый	Знать: терминологию,	Не знает терминологию, средства	Знает терминологию, средства	Знает на достаточном уровне	В полном объеме знает терминологию

	ию, средства и методы технической подготовки, двигательную задачу в избранном виде спорта.	и методы технической подготовки, двигательную задачу в избранном виде спорта	и методы технической подготовки, двигательную задачу в избранном виде спорта	терминологию, средства и методы технической подготовки, двигательную задачу в избранном виде спорта	, средства и методы технической подготовки, двигательную задачу в избранном виде спорта.
	Уметь: применять терминологию, средства и методы технической подготовки, двигательную задачу в избранном виде спорта	Не умеет применять терминологию, средства и методы технической подготовки, двигательную задачу в избранном виде спорта	В целом умеет применять терминологию, средства и методы технической подготовки, двигательную задачу в избранном виде спорта	Умеет применять терминологию, средства и методы технической подготовки, двигательную задачу в избранном виде спорта	В полном объеме умеет применять терминологию, средства и методы технической подготовки, двигательную задачу в избранном виде спорта
	Владеть: способами применения терминологии, средствами и методами технической подготовки, двигательной задачи в избранном виде спорта	Не владеет способами применения терминологии, средствами и методами технической подготовки, двигательной задачи в избранном виде спорта	В целом владеет способами применения терминологии, средствами и методами технической подготовки, двигательной задачи в избранном виде спорта	Владеет способами применения терминологии, средствами и методами технической подготовки, двигательной задачи в избранном виде спорта	В полном объеме владеет способами применения терминологии, средствами и методами технической подготовки, двигательной задачи в избранном виде спорта

				ой задачи в избранном виде спорта	средств
Повышен ный	Знать: терминологию, средства и методы технической подготовки, двигательную задачу в избранном виде спорта	Не знает терминологию, средства и методы технической подготовки, двигательную задачу в избранном виде спорта	Знает терминологию, средства и методы технической подготовки, двигательную задачу в избранном виде спорта	Знает на достаточном уровне терминологию, средства и методы технической подготовки, двигательную задачу в избранном виде спорта	В полном объеме знает терминологию, средства и методы технической подготовки, двигательную задачу в избранном виде спорта
	УМЕТЬ: применять терминологию, средства и методы технической подготовки, двигательную задачу в избранном виде спорта.	Не умеет применять терминологию, средства и методы технической подготовки, двигательную задачу в избранном виде спорта.	В целом умеет применять терминологию, средства и методы технической подготовки, двигательную задачу в избранном виде спорта.	Умеет применять терминологию, средства и методы технической подготовки, двигательную задачу в избранном виде спорта.	В полном объеме умеет применять терминологию, средства и методы технической подготовки, двигательную задачу в избранном виде спорта.
	Владеть: способами применения терминологии, средствами и методами	Не владеет способами применения терминологии, средствами и методами	В целом владеет способами применения терминологии, средствами	Владеет способами применения терминологии, средствами	В полном объеме владеет способами применения терминологии, средствами и

	технической подготовки, двигательной задачи в избранном виде спорта	технической подготовки, двигательной задачи в избранном виде спорта	и методами технической подготовки, двигательной задачи в избранном виде спорта	и методами технической подготовки, двигательной задачи в избранном виде спорта	и методами технической подготовки, двигательной задачи в избранном виде спорта
ПК-4.					
Базовый	Знать: способы осуществления процесса планирования способами и методами долгосрочного, среднесрочного и краткосрочного планирования.	Не знает способы осуществления процесса планирования способами и методами долгосрочного, среднесрочного и краткосрочного планирования.	Знает способы осуществления процесса планирования способами и методами долгосрочного, среднесрочного и краткосрочного планирования.	Знает на достаточном уровне способы осуществления процесса планирования способами и методами долгосрочного, среднесрочного и краткосрочного планирования.	В полном объеме знает способы осуществления процесса планирования способами и методами долгосрочного, среднесрочного и краткосрочного планирования.
	УМЕТЬ: 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.	В полном объеме умеет осуществлять процесс планирования способами и методами долгосрочного, среднесрочного и краткосрочного планирования.

	среднесрочного и краткосрочного планирования.	краткосрочного планирования.	ого и краткосрочного планирования.	ного, среднесрочного и краткосрочного планирования.	о и краткосрочного планирования.
	Владеть: способами осуществления процесса планирования способами и методами долгосрочного, среднесрочного и краткосрочного планирования	Не владеет способами осуществления процесса планирования способами и методами долгосрочного, среднесрочного и краткосрочного планирования	В целом владеет способами осуществления процесса планирования способами и методами долгосрочного, среднесрочного и краткосрочного планирования	Владеет способами осуществления процесса планирования способами и методами долгосрочного, среднесрочного и краткосрочного планирования	В полном объеме владеет способами применения терминологии, средствами и методами технической подготовки, двигательной задачи в избранном виде спорта
Повышенный	Знать: способы составления планов для разных этапов спортивной подготовки; планирования микро-, мезо-, макроструктуры тренировочного	Не знает способы составления планов для разных этапов спортивной подготовки; планирования микро-, мезо-, макроструктуры тренировочного процесса.	Знает способы составления планов для разных этапов спортивной подготовки; планирования микро-, мезо-, макроструктуры тренировочного процесса.	Знает на достаточно высоком уровне способы составления планов для разных этапов спортивно-микро-, мезо-, макроструктуры	В полном объеме знает способы составления планов для разных этапов спортивной подготовки; планирования микро-, мезо-, макроструктуры тренировочного процесса.

	процесса.			тренирово чного процесса.	
	УМЕТЬ: составлять планы для разных этапов спортивной подготовки; планирован ия микро-, мезо-, макрострукт уры тренировоч ного процесса.	Не умеет составлять планы для разных этапов спортивной подготовки; планировани я микро-, мезо-, макрострукт уры тренировочн ого процесса.	В целом умеет составлять планы для разных этапов спортивной подготовки; планировани я микро-, мезо-, макрострукт уры тренировочн ого процесса.	Умеет составлять планы для разных этапов спортивно й подготовк и; планирова ния микро-, мезо-, макростру ктуры тренирово чного процесса.	В полном объеме умеет составлять планы для разных этапов спортивной подготовки; планирования микро-, мезо-, макроструктур ы тренировочног о процесса..
	Владеть: способами составления планов для разных этапов спортивной подготовки; планирован ия микро-, мезо-, макрострукт уры тренировоч ного процесса.	Не владеет способами составления планов для разных этапов спортивной подготовки; планировани я микро-, мезо-, макрострукт уры тренировочн ого процесса.	В целом владеет способами составления планов для разных этапов спортивной подготовки; планировани я микро-, мезо-, макрострукт уры тренировочн ого процесса.	Владеет способами составлени я планов для разных этапов спортивно й подготовк и; планирова ния микро-, мезо-, макростру ктуры тренирово чного процесса.	В полном объеме владеет способами составления планов для разных этапов спортивной подготовки; планирования микро-, мезо-, макроструктур ы тренировочног о процесса.

7.2. 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

7.2.1. Примерные вопросы к итоговой аттестации (зачет)

1. Цель, задачи и средства физического воспитания.
2. Общие социально-педагогические принципы системы физического воспитания.
3. Критерии эффективности техники физических упражнений.
4. Методы физического воспитания.
5. Общеметодические и специфические принципы физического воспитания.
6. Сила как физическое качество. Средства и методы воспитания силы. Методики воспитания силовых способностей. Контрольные упражнения для определения уровня развития силовых способностей.
7. Скоростные способности человека. Факторы, влияющие на скоростные способности. Средства и методы воспитания скоростных способностей. Методики воспитания скоростных способностей. Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития скоростных способностей.
8. Выносливость и факторы ее определяющие. Средства методы воспитания выносливости. Методика воспитания выносливости. Воспитание специфических типов выносливости. Контрольные упражнения для определения уровня развития выносливости. Показатели выносливости – запас скорости, индекс выносливости, коэффициент выносливости.
9. Гибкость. Виды гибкости. Средства и методы воспитания гибкости. Методика развития гибкости. Контрольные упражнения для определения уровня развития гибкости.
10. Двигательно-координационные способности, классификация и факторы, их определяющие. Средства воспитания координационных способностей. Задачи, средства и формы организации физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста.
11. Задачи и средства и формы организации физического воспитания детей в школе.
12. Формы организации физического воспитания школьников в системе внешкольных учреждений и в семье.
13. Урок физической культуры. Дозирование физических нагрузок на уроке. Общая и моторная плотность.
14. Основные направления и формы организации физического воспитания в вузе.
15. Виды планирования в физическом воспитании. Основные документы планирования.
16. Педагогический контроль и учет в физическом воспитании. Виды и методы контроля.
17. Физическая культура в режиме трудового дня и в быту трудящихся.
18. Формы организации и методические основы занятий физическими упражнениями людей пожилого и старшего возраста.

19. Профессионально-прикладная физическая подготовка. Профессиональные факторы, определяющие конкретное содержание профессионально-прикладной физической подготовки.
20. Основные направления оздоровительной физической культуры. Физкультурно-оздоровительные системы и методики.
21. Способы регламентации нагрузки и методические правила проведения физкультурных занятий с оздоровительной направленностью.
22. Характеристика средств специальной оздоровительной направленности.
23. Оценка состояния здоровья и физической подготовленности занимающихся оздоровительной физической культурой.
24. Социальные функции спорта (общие и специфические).
25. Компоненты системы тренировочно-соревновательной подготовки. Их функциональное назначение.
26. Средства спортивной тренировки.
27. Методы спортивной тренировки (общепедагогические и практические).
28. Принципы спортивной тренировки.
29. Принцип направленности на максимально возможные достижения, углубленная специализация и индивидуализация.
30. Единство общей и специальной подготовки.
31. Основные стороны спортивной тренировки.
32. Спортивно-техническая подготовка спортсмена
33. Спортивно-тактическая подготовка спортсмена
34. Физическая подготовка спортсмена.
35. Психическая подготовка спортсмена.
36. Тренировочные и соревновательные нагрузки. Зоны интенсивности.
37. Этапы многолетней спортивной подготовки.
38. Построение тренировки в малых циклах, характеристика и виды микроциклов.
39. Построение тренировки в больших циклах, характеристика и структура макроциклов.
40. Содержание и организация тренировочного процесса в подготовительный период.
41. Содержание и организация тренировочного процесса в соревновательный период.
42. Содержание и организация тренировочного процесса в переходный период.
43. Комплексный контроль в подготовке спортсмена. Виды контроля.
44. Формы учета в процессе спортивной тренировки. Документы учета.
45. Спортивный отбор и спортивная ориентация. Этапы спортивного отбора.

**Критерии оценки устного ответа на вопросы по дисциплине
«Введение в специальность.»:**

✓ 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 определено 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.

- оценка «отлично» выставляется студенту, если студент подготовил ответ самостоятельно и дал развернутый ответ на 5 и более вопросов, активно участвовал в беседе.

- оценка «хорошо» если студент подготовил ответ самостоятельно и ответил на 4 вопроса

- оценка «удовлетворительно» студент ответил на 2 вопроса по тематике и дополнил ответы своих сокурсников

- оценка «неудовлетворительно» не подготовил ответ но участвовал в беседе

- 7.2.2.Перечень заданий для самостоятельной работы со студентами

-

1. Предмет, цели и задачи учебной дисциплины

2. Составление опорного конспекта ФГОС ВО по специальности 49.03.01 Физическая культура, определение объема общих компетенций, необходимых для специалиста

3. Эссе на тему «Моя будущая профессия»

4. Составить схему: «Структура дисциплин и модулей по специальности»

5. Обзор профессиональных компетенций по ФГОС ВО.

6. Работа с электронным каталогом, поиск информации по заданному параметру: автор учебника, ключевое слово, литература по

специальности

7. Подготовить доклад «Виды самостоятельной работы студента»
8. Составить монолог и диалог по предложенной теме
9. Реферативная работа «Предпосылки возникновения физкультурно-педагогического образования в России.»
10. Реферативная работа «Специфичность и значимость профессии «Педагог по физической культуре и спорту»
11. Подготовка к защите проекта «Моя будущая профессия»
 12. Понятие, сущность, значение и современное состояние физической культуры и спорта.
13. Разновидности и принципы физической культуры.
14. Основные направления Российской системы физического воспитания.
15. Спорт, как составная часть физической культуры.
16. Понятие массового и профессионального спорта.

-оценка «зачтено» выставляется студенту, если студент дал полный развёрнутый ответ на все заданные вопросы (более 3)

-оценка «не зачтено», если студент ответил на 3 и меньше вопросов

7.2.3. Тестовые задания для проверки знаний студентов

Тест для студентов 2 курса, 3 семестр

1. Основными задачами физической культуры являются:

- 1). физическая подготовка и контроль над уровнем развития физических качеств;
- 2). оздоровительная, образовательная и воспитательная;
- 3). формирование специальных знаний, умений и навыков;
- 4). формирование потребностей и мотивов к физкультурно-спортивной деятельности.

2. Основным специфическим средством физического воспитания являются:

- 1) физические упражнения;
- 2) оздоровительные силы природы;
- 3) гигиенические факторы;
- 4) тренажеры и тренажерные устройства, гири, гантели, штанга, резиновые амортизаторы, эспандеры.

3. Физические упражнения – это:

- 1) такие двигательные действия, которые направлены на формирование двигательных умений и навыков;

2) виды двигательных действий, направленные на морфологические и функциональные перестройки организма;

3) такие двигательные действия (включая их совокупности), которые направлены на реализацию задач физического воспитания, сформированы и организованы по его закономерностям;

4) виды двигательных действий, направленные на изменение форм телосложения и развитие физических качеств.

4. Под техникой физических упражнений понимают:

1) способы выполнения двигательных действий, с помощью которых двигательная задача решается целесообразно с относительно большой эффективностью;

2) способы выполнения двигательного действия, оставляющие эстетически благоприятное впечатление;

3) определенную упорядоченность и согласованность как процессов, так и элементов содержания данного упражнения;

4) видимую форму, которая характеризуется соотношением пространственных, временных и динамических (силовых) параметров движения.

5. Под методами физического воспитания понимаются:

1) основные положения, определяющие содержание, организационные формы учебного процесса в соответствии с его общими целями и закономерностями;

2) те руководящие положения, которые раскрывают отдельные стороны применения того или иного принципа обучения;

3) конкретные побуждения, причины, заставляющие личность действовать, выполнять двигательные действия;

4) способы применения физических упражнений.

6. К какой группе методов физического воспитания относится круговой метод:

1) методы строго-регламентированного упражнения;

2) методы частично-регламентированного упражнения;

3) методы организации занятий;

4) организационно-методическая форма занятий.

7. Какой принцип предусматривает оптимальное соответствие задач, средств и методов физического воспитания возможностям занимающихся?

1) принцип сознательности и активности;

2) принцип доступности и индивидуализации;

3) принцип научности;

4) принцип связи теории с практикой.

8. Основным отличительным признаком двигательного навыка является:

1) нестабильность в выполнении двигательного действия;

2) постоянная сосредоточенность внимания на технике выполнения двигательного действия;

3) автоматизированность управления двигательными действиями;

4) неустойчивость к действию сбивающих факторов (встречный ветер, дождь, плохое освещение мест занятий, шум в зале, на стадионе и т. п.).

9. Каким методом обучения преимущественно пользуются на этапе начального разучивания техники сложного двигательного действия?

1) .методом стандартно-интервального упражнения;

2). методом сопряженного воздействия;

10. В физическом воспитании и спорте проявляется положительный и отрицательный перенос двигательных навыков. Основным условием положительного переноса навыка является:

1).высокий уровень профессионального мастерства учителя физической культуры, преподавателя физического воспитания, тренера по виду спорта;

2) наличие структурного сходства в главных фазах (отдельных звеньях) этих двигательных действий;

3)соблюдение принципа сознательности и активности;

4)учет индивидуальных особенностей занимающихся.

11. Силовые упражнения рекомендуется сочетать с упражнениями на:

1) координацию

2) быстроту

3)гибкость

4) выносливость

12. Какая форма проявления скоростных способностей определяется по так называемому латентному (скрытому) периоду реакции?

1. скорость одиночного движения;

2. частота движений;

3. быстрота двигательной реакции;

4. ускорение.

13. Число движений в единицу времени характеризует:

1. темп движений;

2. ритм движений;

3. скоростную выносливость;

4. сложную двигательную реакцию.

14. В физическом воспитании и спорте основным методом при развитии быстроты двигательной реакции является:

1. метод круговой тренировки;

2. метод динамических усилий;

3. метод повторного выполнения упражнения;

4. игровой метод.

15. Выносливость по отношению к определенной деятельности называется:

1) аэробной выносливостью;

2) анаэробной выносливостью;

3) анаэробно-аэробной выносливостью;

4) специальной выносливостью.

16. Для развития общей выносливости наиболее широко применяются циклические упражнения продолжительностью не менее:

- 1) 3 – 5 мин, выполняемые в анаэробном режиме;
- 2) 7 – 12 мин, выполняемые в аэробно-анаэробном режиме;
- 3) 15 – 20 мин, выполняемые в аэробном режиме;
- 4) 45 – 60 мин.

17. При развитии выносливости не применяются упражнения, характерными признаками которых являются:

- 1) максимальная активность систем энергообеспечения
- 2) умеренная интенсивность
- 3) максимальная интенсивность
- 4) активная работа большинства звеньев опорно-двигательного аппарата

18. Интервал отдыха, гарантирующий к моменту очередного повторения упражнения восстановление работоспособности до исходного уровня, называют:

- 1) полным (ординарным);
- 2) суперкомпенсаторным;
- 3) активным;
- 4) строго регламентированным.

19. Способность выполнять движения с большой амплитудой за счет собственной активности соответствующих мышц называется:

- 1) активной гибкостью;
- 2) специальной гибкостью;
- 3) подвижностью в суставах;
- 4) динамической гибкостью.

20. Какое из физических качеств при чрезмерном его развитии отрицательно влияет на гибкость?

- 1) выносливость;
- 2) сила;
- 3) быстрота;
- 4) координационные способности.

21. Упражнения с направленностью на воспитание и совершенствование координационных способностей рекомендуется выполнять:

1. в подготовительной части урока (тренировочного занятия);
2. в первой половине основной части урока;
3. во второй половине основной части урока;
4. в заключительной части урока.

22. Основными средствами физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста являются:

- 1) физические упражнения;
- 2) оздоровительные силы природы;
- 3) гигиенические факторы;
- 4) оздоровительные силы природы и гигиенические факторы.

23. Основное направление физического воспитания взрослого населения:

- 1) бытовое физкультурно-гигиеническое;

- 2) спортивное;
- 3) научно-исследовательское;
- 4) лечебное.

24. Основные задачи физического воспитания в пожилом и старшем возрасте:

- 1) содействовать творческому долголетию, сохранению или восстановлению здоровья;
- 2) не допустить регресса жизненно-важных двигательных умений и навыков;
- 3) способствовать повышению общей физической подготовленности;
- 4) формировать двигательные навыки, необходимые в быту и производственной деятельности.

25. Укажите основную форму занятий физическими упражнениями с детьми от 3 до 6 лет в детском саду:

- 1) физкультурные занятия урочного типа;
- 2) физкультурные занятия неурочного типа;
- 3) физкультминутки и физкультпаузы;
- 4) «спортивный час».

26. В младшем школьном возрасте из методов упражнения преимущество отдается:

- 1) расчлененному методу;
- 2) целостному методу;
- 3) сопряженному методу;
- 4) методам стандартного упражнения.

27. Под формами занятий в физическом воспитании понимают:

1) способы организации учебно-воспитательного процесса, каждый из которых характеризуется определенным типом взаимосвязи (взаимодействия) преподавателя (тренера) и занимающихся, а также соответствующими условиями занятий;

2) упорядоченные виды деятельности преподавателя (тренера) и учащихся, направленные на достижение заданной цели обучения;

3) совокупность путей, способов достижения целей, решения задач образования;

4) виды учебных занятий с целью совершенствования двигательных умений, навыков и развития физических качеств.

28. В физическом воспитании широкое использование словесных и наглядных методов, невысокая «моторная» плотность характерны для:

- 1) уроков закрепления и совершенствования учебного материала;
- 2) контрольных уроков;
- 3) уроков общей физической подготовки;
- 4) уроков освоения нового материала.

29. Планирование в физическом воспитании – это:

1. заранее намеченная система деятельности, предусматривающая порядок, последовательность и сроки выполнения работ;

2) предварительная разработка и определение на предстоящую деятельность целевых установок и задач, содержания, методики, форм организации и методов учебно-воспитательного процесса с конкретным контингентом занимающихся;

3) упорядоченная деятельность преподавателя (тренера) по реализации цели обучения (образовательных, воспитательных, оздоровительных задач), обеспечение информирования, воспитания, осознания и практического применения знаний, двигательных умений и навыков;

4) упорядочение дидактического процесса по определенным критериям, придание ему необходимой формы для наилучшей реализации поставленной цели.

30. Педагогический контроль в физическом воспитании – это:

1) система мероприятий, обеспечивающих проверку запланированных показателей физического воспитания для оценки применяемых средств, методов и нагрузок;

2) прояснение всех обстоятельств протекания дидактического процесса, точное определение его результатов;

3) правильное (по установленным критериям) оценивание знаний, двигательных умений и навыков;

4) целенаправленное, одинаковое для всех занимающихся обследование, проводимое в строго контролируемых условиях, позволяющее объективно измерять изучаемые характеристики педагогического процесса.

31. Основным (исходным) документом, на основе которого осуществляется вся многогранная работа по физическому воспитанию в государственных учебных заведениях всех уровней, является:

1) учебная программа по физическому воспитанию;

2) учебный план;

3) поурочный рабочий (тематический) план;

4) план педагогического контроля и учета.

32. Реакция организма занимающихся на физическую нагрузку по окончании урока (занятия) определяется с помощью ...контроля.

Вставка – ответ: 1) оперативного;

2. текущего;

3. итогового;

4. рубежного.

33. Отличительной особенностью физкультурных занятий в начальной школе является акцент на решение:

1) оздоровительных задач;

2) образовательных задач;

3) воспитательных задач;

4) задач по формированию телосложения и регулирования массы тела средствами физического воспитания.

34. В процессе физического воспитания детей старшего школьного возраста в первую очередь следует уделять внимание развитию:

1) активной и пассивной гибкости;

- 2) максимальной частоты движений;
- 3) силовых, скоростно-силовых способностей и различных видов выносливости;
- 4) простой и сложной двигательной реакции.

35. В соответствии с состоянием здоровья, физическим развитием, уровнем физической подготовленности все школьники распределяются на следующие медицинские группы:

- 1) а) слабую, б) среднюю, в) сильную;
- 2) а) основную, б) подготовительную, в) специальную;
- 3) а) без отклонений в состоянии здоровья; б) с отклонениями в состоянии здоровья;
- 4) а) оздоровительную, б) физкультурную, в) спортивную.

36. В физическом воспитании детей с ослабленным здоровьем полностью исключаются:

- 1) гимнастические упражнения;
- 2) легкоатлетические упражнения;
- 3) подвижные игры и лыжная подготовка;
- 4) акробатические упражнения и упражнения, связанные с натуживанием, продолжительными статическими напряжениями.

37. Укажите основное назначение ориентиров (предметных регуляторов) на уроках физической культуры:

- 1) воспитание волевых качеств;
- 2) создание оптимальной плотности урока;
- 3) дозирование физических нагрузок;
- 4) создание правильных мышечно-двигательных ощущений.

38. На уроках физической культуры упражнения на выносливость всегда следует выполнять:

- 1) в начале основной части урока;
- 2) в середине основной части урока;
- 3) в конце основной части урока;
- 4) в заключительной части урока.

39. Для развития вестибулярной устойчивости надо чаще применять упражнения:

- 1) на равновесие;
- 2) на координацию движений;
- 3) на быстроту движений;
- 4) на силу.

40. Наиболее информативным, объективным и широко используемым в практике физического воспитания и спорта показателем реакции организма на физическую нагрузку является:

- 1) время выполнения двигательного действия;
- 2) величина частоты сердечных сокращений (ЧСС);
- 3) продолжительность сна;
- 4) коэффициент выносливости.

41. Спорт (в широком понимании) – это:

1) вид социальной деятельности, направленной на оздоровление человека и развитие его физических способностей;

2) собственно соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, а также специфические отношения, нормы и достижения в сфере этой деятельности;

3) специализированный педагогический процесс, построенный на системе физических упражнений и направленный на участие в спортивных соревнованиях;

4) педагогический процесс, направленный на морфологическое и функциональное совершенствование организма человека.

42. Укажите конечную цель спорта:

1) физическое совершенствование человека, реализуемое в условиях соревновательной деятельности;

2) совершенствование двигательных умений и навыков занимающихся;

3) выявление, сравнение и сопоставление человеческих возможностей;

4) развитие физических (двигательных) способностей в соответствии с индивидуальными возможностями занимающихся.

43. Спортивная тренировка – это:

1) повторное выполнение спортивного упражнения с целью достижения наиболее высокого результата;

2) планируемый педагогический процесс, включающий обучение спортсмена спортивной технике и тактике и развитие его физических способностей;

3) собственно соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, а также специфические отношения, нормы и достижения в сфере этой деятельности;

4) упорядоченная организация деятельности по обеспечению совершенствования человека в сфере спорта.

44. К средствам спортивной тренировки относятся:

1) физические упражнения, оздоровительные силы природы, гигиенические факторы;

2) избранные соревновательные упражнения, специально подготовительные упражнения; общеподготовительные упражнения

3) соревновательные упражнения, подводящие упражнения, средства восстановления;

4) соревновательные упражнения, общефизические упражнения, специально подготовительные упражнения, подводящие упражнения

45. В спортивной тренировке под термином метод следует понимать:

1) наиболее важные педагогические правила рационального построения тренировочного процесса;

2) способ применения основных средств тренировки и совокупность приемов и правил деятельности спортсмена и тренера;

3) исходные закономерности, которые определяют организацию учебно-тренировочного процесса;

4) конкретные указания тренеру о том, как нужно поступить в типичной педагогической ситуации.

46. Принципы спортивной тренировки представляют собой:

1) наиболее важные педагогические правила рационального построения тренировочного процесса, в которых синтезированы научные данные и передовой практический опыт тренерской работы;

2) способы применения основных средств тренировки и совокупность приемов и правил деятельности спортсмена и тренера;

3) внешнее выражение согласованной деятельности тренера и спортсменов, осуществляемой в определенном порядке режима;

4) путь достижения (реализации) цели и задач спортивной тренировки.

47. Средствами технической подготовки спортсмена являются:

1) общеподготовительные упражнения;

2) специально подготовительные упражнения;

3) соревновательные упражнения;

4) общеподготовительные, специально подготовительные и соревновательные упражнения.

48. Годичный цикл спортивной тренировки делится на следующие периоды:

1) втягивающий, базовый, восстановительный;

2) подготовительный, соревновательный, переходный;

3) тренировочный и соревновательный;

4) осенний, зимний, весенний, летний.

48. Основным критерием эффективности многолетней спортивной подготовки является:

1) максимальный фонд двигательных умений и навыков;

2) наивысший уровень развития физических качеств;

3) здоровье спортсмена;

4) наивысший спортивный результат, достигнутый в оптимальных возрастных границах для данного вида спорта.

49. Укажите, как называются тренировочные циклы (в зависимости от масштаба времени), на основе которых строится процесс спортивной подготовки:

1) тренировочные, соревновательные, восстановительные;

2) микроциклы, мезоциклы, макроциклы;

3) оперативные, текущие, этапные циклы;

4) подготовительные, основные, соревновательные.

50. В спорте при проведении комплексного контроля (в подготовке спортсмена) регистрируются показатели:

1) тренировочных и соревновательных воздействий;

2) функционального состояния и подготовленности спортсмена, зарегистрированные в стандартных условиях;

3) состояния внешней среды;

4) тренировочных и соревновательных воздействий, функционального состояния и подготовленности спортсмена и состояния внешней среды.

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%

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 «неудовлетворительно» (не зачтено) или отсутствие сформированности компетенции	Оценка «удовлетворительно» (зачтено) или низкой уровень освоения компетенции	Оценка «хорошо» (зачтено) или повышенный уровень освоения компетенции	Оценка «отлично» (зачтено) или высокий уровень освоения компетенции
Уровень освоения дисциплины, при котором у обучаемого не	При наличии более 50% сформированных компетенций	Для определения уровня освоения промежуточной дисциплины на	Оценка «отлично» по дисциплине с промежуточным

<p>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>по дисциплинам, имеющим возможность доформирования 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>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 обучающегося 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>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 обучающегося, выполнены требования к получению оценки «хорошо» и освоены на «отлично» не менее 50% общепрофессиональных компетенций</p>
---	--	--	--

7.4.Критерии оценки тестового материала по дисциплине

«Введение в специальность»:

✓ 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. Продemonстрировано умение правильно использовать специальные термины и понятия, узнавание объектов изучения в рамках определенного раздела дисциплины; понятен творческий уровень и аргументация собственной точки зрения

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

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

7.2.4. Балльно-рейтинговая система оценки знаний бакалавров

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

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

«Активность» - от 0 до 5 баллов выставляется преподавателем за демонстрацию студентом знаний во время занятия письменно или устно, за подготовку домашнего задания, участие в дискуссии на заданную тему и т.д., то есть за работу на занятии. При этом преподаватель должен опросить не менее 25% из числа студентов, присутствующих на практическом занятии.

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

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

все пропущенные шесть занятий являлись практическими) вне зависимости от уважительности пропусков занятий.

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

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

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

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

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

Таблица перевода балльно-рейтинговых показателей в отметки традиционной системы оценивания

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

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

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

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

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

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

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

8.1. Основная литература:

1. Васильков А.А. Теория и методика спорта. Ростов н/Д.: Феникс, 2009. - 384 с.
2. Волков, И. П. Теория и методика обучения в избранном виде спорта: учебное пособие / И. П. Волков. - Минск: РИПО, 2015. - 196 с.- ISBN 978-985-503-542-9. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/949041> (дата обращения: 04.06.2021). - Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный.
3. Кузьменко, Г. А. Развитие интеллектуальных способностей подростков в условиях спортивной деятельности: теоретико-методологические и организационные предпосылки: монография / Г. А. Кузьменко. - Москва: Прометей, 2013. - 532 с. - ISBN 978-5-7042-2393-1. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/558720> (дата обращения: 04.06.2021). – Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный.
4. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: 4-е изд., испр. и. доп. / Л.П. Матвеев Санкт- Петербург: «Лань», 2005. — 384 с: ил.
5. Матвеев Л.П.Общая теория спорта: Учебная книга для завершающих уровней высшего физкультурного образования / Л.П. Матвеев. - М.: 4-й филиал Воениздата, 1997. - 304с.
6. Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: Учеб. для завершающего уровня высшего физкультурного образования / Л.П.Матвеев. - 5-е изд., испр. и доп.М., Изд-во «Советский спорт», 2010. - 384 с.
7. Пиянзин, А. Н. Методика физического воспитания: учебное пособие / А. Н. Пиянзин. - Тольятти: ТГУ, 2018. - 82 с. - ISBN 978-5-8259-1219-6. - URL: <https://e.lanbook.com/book/139663> (дата обращения: 05.06.2021). - Режим доступа: для авториз. пользователей. - Текст: электронный.
8. Под общ. Ред. Ф.П.Суслова, Ж.К.Холодова. Теория и методика спорта:

- Учеб. пособие для училищ олимпийского резерва. - М., 1997. - 416 с.
9. Развитие личностных качеств обучающихся в учебной и спортивной деятельности: учебное пособие / под редакцией Г. А. Кузьменко. - Москва: Прометей, 2013. - 560 с. - ISBN 978-5-7042-2507-2. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/557400> (дата обращения: 04.06.2021). - Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный.
10. Рубин, В. С. Разделы теории и методики физической культуры: учебное пособие / В. С. Рубин. - 2-е изд., стер. - Санкт-Петербург : Лань, 2020. - 104 с. - ISBN 978-5-8114-4976-7. - URL: <https://e.lanbook.com/book/136171> (дата обращения: 04.06.2021). - Режим доступа: для авториз. пользователей. - Текст: электронный.
11. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физической культуры и спорта: учебное пособие. - М.: Академия ИЦ, 2011. - 479 с.
12. Ю.Д. Железняк, И.В. Кулишенко, Е.В. Крякина; под ред. Ю.Д. Железняка. Методика обучения физической культуре: учебник для студ. учрежд. высш. проф. образ. М.: Изд. центр «Академия», 2013.

8.2. Дополнительная литература:

1. Мансуров И.И. Теоретико-методические основы физической культуры в школе. Карачаевск, 2003. - 360 с.
2. Под ред. Л.Б. Кофмана; авт.-сост. Г.И. Погадаев. Настольная книга учителя физической культуры/ - М.:ФиС, 2008. - 496с.
3. Джаубаев Ю.А. Педагогические основы использования подвижных игр народов Карачаево-Черкесии как средства физического воспитания и рекреации школьников: Монография.-Карачаевск: КЧГУ, 2018.-220с.
4. Джаубаев Ю.А. Региональная политика в сфере туризма: вызовы времени и перспективы развития // Материалы Всероссийской научно-практической конференции. – Карачаевск: КЧГУ, 2018.-296с.
5. Джаубаев Ю.А., Петьков В.А. Новая идеология ФГОС: технология реализации предмета «Физическая культура» в средней общеобразовательной школе: учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений. – Карачаевск: КЧГУ, 2020.-132с.
6. Джаубаев Ю.А. Учебная дисциплина «Физическая культура и спорт» в терминах, понятиях и межпредметных связях: Учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений. – Карачаевск: КЧГУ, 2020.-115с.
7. Джаубаев Ю.А., Петьков В.А. Физическая рекреация: теория, методология, инновации /под редакцией Гребенниковой В.М. – Карачаевск: КЧГУ, 2016.-164с.
8. Джаубаев Ю.А. Физическая рекреация в формировании профессионального здоровья учителя: Монография – Карачаевск: КЧГУ, 2017.-164с.
9. Петьков В.А., Джаубаев Ю.А. Становление и развитие личностно-профессионального потенциала будущего учителя: Монография. Краснодар, 2018.-162с.

10. Джаубаев Ю.А. Спортивная подготовка и спортивная тренировка: Учебное пособие. 2-е переработанное, дополненное издание.- Карачаевск: изд-во КЧГУ, 2010.-264с.
11. Джаубаев Ю.А. Теория спортивной тренировки. Учебное пособие. 2-е переработанное, дополненное издание.- Карачаевск: изд-во КЧГУ, 2009.-140с.

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

9.1. Общесистемные требования

Электронная информационно-образовательная среда ФГБОУ ВО «КЧГУ»

Каждый обучающийся в течение всего периода обучения обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационно-образовательной среде (ЭИОС) Университета из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», как на территории Университета, так и вне ее.

Функционирование ЭИОС обеспечивается соответствующими средствами информационно-коммуникационных технологий и квалификацией работников, ее использующих и поддерживающих. Функционирование ЭИОС соответствует законодательству Российской Федерации.

Адрес официального сайта университета: <http://kchgu.ru>.

Адрес размещения ЭИОС ФГБОУ ВО «КЧГУ»: <https://do.kchgu.ru>.

Электронно-библиотечные системы (электронные библиотеки)

Учебный год	Наименование документа с указанием реквизитов	Срок действия документа
2025-2026 учебный год	Электронно-библиотечная система ООО «Знаниум». Договор № 249 эбс от 14.05.2025 г. Электронный адрес: https://znanium.com	от 14.05.2025 г. до 14.05.2026 г.
2025-2026 учебный год	Электронно-библиотечная система «Лань». Договор № 10 от 11.02.2025 г. Электронный адрес: https://e.lanbook.com	от 11.02.2025 г. до 11.02.2026 г.
2025-2026 учебный год	Электронно-библиотечная система КЧГУ. Положение об ЭБ утверждено Ученым советом от 30.09.2015г. Протокол № 1. Электронный адрес: http://lib.kchgu.ru	Бессрочный
2025-2026	Национальная электронная библиотека (НЭБ).	Бессрочный

учебный год	Договор №101/НЭБ/1391-п от 22.02.2023 г. Электронный адрес: http://rusneb.ru	
2025-2026 учебный год	Научная электронная библиотека «ELIBRARY.RU». Лицензионное соглашение №15646 от 21.10.2016 г. Электронный адрес: http://elibrary.ru	Бессрочный
2025-2026 учебный год	Электронный ресурс Polpred.com Обзор СМИ. Соглашение. Бесплатно. Электронный адрес: http://polpred.com	Бессрочный

9.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины

Занятия проводятся в учебных аудиториях, предназначенных для проведения занятий лекционного и практического типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации в соответствии с расписанием занятий по образовательной программе. С описанием оснащённости аудиторий можно ознакомиться на сайте университета, в разделе материально-технического обеспечения и оснащённости образовательного процесса по адресу: <https://kchgu.ru/sveden/objects/>

9.3. Необходимый комплект лицензионного программного обеспечения

- MicrosoftWindows (Лицензия № 60290784), бессрочная;
- MicrosoftOffice (Лицензия № 60127446), бессрочная;
- ABBY FineReader (лицензия № FCRP-1100-1002-3937), бессрочная;
- CalculateLinux (внесён в ЕРПП Приказом Минкомсвязи №665 от 30.11.2018-2020), бессрочная;
- Google G Suite for Education (IC: 01i1p5u8), бессрочная;
- Kaspersky Endpoint Security (Лицензия № 280E-210210-093403-420-2061), с 25.01.2023 г. по 03.03.2025 г.;
- Kaspersky Endpoint Security. Договор №0379400000325000001/1 от 28.02.2025 г. Срок действия лицензии с 27.02.2025 г. по 07.03.2027 г.

9.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

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>.
4. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования - <http://fgosvo.ru>.
5. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (ФЦИОР) – <http://edu.ru>.
6. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) – <http://school-collection.edu.ru>.
7. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» (ИС «Единое окно») – <http://window/edu.ru>.

10. Особенности организации образовательного процесса для лиц с ограниченными возможностями здоровья

В ФГБОУ ВО «Карачаево-Черкесский государственный университет имени У.Д. Алиева» созданы условия для получения высшего образования по образовательным программам обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ).

Специальные условия для получения образования по ОПВО обучающимися с ограниченными возможностями здоровья определены «[Положением об обучении лиц с ОВЗ в КЧГУ](#)», размещенным на сайте Университета по адресу: <http://kchgu.ru>.

11. Лист регистрации изменений

В рабочей программе внесены следующие изменения:

Изменение	Дата и номер протокола ученого совета факультета/ института, на котором были рассмотрены вопросы о необходимости внесения изменений в ОПВО	Дата и номер протокола ученого совета Университета, на котором были утверждены изменения в ОПВО