

МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ДЕПАРТАМЕНТ НАУЧНО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЙ ПОЛИТИКИ И ОБРАЗОВАНИЯ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДОНСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО Донской ГАУ)

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по УР и ЦТ
Ширяев С.Г.
«29» августа 2023 г.
м.п.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Общая физическая подготовка

Направление подготовки 05.03.06 Экология и природопользование
Направленность программы Экология и природопользование
Форма обучения Очная, заочная

Программа разработана:

Габибов А.Б. _____ зав. кафедрой _____ канд. с.-х. наук _____ доцент _____
ФИО (подпись) (должность) (степень) (звание)

Рекомендовано:

Заседанием кафедры физического воспитания
протокол заседания от 28.08.2023 г. № 1 Зав. кафедрой _____ Габибов А.Б.
(подпись) ФИО

п. Персиановский, 2023 г.

1. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

1.1 Планируемый процесс обучения по дисциплине направлен на формирование следующих компетенций:

ОК-7- способность к самоорганизации и самообразованию

ОК-8- способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

1.2 Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы бакалавриата по направлению подготовки 05.03.06 Экология и природопользование, направленность Экология и природопользование, представлены в таблице.

Планируемые результаты обучения (этапы формирования компетенций)	Компетенции
<i>Знание</i>	
Влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек	ОК-7
Средства и методы физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ОК-8
<i>Умение</i>	
Уметь применять средства и методы физической культуры для физкультурного самопознания и самосовершенствования	ОК-7
Уметь применять средства и методы физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности,	ОК-8
<i>Навык:</i>	
Владеть навыками применения средств и методов физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ОК-8
Владеть навыками применения средств и методов физической культуры для обеспечения физкультурного самопознания и самосовершенствования.	ОК-7
<i>Опыт деятельности</i>	
применения средств и методов физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ОК-8
применения средств и методов физической культуры для обеспечения физкультурного самопознания и самосовершенствования	ОК-7

2. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ В ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦАХ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ, ВЫДЕЛЕННЫХ НА КОНТАКТНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ПРЕПОДАВАТЕЛЕМ И НА САМОСТОЯТЕЛЬНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Курс, семестр	Трудоем- кость З.Е. / час.	Контактная работа с преподавателем			Самостоятельная работа, час.	Форма промежуточной аттестации (экз./зачет с оценк./зачет)
		Лекций, час.	Практич. занятий, час.	Контактная работа на промежуточную аттестацию, час.		
заочная форма обучения 2019 год набора						
1/1	328	-	8	-	319,8	зачет
очная форма обучения 2020 год набора						
1/1	54	-	32	--	22	зачет
1/2	54	-	32	-	22	зачет
2/3	54	-	36	-	18	зачет
2/4	54	-	36	-	22	зачет
3/5	54	-	36	-	18	зачет
3/6	54	-	32	-	22	зачет
заочная форма обучения 2020 год набора						
1/1	328	-	8	-	319,8	зачет

3. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ, СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО РАЗДЕЛАМ С УКАЗАНИЕМ ОТВЕДЕННОГО НА НИХ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ И ВИДОВ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ

3.1 Структура дисциплины состоит из разделов (тем):

Структура дисциплины				
Раздел 1 «Методы оценки и развития общей выносливости»	Раздел 2 «Методы оценки и развития скоростных способностей»	Раздел 3 «Методы оценки и развития силовых способностей»	Раздел 4 «Методы оценки и развития гибкости»	Раздел 5 «Занятия по видам спорта. Специальная физическая подготовка»

3.2 Содержание занятий лекционного типа по дисциплины, структурированное по разделам с указанием отведенного на них количества академических часов и видов занятий:

- не предусмотрено учебным планом.

3.3 Содержание практических занятий по дисциплине, в том числе элементов практической подготовки, структурированное по разделам с указанием отведенного на них количества академических часов и видов занятий:

№	Наименование раздела(темы) дисциплины	№ и название семинаров / практических занятий / лабораторных работ. <i>Элементы практической подготовки .</i>	Вид текущего контроля	Кол-во часов / форма обучения	
				очно	заочно
				2020	2019, 2020
1	Раздел 1. «Методы оценки и развития общей выносливости»	1.Равномерный, переменный, кроссовый, смешанный методы тренировочной работы. 2.Упражнения для развития общей выносливости. 3.Программа для развития общей выносливости. 4.Средства и методы самоконтроля. 5.Совершенствование упражнений на учебно-тренировочных занятиях и обучение новым двигательным действиям, выполнение заданий с разной интенсивностью и иными интервалами отдыха, специфичными для развития общей выносливости.	тест	42	2
2	Раздел 2. «Методы оценки и развития скоростных способностей»	1.Повторный, переменный, интервальный, смешанный методы тренировочной работы. 2.Упражнения для развития скоростных способностей. 3.Программа для развития скоростных способностей. 4.Средства и методы самоконтроля. 5.Совершенствование упражнений на учебно-тренировочных занятиях и обучение новым двигательным действиям, выполнение заданий с разной интенсивностью и иными интервалами отдыха, специфичными для развития скоростных способностей.	тест	26	1
3	Раздел 3. «Методы оценки и развития силовых способностей»	1.Методы стандартного и переменного упражнения. 2.Круговой метод. 3.Упражнения для развития силовых способностей. 4.Программа для развития силовых способностей. 5.Средства и методы самоконтроля. 6.Совершенствование упражнений на учебно-тренировочных занятиях и обучение новым двигательным действиям, выполнение заданий с разной интенсивностью и иными интервалами отдыха, специфичными для развития силовых способностей.	тест	28	1
4	Раздел 4 «Методы оценки и развития гибкости»	1.Методы стандартного и переменного упражнения. 2.Круговой метод. 3.Упражнения для развития гибкости. 4.Программа для развития подвижности в суставах.	тест	28	1

		5. Средства и методы самоконтроля. 6. Совершенствование упражнений на учебно-тренировочных занятиях и обучение новым двигательным действиям, выполнение заданий с разной интенсивностью и иными интервалами отдыха, специфичными для развития гибкости.			
5	Раздел 5 «Занятия по видам спорта. Специальная физическая подготовка»	Легкая атлетика 1. Легкая атлетика: Обучение и совершенствование специальных упражнений л/атлетов. 2. Обучение технике высокого старта. 3. Обучение финишированию. 4. Обучение и совершенствование техники бега на короткие дистанции 30м. 5. Обучение совершенствованию техники быстрой ходьбы. 6. Развитие выносливости (сочетание бега с ходьбой). 7. Обучение и совершенствование технике прыжка в длину с места. 8. Совершенствование упражнений на учебно-тренировочных занятиях и тестирование физических способностей.	тест	28	1
		Дартс 1. Основы техники броска. 2. Обучение элементам техники броска в дартс: - изготовка; - прицеливание, - хватка (способ удержания дротика); - бросок (способ метания дротика). 3. Обучение элементам техники броска в дартс: - выпуск (способ освобождения дротика из захвата пальцев); - управление дыханием; - согласованное выполнение всех элементов техники броска без дротика; - согласованное выполнение всех элементов техники броска с дротиком кроме выпуска. 4. Обучение выполнению целостного броска: - броски по чистой (белой) мишени; - броски в "белую мишень" (в белый лист бумаги) на кучность; - броски в определенную зону. 5. Обучение выполнению целостного броска: - броски в определенный сектор; - броски по игровому формату без соперника; - броски по игровому формату с соперником. 6. Обучение и совершенствование бросков: - с отметкой прицеливания, - с выносом. - с разных дистанций. 7. Разработка комплекса для формирования профессионально-прикладных физических	тест	26	1

	<p>качеств и навыков.</p> <p>8. Проведение комплекса для формирования профессионально-прикладных физических качеств и навыков.</p> <p>9. Совершенствование скоростных, скоростно-силовых способностей, выносливости на учебно-тренировочных занятиях и тестирование физических способностей.</p>			
	<p>Настольный теннис</p> <p>1. Обучения способам хватки ракетки (горизонтальная, вертикальная).</p> <p>2. Обучение шагам и перемещениям во время игры.</p> <p>3. Обучение и совершенствование прямых ударов.</p> <p>4. Обучение и совершенствование защитного удара «срезка-справа».</p> <p>5. Обучение и совершенствование защитного удара «срезка-слева».</p> <p>6. Обучение и совершенствование удара «подрезка слева».</p> <p>7. Обучение и совершенствование удара «подрезка справа».</p> <p>8. Обучение и совершенствование нападающего удара «накат слева».</p> <p>9. Обучение и совершенствование нападающего удара «наката справа».</p> <p>10. Проведение комплекса для формирования профессионально-прикладных двигательных умений и навыков по настольному теннису.</p> <p>11. Совершенствование упражнений на учебно-тренировочных занятиях и тестирование физических способностей.</p>	тест	26	1
ИТОГО			204	8

3.4 Содержание самостоятельной работы обучающихся по дисциплине, структурированное по разделам с указанием отведенного на них количества академических часов и видов самостоятельной работы:

№	Наименование раздела(темы) дисциплины	Вид самостоятельной работы	Кол-во часов/форма обучения	
			очно	заочно
			2020	2019, 2020

1	<p>Раздел 1. Методы оценки и развития общей выносливости.</p>	<p>1.Понятие, структура и содержание физического качества. 2.Факторы и условия, детерминирующие проявление общей выносливости. 3.Сенситивные периоды развития общей выносливости. 4.Методы оценки выраженности общей выносливости. 5.Средства и методы развития общей выносливости. 6.Гендерные и возрастные особенности обучающихся, которые необходимо учитывать при составлении дифференцированных и индивидуальных программ развития общей выносливости.</p>	25	45,8
2	<p>Раздел 2. Методы оценки и развития скоростных способностей</p>	<p>1.Понятие, структура и содержание скоростных способностей. 2.Факторы и условия, детерминирующие проявление скоростных способностей. 4.Сенситивные периоды развития скоростных способностей. 5.Методы оценки выраженности скоростных способностей 6. Средства и методы развития скоростных способностей. 7.Гендерные и возрастные особенности обучающихся, которые необходимо учитывать при составлении дифференцированных и индивидуальных программ развития скоростных способностей.</p>	25	45
3	<p>Раздел 3. Методы оценки и развития силовых способностей</p>	<p>1.Понятие, структура и содержание силовых способностей. 2.Факторы и условия, детерминирующие проявление силовых способностей. 3.Сенситивные периоды развития силовых способностей. 4. Методы оценки выраженности силовых способностей. 5.Средства и методы развития силовых способностей. 6.Гендерные и возрастные особенности обучающихся, которые необходимо учитывать при составлении дифференцированных и индивидуальных программ развития силовых способностей</p>	25	45
4	<p>Раздел 4 Методы оценки и</p>	<p>1.Понятие, структура и содержание физического качества.</p>	25	45

	развития гибкости	2.Факторы и условия, детерминирующие проявление гибкости. 3.Сенситивные периоды развития гибкости. 4. Методы оценки выраженности гибкости. 5.Средства и методы развития гибкости. 6.Гендерные и возрастные особенности обучающихся, которые необходимо учитывать при составлении дифференцированных и индивидуальных программ развития гибкости.		
5	Раздел 5 Занятия по видам спорта. Специальная физическая подготовка	Легкая атлетика 1.Характеристика легкой атлетики. 2.Виды легкой атлетики. 3.Техника безопасности. 4.Техника и тактика выполнения легкоатлетических упражнений. 5.Контроль и самоконтроль. 6.Воздействие занятий легкой атлетикой на физическое развитие и психические качества и свойства личности. 7.Правила, организация и проведение соревнований.	10	45
		Дартс 1.Характеристика игры в дартс. 2.Материальная часть дротика (форма, конструкция, устройство, предназначение и т.д.); материально-техническое обеспечение игровых мест; экипировка студента. 3.Рациональные способы подсчета очков (таблица окончаний). 4.Правила игр правила соревнований по дартс.	5	45
		Настольный теннис 1.Характеристика настольного тенниса. 2.Техника безопасности. 3.Техника и тактика выполнения специальных упражнений. 4.Контроль и самоконтроль. 5. Воздействие занятий настольным теннисом на физическое развитие и психические качества и свойства личности 6.Правила, организация и проведение соревнований по настольному теннису	9	45
Контрольные часы			-	4
Контактные часы на промежуточную аттестацию			-	0,2
Итого			124	320

1. Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья установлен особый порядок освоения элективной дисциплины по физической культуре и спорту: Общая физическая подготовка с учетом состояния их здоровья.

Контактная работа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья с преподавателем распределена по следующие работы:

- практические занятия*;
- самостоятельная работа.

*Примечание: 50% и более учебного времени занятий отводится на практическую часть, а остальное – на усвоение теоретических и методических основ физической культуры.

Структура дисциплины Общая физическая подготовка для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья состоит из 4-и разделов (тем):

- Раздел 1. Историко-организационные основы адаптивной физической культуры.
- Раздел 2. Общая характеристика адаптивной физической культуры.
- Раздел 3. Общая характеристика основных видов адаптивной физической культуры.
- Раздел 4. Адаптивные виды спорта (шахматы, шашки, нарды).

4. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

№ раздела дисциплины	Наименование учебно-методических материалов	Количество в библиотеке / ссылка на ЭБС
Раздел 1 «Методы оценки и развития общей выносливости»	Корнев, В. Г. Физическая культура : курс лекций / В.Г. Корнев, А.Б. Габибов, Н.К. Кадыкова. – Персиановский: ДонГАУ, 2007. - 136 с. - URL: http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4649 (дата обращения: 09.06.2023). – Текст : электронный.	http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4649
	Габибов, А.Б. Технология обучения передачи мяча в волейболе : методическое пособие для студентов спортивного отделения и основной группы. Часть 1 / А. Б. Габибов, А. В. Дукальская. - Персиановский :ДонГАУ, 2007. - 26 с. - URL: http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4633 (дата обращения 09.06.2023). - .Текст : электронный	http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4633
	Чеснова, Е. Л. Физическая культура : учебное пособие : [16+] / Е. Л. Чеснова. – Москва : Директ-Медиа, 2013. – 161 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210945 (дата обращения: 09.06.2023). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4458-3076-4. – DOI 10.23681/210945. – Текст : электронный.	http://biblioclub.ru/index.php?page=book_view&book_id=210945
	Габибов, А.Б. Силовая подготовка : учебное пособие для студентов всех специальностей. Часть 2 / А.Б. Габибов. – Персиановский: ДонГАУ, 2010, - 72 с. - URL: http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4647 (дата обращения 09.06.2023). - .Текст : электронный .	http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4647
Раздел 2 «Методы оценки и развития скоростных способностей»	Корнев, В. Г. Физическая культура : курс лекций / В.Г. Корнев, А.Б. Габибов, Н.К. Кадыкова. – Персиановский: ДонГАУ, 2007. - 136 с. - URL: http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4649 (дата обращения 09.06.2023). - .Текст : электронный	http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4649
	Габибов, А.Б. Технология обучения передачи мяча в волейболе : методическое пособие для студентов спортивного отделения и основной группы. Часть 1 / А. Б. Габибов, А. В. Дукальская. - Персиановский :ДонГАУ, 2007. - 26 с. - URL: http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4633 (дата обращения 09.06.2023). - .Текст : электронный	http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4633
	Чеснова, Е. Л. Физическая культура : учебное пособие : [16+] / Е. Л. Чеснова. – Москва : Директ-Медиа, 2013. – 161 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210945 (дата обращения: 09.06.2023). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4458-3076-4. – DOI 10.23681/210945. – Текст : электронный.	http://biblioclub.ru/index.php?page=book_view&book_id=210945
	Габибов, А.Б. Легкая атлетика : учебное пособие для студентов	http://ebs.rgazu.ru/?q=node

	всех направлений. Часть 1/ А. Б. Габибов. – Персиановский: Донской ГАУ, 2016. - 64с. - URL: http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4640 (дата обращения 09.06.2023). - Текст : электронный .	/4640
Раздел 3 «Методы оценки и развития силовых способностей»	Корнев, В. Г. Физическая культура : курс лекций / В.Г. Корнев, А.Б. Габибов, Н.К. Кадыкова. – Персиановский: ДонГАУ, 2007. - 136 с. - URL: http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4649 (дата обращения 09.06.2023). - Текст : электронный	http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4649
	Габибов, А.Б. Физическая культура : методические рекомендации для выполнения реферативных работ / А.Б. Габибов. - Персиановский : ДонГАУ, 2014. - 48 с. - URL: http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4650 (дата обращения: 09.06.2023). - Текст : электронный.	http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4650
	Габибов, А.Б. Технология обучения передачи мяча в волейболе : методическое пособие для студентов спортивного отделения и основной группы. Часть 1 / А. Б. Габибов, А. В. Дукальская. - Персиановский :ДонГАУ, 2007. - 26 с. - URL: http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4633 (дата обращения 09.06.2023). - Текст : электронный	http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4633
	Чеснова, Е. Л. Физическая культура : учебное пособие : [16+] / Е. Л. Чеснова. – Москва : Директ-Медиа, 2013. – 161 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210945 (дата обращения: 09.06.2023). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4458-3076-4. – DOI 10.23681/210945. – Текст : электронный.	http://biblioclub.ru/index.php?page=book_view&book_id=210945
	Габибов, А.Б. Силовая подготовка : учебное пособие для студентов всех специальностей. Часть 2 / А.Б. Габибов. – Персиановский: ДонГАУ, 2010, - 72 с. - URL: http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4647 (дата обращения 09.06.2023). - Текст : электронный .	http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4647
Раздел 4 «Методы оценки и развития гибкости»	Корнев, В. Г. Физическая культура : курс лекций / В.Г. Корнев, А.Б. Габибов, Н.К. Кадыкова. – Персиановский: ДонГАУ, 2007. - 136 с. - URL: http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4649 (дата обращения 09.06.2023). - Текст : электронный	http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4649
	Габибов, А.Б. Технология обучения передачи мяча в волейболе : методическое пособие для студентов спортивного отделения и основной группы. Часть 1 / А. Б. Габибов, А. В. Дукальская. - Персиановский :ДонГАУ, 2007. - 26 с. - URL: http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4633 (дата обращения 09.06.2023). - Текст : электронный	http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4633
	Чеснова, Е. Л. Физическая культура : учебное пособие : [16+] / Е. Л. Чеснова. – Москва : Директ-Медиа, 2013. – 161 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210945 (дата обращения: 09.06.2023). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4458-3076-4. – DOI 10.23681/210945. – Текст : электронный.	http://biblioclub.ru/index.php?page=book_view&book_id=210945
	Физическая культура и спорт : методические указания по изучению дисциплины и выполнению контрольной работы для учащихся факультета заочного обучения всех направлений /сост.: А. Б. Габибов. – Персиановский: Донской ГАУ, 2016. – 28с. - URL: http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4642 (дата обращения 09.06.2023). - Текст : электронный	http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4642
Раздел 5 «Занятия по видам спорта. Специальная физическая подготовка»	Корнев, В. Г. Физическая культура : курс лекций / В.Г. Корнев, А.Б. Габибов, Н.К. Кадыкова. – Персиановский: ДонГАУ, 2007. - 136 с. - URL: http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4649 (дата обращения 09.06.2023). - Текст : электронный	http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4649
	Габибов, А.Б. Технология обучения передачи мяча в волейболе : методическое пособие для студентов спортивного отделения и основной группы. Часть 1 / А. Б. Габибов, А. В. Дукальская. - Персиановский :ДонГАУ, 2007. - 26 с. - URL:	http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4633

	http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4633 (дата обращения 09.06.2023). - Текст : электронный	
	Чеснова, Е. Л. Физическая культура : учебное пособие : [16+] / Е. Л. Чеснова. – Москва : Директ-Медиа, 2013. – 161 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210945 (дата обращения: 09.06.2023). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4458-3076-4. – DOI 10.23681/210945. – Текст : электронный.	http://biblioclub.ru/index.php?page=book_view&book_id=210945
	Методические рекомендации по использованию методов контроля, самоконтроля и оценки физической подготовленности студентов : методические рекомендации/ сост.: А.Б. Габибов, Н.К. Кадыкова. - Персиановский, ДонГАУ, 2011. - 31с. - URL: http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4637 (дата обращения 09.06.2023). - Текст : электронный .	http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4637

5. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

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

№ Индекс компетенции	Содержание компетенции (или ее части)	В результате учебной дисциплины обучающиеся должны:		
		I этап Знать	II этап Уметь	III этап Навыки (или) опыт деятельности
ОК-7	Способностью к самоорганизации и самообразованию.	Влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек	Уметь применять средства и методы физической культуры для физкультурного самопознания и самосовершенствования	Владеть навыками применения средств и методов физической культуры для обеспечения физкультурного самопознания и самосовершенствования.
ОК-8	Способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Средства и методы физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	применять средства и методы физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	применения средств и методов физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

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

6.2.1 Описание шкалы оценивания сформированности компетенций

Компетенции на различных этапах их формирования оцениваются шкалой: «зачтено», «не зачтено»

5.2.2 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования по текущему контролю

Результат обучения по дисциплине	Критерии и показатели оценивания результатов обучения			
	«не зачтено»	«зачтено»		
<p>I этап</p> <p>Знать Влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек (ОК-7).</p>	<p>Фрагментарное применение знаний Влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек /Отсутствие знаний</p>	<p>В целом успешное, но не систематическое применение знаний Влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек</p>	<p>В целом успешное, но сопровождающееся отдельными ошибками применение знаний Влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек</p>	<p>Успешное и систематическое применение знаний Влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек</p>
<p>II этап</p> <p>Уметь применять средства и методы физической культуры для физкультурного самопознания и самосовершенствования (ОК-7).</p>	<p>Фрагментарное применение умений применять средства и методы физической культуры для физкультурного самопознания и самосовершенствования / Отсутствие умений.</p>	<p>В целом успешное, но не систематическое применение умений применять средства и методы физической культуры для физкультурного самопознания и самосовершенствования</p>	<p>В целом успешное, но сопровождающееся отдельными ошибками применения умения применять средства и методы физической культуры для физкультурного самопознания и</p>	<p>Успешное и систематическое применение умений применять средства и методы физической культуры для физкультурного самопознания и самосовершенствования</p>

			самосовершенство ствования	
<p>III этап Владеть навыками применения средств и методов физической культуры для обеспечения физкультурного самопознания и самосовершенствования (ОК-7).</p>	<p>Фрагментарное применение навыков применения средств и методов физической культуры для обеспечения физкультурного самопознания и самосовершенствования /Отсутствие навыков.</p>	<p>В целом успешное, но не систематическое применение навыков применения средств и методов физической культуры для обеспечения физкультурного самопознания и самосовершенствования</p>	<p>В целом успешное, но сопровождающееся отдельными ошибками применение навыков применения средств и методов физической культуры для обеспечения физкультурного самопознания и самосовершенствования</p>	<p>Успешное и систематическое применение навыков применения средств и методов физической культуры для обеспечения физкультурного самопознания и самосовершенствования</p>
<p>I этап Знать средства и методы физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. (ОК-8).</p>	<p>Фрагментарное применение знаний методы физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности /Отсутствие знаний</p>	<p>В целом успешное, но не систематическое применение знаний методы физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>В целом успешное, но сопровождающееся отдельными ошибками применение знаний методы физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>Успешное и систематическое применение знаний методы физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>
<p>II этап Уметь применять средства и методы физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8).</p>	<p>Фрагментарное применение умений применять средства и методы физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности /</p>	<p>В целом успешное, но не систематическое применение умений применять средства и методы физической культуры для</p>	<p>В целом успешное, но сопровождающееся отдельными ошибками умения применять средства и методы</p>	<p>Успешное и систематическое применение умений применять средства и методы физической культуры для обеспечения полноценной</p>

	Отсутствие умений.	обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	социальной и профессиональной деятельности
<p>III этап</p> <p>Владеть применения средств и методов физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8).</p>	<p>Фрагментарное применение навыков применения средств и методов физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p> <p>/Отсутствие навыков.</p>	<p>В целом успешное, но не систематическое применение навыков применения средств и методов физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>В целом успешное, но сопровождающееся отдельными ошибками применение навыков применения средств и методов физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>Успешное и систематическое применение навыков применения средств и методов физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>

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

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета.

Типовые контрольные вопросы к зачету	Компетенция	Этап формирования
1.Организационно-правовой статус учебной дисциплины «Физическая культура» в вузе.	ОК-7	I этап
2.Средства и методы физкультурного самопознания и самосовершенствования.	ОК-7	I этап
3.Единая спортивная классификация.	ОК-7	I этап
4.Физическая культура-часть человеческой культуры.	ОК-7	I этап
5. Комплексы упражнений оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры.	ОК-8	II этап
6.Профилактика вредных привычек.	ОК-8	III этап
7.Дыхательная гимнастика.	ОК-8	II этап
8.Понятия о социально-биологических основах физической культуры.	ОК-8	I этап
9.Что собой представляет общая и специальная физическая подготовка.	ОК-8	I этап
10. Дневник самоконтроля.	ОК-8	III этап
11.Физическая культура в структуре профессионального образования.	ОК-8	I этап
12.Образ жизни студентов и его влияние на здоровье.	ОК-7	III этап
13.Формирование мотивов и организация занятий физическими упражнениями.	ОК-8	II этап
14.Формирование физической культуры личности.	ОК-7	III этап
15.Показатели тренированности в покое.	ОК-8	III этап
16.Производственная физическая культура, ее цели и задачи. Методические основы.	ОК-8	I этап
17.Социальные функции физической культуры и спорта в современном обществе.	ОК-7	I этап
18.Назовите основные принципы воспитания физических качеств, каковы их особенности?	ОК-8	III этап
19.Методика подбора средств ППФП студентов.	ОК-8	II этап
20. Средства физической культуры.	ОК-7	I этап
21.Дать психофизическую характеристику интеллектуальной деятельности и учебного труда студента.	ОК-8	III этап
22.Взаимосвязь между интенсивностью занятий и ЧСС. Признаки чрезмерной нагрузки.	ОК-8	I этап
23. Компоненты физической культуры: физическое воспитание; физическое развитие; профессионально-прикладная культура; оздоровительно-реабилитационная физическая культура фоновые виды физической культуры; средства физической культуры.	ОК-7	I этап
24.Самооценка собственного здоровья.	ОК-7	I этап
25.Оптимальная двигательная активность и ее воздействие на здоровье и работоспособность.	ОК-8	III этап
26. Понятие «здоровье», его содержание и критерии. Функциональное проявление в различных сферах жизнедеятельности.	ОК-7	I этап
27.Какие средства являются восстановленными для устранения утомления после значительных физических нагрузок?	ОК-8	III этап
28.Студенческий спорт, его организационные особенности. Система студенческих спортивных соревнований.	ОК-8	I этап
29.Определение понятия ППФП, ее цели и задачи. Место ППФП в системе физического воспитания.	ОК-8	I этап
30. Влияние восстановительных процедур на работоспособность.	ОК-8	III этап
31.Популярные виды спорта.	ОК-7	I этап
32.Производственная физическая культура в рабочее время.	ОК-8	I этап
33. Правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности.	ОК-8	I этап
34.Выбор видов спорта для достижения наивысших спортивных	ОК-7	I этап

результатов.		
35.Профессиональная направленность физического воспитания в вузе.	ОК-7	I этап
36.Из каких направлений складывается система спортивной подготовки?	ОК-8	III этап
37.Методы, обеспечивающие сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей.	ОК-8	III этап
38.Диагностика и самодиагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом.	ОК-8	I этап
39. Методы физкультурного самопознания и самосовершенствования.	ОК-7	II этап
40. Методы стандартов, антропометрических индексов, номограмм, функциональных проб, упражнений-тестов для оценки физического развития и физической подготовленности.	ОК-8	I этап
41. Самоконтроль, ее цели, задачи и методы исследования.	ОК-8	III этап
42. Понятие об органах и физиологических системах организма человека.	ОК-8	I этап
43.Здоровый образ жизни студента.	ОК-8	I этап
44. Направленность поведения человека на обеспечение собственного здоровья.	ОК-8	I этап
45. Определение понятия «спорт». Массовый спорт, его цели и задачи. Спорт высших достижений.	ОК-7	I этап
46. Краткая характеристика основных групп видов спорта и современных систем физических упражнений, преимущественно развивающих: выносливость; силу; скоростно-силовые качества и быстроту; координацию движений (ловкость).	ОК-8	I этап
47. Физическая культура и спорт в свободное время. Утренняя гигиеническая гимнастика.	ОК-8	II этап
48. Субъективные и объективные показатели самоконтроля.	ОК-8	I этап
50. Сопутствующие факторы, определяющие содержание ППФП студентов.	ОК-8	I этап
51. Что является основой совершенствования физических качеств?	ОК-8	I этап
52. Дайте определение состояниям напряжение и перетренированность, какие первые признаки?	ОК-8	I этап
53. На основе каких основных закономерностей осуществляется направленное развитие ведущих способностей при воспитании физических качеств и что они устанавливают?	ОК-8	I этап
54. Влияние окружающей среды на здоровье.	ОК-7	I этап
55. Строение и функции опорно-двигательного аппарата.	ОК-7	I этап
56. Какие формы организации тренировочных занятий?	ОК-8	I этап
57. Чувство усталости, являющееся первым вестником утомления, с чем связано и к чему приводит?	ОК-8	III этап
58. Какие факторы являются определяющими динамику работоспособности студентов в учебном году?	ОК-8	I этап
59. Критерии эффективности использования здорового образа жизни.	ОК-7	I этап
60. Механизм проявления гравитационного шока.	ОК-7	I этап
61. Физическое воспитание и совершенствование – условие здорового	ОК-7	I этап

образа жизни.		
62. Подготовка профессиональной деятельности и службе в Вооруженных Силах Российской Федерации.	ОК-8	III этап
63. Выбор видов спорта и утверждений для подготовки К будущей профессиональной деятельности.	ОК-8	I этап
64. Содержательные характеристики составляющих здорового образа жизни.	ОК-8	III этап
65. Каким последствиям ведет отсутствие мышечной активности при студенческом труде?	ОК-8	III этап
66. Обмен энергии. Состав пищи и суточный расход энергии.	ОК-7	I этап
67. Какие упражнения обеспечивают состояние восстановления работоспособность?	ОК-8	II этап
68. ППФП студентов на учебных занятиях и во внеучебное время.	ОК-8	I этап
69. Физиологическая характеристика утомления и восстановления.	ОК-8	I этап
70. Вводная гимнастика. Физкультурная пауза.	ОК-8	II этап
71. Самоконтроль за физической подготовленностью.	ОК-8	I этап
72. Организация и проведение индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях.	ОК-8	III этап
73. Изменения работоспособности студентов в процессе обучения: характеристика суточных изменений, изменения в течении учебного дня; изменения в течение учебной недели; изменения по семестрам и в целом за учебный год.	ОК-8	III этап
74. Физкультурная минутка. Микропауза.	ОК-8	I этап
75. Гигиена самостоятельных занятий. Питание, питьевой режим, уход за кожей. Элементы закаливания.	ОК-8	II этап
76. Граница интенсивности физической нагрузки для лиц студенческого возраста.	ОК-7	II этап
77. Определение нагрузки по показаниям пульса, жизненной емкости легких и частоте дыхания.	ОК-8	II этап
78. Пульсовые режимы рациональной тренировочной нагрузки для лиц студенческого возраста. ЧСС/ПАНО у лиц разного возраста.	ОК-8	II этап
79. Способы физкультурного самосовершенствования с учетом ориентирования профессионального и личностного роста.	ОК-8	III этап
80. Приемы самомассажа и релаксации.	ОК-8	II этап

Задания для подготовки к зачету

ОК-7

Знать

Влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек.

Уметь

применять средства и методы физической культуры для физкультурного самопознания и самосовершенствования.

Навык

применения средств и методов физической культуры для обеспечения физкультурного самопознания и самосовершенствования.

1. Физическая культура-часть человеческой культуры.
2. Профилактика вредных привычек
3. Понятия о социально-биологических основах физической культуры. Дневник самоконтроля. Самоконтроль, ее цели, задачи и методы исследования.
4. Производственная физическая культура, ее цели и задачи. методические основы.
5. Социальные функции физической культуры и спорта в современном обществе. Средства физической культуры.
6. Дать психофизическую характеристику интеллектуальной деятельности и учебного труда студента.

ОК-8

Знать

средства и методы физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Уметь

применять средства и методы физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Навык

применения средств и методов физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

2. Понятие «здоровье», его содержание и критерии. Функциональное проявление в различных сферах жизнедеятельности. Самооценка собственного здоровья.
3. Какие средства являются восстановленными для устранения утомления после значительных физических нагрузок?
4. Формы и содержание самостоятельных занятий
5. Выбор видов спорта для достижения наивысших спортивных результатов.
6. то является основой совершенствования физических качеств?
7. Характеристика и критерии эффективности использования здорового образа жизни.

Оценочные средства закрытого и открытого типа для целей текущего контроля и промежуточной аттестации

ОК-7 способностью к самоорганизации и самообразованию

Задания закрытого типа:

1. Установите соответствие между видами испытаний комплекса ГТО и двигательной способности человека

1. бег на 60 или 100 метров
2. прыжок в длину с места
3. метание мяча в цель
4. подтягивание на перекладине
5. наклон из положения стоя
6. бег на 2 км

- а) скоростно-силовые способности
- б) координационные способности
- в) скоростные способности
- г) выносливость
- д) гибкость
- е) силовые способности

Правильный ответ: 1 – в, 2 – а, 3 – б, 4 – е, 5 – д, 6 – г

2. Расположите в правильной последовательности фазы работоспособности в течение дня:

- 1) вработывание
- 2) неустойчивая компенсация
- 3) оптимальная работоспособность
- 4) полная компенсация
- 5) снижение работоспособности

Правильный ответ: 1, 3, 4, 2, 5

3. Умственную работу следует прерывать физкультурными паузами через каждые ... минут:

- 1) 25-30;
- 2) 40-45;
- 3) 55-60;
- 4) 70-75.

Правильный ответ: 4

4. Какие упражнения следует включать в комплекс утренней гигиенической гимнастики?

- 1) упражнения на гибкость
- 2) дыхательные упражнения
- 3) упражнения на выносливость
- 4) упражнения для всех групп мышц
- 5) упражнения на верхний плечевой пояс

Правильный ответ: 1, 2, 4

5. Оптимальный объем двигательной активности студентов должен составлять:

- 1) 1 час в неделю
- 2) 2-3 часа в неделю
- 3) 6-8 часов в неделю

Правильный ответ: 3

Задания открытого типа:

1. Общая выносливость лучше всего развивается с помощью физических упражнений _____ характера

Правильный ответ: циклического

2. Для самостоятельных занятий наиболее эффективным считается способ _____ повышения нагрузки.

Правильный ответ: ступенчатого

3. _____ подготовка – это процесс становления умений и навыков, обеспечивающих эффективное использование функционального потенциала спортсмена для достижения наивысших результатов в соревновательных действиях, а также планомерное техническое совершенствование на различных этапах подготовки

Правильный ответ: техническая

4. _____ подготовка в теории и практике спортивной тренировки понимается как умение спортсмена грамотно построить ход борьбы с учетом

особенностей вида спорта, своих индивидуальных особенностей, возможностей соперников и создавшихся внешних условий

Правильный ответ: тактическая

5. Разновидности социальной функции физической культуры: социализирующая, интегративная, зрелищная, семейно-бытовая, воспитательная, престижная и _____

Правильный ответ: коммуникативная

6. Под _____ силой подразумеваются наивысшие возможности, которые спортсмен способен проявить при максимальном произвольном мышечном сокращении

Правильный ответ: максимальной

7. _____ в режиме учебного (рабочего) дня применяется при возникновении первых признаков снижения работоспособности для повышения производительности труда

Правильный ответ: физкультурная пауза

8. _____ – предельное, максимальное усилие, которое спортсмен может развить в динамическом или статическом режиме

Правильный ответ: абсолютная сила

9. _____ – величина силы, приходящаяся на 1 кг веса спортсмена

Правильный ответ: относительная сила

10. Наиболее часто в практике различают _____ и специальную выносливость

Правильный ответ: общую

11. Различают активную гибкость (проявляемую за счет собственных мышечных усилий) и _____ (проявляемую под воздействием внешних сил – сопротивления опоры или среды, силы тяжести или усилий партнера)

Правильный ответ: пассивную

12. В зависимости от численного состава занимающихся используются индивидуальные _____ и массовые формы занятий физической культурой

Правильный ответ: групповые

13. По систематичности проведения различают регулярные (УФЗ), еженедельные (туристские походы по выходным дням), _____ формы занятий

Правильный ответ: эпизодические

14. _____ проводится в течение 1–2 мин и включает 2–3 упражнения общего и локального воздействия, которые служат для снятия утомления с анализаторных и мышечных систем.

Правильный ответ: физкультурная минутка

15. Под _____ выносливостью следует понимать способность длительное время поддерживать эффективную работоспособность в определенном виде двигательной деятельности

Правильный ответ: специальной

ОК-8 способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Задания закрытого типа:

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

- 1) на прямые ноги
- 2) мягко, пружинисто приседая
- 3) приседая и совершая кувырок или бросок на руки
- 4) приседая

Правильный ответ: 1

2. Основное специфическое средство физического воспитания

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

Правильный ответ: 1

3. Физическое воспитание осуществляется на основе обязательных государственных программ по физической культуре и спорту. Эти программы содержат:

- 1) общие социально-педагогические принципы системы физического воспитания
- 2) перечень конкретных норм и требований
- 3) разрядные нормативы и требования по видам спорта
- 4) научно обоснованные задачи и средства физического воспитания
- 5) комплексы двигательных умений и навыков, подлежащих усвоению
- 6) методики занятий физическими упражнениями

Правильный ответ: 2, 4, 5

4. Установите правильную последовательность выполнения упражнений для формирования правильной осанки

- 1) упражнения на развитие гибкости
- 2) на развитие мышц брюшного пресса
- 3) на формирование поз тела и походки
- 4) на развитие мышечно-суставной чувствительности

Правильный ответ: 3, 4, 1, 2

5. Соотнесите термины с их определениями

- 1) физические упражнения
- 2) физическая подготовка
- 3) физические качества
- 4) физические способности

а) совокупная характеристика физических возможностей человека, включающая показатели его физического развития и степень владения основными двигательными качествами

б) это совокупность биологических и психических свойств личности человека, выражающие его физическую готовность осуществлять активные двигательные действия.

в) относительно устойчивые, врожденные и приобретенные функциональные возможности органов и структур организма, взаимодействие которых обуславливает эффективность выполнения двигательных действий.

г) двигательные действия и их комплексы, систематизированные для физического развития человека.

Правильный ответ: 1 – г, 2 – а, 3 – б, 4 – в

Задания открытого типа:

1. Различают 3 вида специальной выносливости: скоростная, силовая и _____

Правильный ответ: статистическая

2. В контексте социальной многопризнаковости физкультурно-спортивной деятельности следует выделить следующие компоненты: физкультурно-образовательный; физкультурно-спортивный; физкультурно-рекреационный; физкультурно-реабилитационный; _____

Правильный ответ: физкультурно-адаптационный

3. К какой физической подготовке относятся следующие упражнения: развитие силы, развитие гибкости, развитие прыгучести, развитие быстроты, развитие выносливость. Это _____ физическая подготовка

Правильный ответ: специальная

4. Степень владения техникой действия, при которой управление движением происходит _____

автоматически, и действия отличаются надежностью – это _____

Правильный ответ: двигательный навык

5. Специально направленное и избирательное использование средств физической культуры и спорта для подготовки человека к определенной профессиональной деятельности – это _____

Правильный ответ: производственная физическая культура

6. ППФП (профессионально-прикладная физическая подготовка) строится на основе и в единстве с _____

Правильный ответ: физической подготовкой

7. Определение повседневных изменений в подготовке занимающихся – это _____

Правильный ответ: педагогический оперативный контроль

8. Основным средством физической культуры являются _____

Правильный ответ: физические упражнения

9. _____ - деятельность людей, направленная на общее физическое оздоровление и укрепление на уровне рекреации

Правильный ответ: массовый спорт

10. _____ используется для снижения утомления и сохранения работоспособности на необходимом уровне в процессе учебных занятий или труда

Правильный ответ: физкультурная пауза

11. _____ - процесс изменения форм и функций организма человека под влиянием условий жизни и воспитания

Правильный ответ: физическое развитие

12. _____ - организованная активная, целеустремленная деятельность человека по систематическому формированию и развитию у себя положительных и устранению отрицательных качеств в соответствии с осознанной потребности отвечать социальным требованиям к уровню здоровья, физического развития и двигательной подготовленности, а также личной стратегии физического совершенствования.

Правильный ответ: самовоспитание

13. _____ - уникальный метод самопознания, помогает наблюдать на основе выделенных критериев за качествами и свойствами личности.

Правильный ответ: самонаблюдение

14. _____ - индивидуальный, самостоятельно и регулярно заполняемый документ, отражающий динамику самочувствия, антропометрических показателей, различных показателей функционального состояния человека, резерв его основных функциональных систем и других показателей, необходимых для экспресс-оценки здоровья.

Правильный ответ: дневник здоровья

15. _____ - это питание человека, которое учитывает его физиологические потребности в энергетической ценности, полезных питательных веществах (белки, жиры, углеводы, витамины, минералы, микроэлементы, другие полезные вещества) основываясь на данных о возрасте, заболеваниях, физической активности, занятости, окружающей среде.

Правильный ответ: рациональное (питание)

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

Оценка знаний, умений, навыка и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций по дисциплине проводится в форме текущего контроля и промежуточной аттестации.

Текущий контроль проводится в течение семестра с целью определения уровня усвоения обучающимися знаний, формирования умений и навыков, своевременного выявления преподавателем недостатков в подготовке обучающихся и принятия необходимых мер по ее корректировке, а так же для совершенствования методики обучения, организации учебной работы и оказания обучающимся индивидуальной помощи.

К текущему контролю относятся проверка знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности обучающихся:

- на занятиях (выполнение заданий);
- по результатам выполнения индивидуальных заданий (реферат, контрольные задания);

- по результатам отчета обучающихся в ходе индивидуальной консультации преподавателя, проводимой в часы самостоятельной работы, по имеющимся задолженностям.

Для достижения комплексная оценка качества учебной работы обучающихся внедрена балльно-рейтинговой системы оценки учебных достижений обучающихся.

Балльно-рейтинговая система оценки учебных достижений обучающихся направлена на решение следующих задач:

- повышение мотивации обучающихся к освоению образовательных программ путем более высокой дифференциации оценки их учебной работы;

- повышение уровня организации образовательного процесса в университете.

Порядок начисления баллов доводится до сведения каждого обучающегося в начале семестра изучения дисциплины.

Максимальная сумма (100 баллов), набираемая студентом по дисциплине включает две составляющие:

- первая составляющая – оценка регулярности, своевременности и качества выполнения студентом учебной работы по изучению дисциплины в течение периода изучения дисциплины (семестра, или нескольких семестров) (сумма – не более 85 баллов). Баллы, характеризующие успеваемость студента по дисциплине, набираются им в течение всего периода обучения за изучение отдельных тем и выполнение отдельных видов работ.

- вторая составляющая – оценка знаний студента по результатам промежуточной аттестации (не более 15 –баллов).

Общий балл текущего контроля складывается из следующих составляющих:

- посещаемость – студенту, посетившему все занятия, начисляется 20 баллов;

- выполнение заданий по дисциплине в течение семестра в соответствии с учебным планом. Студенту, выполнившему в срок и с высоким качеством все требуемые задания, начисляется максимально 20 баллов;

- контрольные мероприятия (сдача нормативов) – максимальная оценка 25 баллов.

- бонусы - 20 баллов. До проведения промежуточной аттестации преподаватель может в качестве поощрения начислить обучающемуся до 20 дополнительных (бонусных) баллов за проявление академической активности в ходе изучения дисциплины, выполнение индивидуальных заданий с оценкой «отлично», активное участие в групповой проектной работе, непосредственное участие в НИРС и т.п. Порядок начисления бонусных баллов должен быть отражен в фондах оценочных средств рабочей программы дисциплины. Начисление бонусных баллов производится на последнем занятии.

График контрольных мероприятий текущего контроля по дисциплине Общая физическая подготовка

Наименование темы контрольного мероприятия	Формируемая компетенция	Этап формирования компетенции	Форма контрольного мероприятия	Дата проведения контрольного мероприятия
Раздел 1 Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.	ОК-7, ОК-8	I этап II этап III этап	Контрольный устный опрос	Октябрь - Декабрь
Раздел 2 Социально-биологические основы физической культуры.	ОК-7, ОК-8	I этап II этап III этап		
Раздел 3 Здоровый образ жизни. Физическая культура в обеспечении здоровья.	ОК-7, ОК-8	I этап II этап III этап	Контрольный письменный опрос	Январь - Февраль
Раздел 4 Психофизиологические	ОК-7, ОК-8	I этап II этап		

основы учебного труда и интеллектуальной деятельности студентов. Средства физической культуры в регулировании работоспособности		III этап		
Раздел 5 Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания.	ОК-7, ОК-8	I этап II этап III этап	Реферат	Март Апрель

Устный опрос – наиболее распространенный метод контроля знаний студентов, предусматривающий уровень овладения компетенциями, в т. ч. полноту знаний теоретического контролируемого материала.

При устном опросе устанавливается непосредственный контакт между преподавателем и студентом, в процессе которого преподаватель получает широкие возможности для изучения индивидуальных особенностей усвоения студентами учебного материала.

Устный опрос по дисциплине проводится на основании самостоятельной работы студента по каждому разделу. Вопросы представлены в планах лекций по дисциплине.

Различают фронтальный, индивидуальный и комбинированный опрос. *Фронтальный* опрос проводится в форме беседы преподавателя с группой. Он органически сочетается с повторением пройденного, являясь средством для закрепления знаний и умений. Его достоинство в том, что в активную умственную работу можно вовлечь всех студентов группы. Для этого вопросы должны допускать краткую форму ответа, быть лаконичными, логически увязанными друг с другом, даны в такой последовательности, чтобы ответы студентов в совокупности могли раскрыть содержание раздела, темы. С помощью фронтального опроса преподаватель имеет возможность проверить выполнение студентами домашнего задания, выяснить готовность группы к изучению нового материала, определить сформированность основных понятий, усвоение нового учебного материала, который только что был разобран на занятии. Целесообразно использовать фронтальный опрос также перед проведением практических работ, так как он позволяет проверить подготовленность студентов к их выполнению.

Вопросы должны иметь преимущественно поисковый характер, чтобы побуждать студентов к самостоятельной мыслительной деятельности.

Индивидуальный опрос предполагает объяснение, связные ответы студентов на вопрос, относящийся к изучаемому учебному материалу, поэтому он служит важным средством развития речи, памяти, мышления студентов. Чтобы сделать такую проверку более глубокой, необходимо ставить перед студентами вопросы, требующие развернутого ответа.

Вопросы для индивидуального опроса должны быть четкими, ясными, конкретными, емкими, иметь прикладной характер, охватывать основной, ранее пройденный материал программы. Их содержание должно стимулировать студентов логически мыслить, сравнивать, анализировать сущность явлений, доказывать, подбирать убедительные примеры, устанавливать причинно-следственные связи, делать обоснованные выводы и этим способствовать объективному выявлению знаний студентов. Вопросы обычно задают всей группе и после небольшой паузы, необходимой для того, чтобы все студенты поняли его и приготовились к ответу, вызывают для ответа конкретного студента.

Для того чтобы вызвать при проверке познавательную активность студентов всей группы, целесообразно сочетать индивидуальный и фронтальный опрос. Длительность устного опроса зависит от учебного предмета, вида занятий, индивидуальных особенностей студентов.

В процессе устного опроса преподавателю необходимо побуждать студентов использовать при ответе схемы, графики, диаграммы.

Заключительная часть устного опроса – подробный анализ ответов студентов. Преподаватель отмечает положительные стороны, указывает на недостатки ответов, делает вывод о том, как изучен учебный материал. При оценке ответа учитывает его правильность и полноту, сознательность, логичность изложения материала, культуру речи, умение увязывать теоретические положения с практикой, в том числе и с будущей профессиональной деятельностью.

Критерии и шкалы оценивания устного опроса

Критерии оценки при текущем контроле	Оценка
Студент отсутствовал на занятии или не принимал участия. Неверные и ошибочные ответы по вопросам, разбираемым на семинаре	«неудовлетворительно»
Студент принимает участие в обсуждении некоторых проблем, даёт расплывчатые ответы на вопросы. Описывая тему, путается и теряет суть вопроса. Верность суждений, полнота и правильность ответов – 40-59 %	«удовлетворительно»
Студент принимает участие в обсуждении некоторых проблем, даёт ответы на некоторые вопросы, то есть не проявляет достаточно высокой активности. Верность суждений студента, полнота и правильность ответов 60-79%	«хорошо»
Студент демонстрирует знание материала по разделу, основанные на знакомстве с обязательной литературой и современными публикациями; даёт логичные, аргументированные ответы на поставленные вопросы. Высокая активность студента при ответах на вопросы преподавателя, активное участие в проводимых дискуссиях. Правильность ответов и полнота их раскрытия должны составлять более 80%	«отлично»

Критерии и шкалы оценивания рефератов (докладов)

Оценка	Профессиональные компетенции	Отчетность
5	Работа выполнена на высоком профессиональном уровне. Полностью соответствует поставленным в задании целям и задачам. Представленный материал в основном верен, допускаются мелкие неточности. Студент свободно отвечает на вопросы, связанные с докладом. Выражена способность к профессиональной адаптации, интерпретации знаний из междисциплинарных областей	Письменно оформленный доклад (реферат) представлен в срок. Полностью оформлен в соответствии с требованиями.
4	Работа выполнена на достаточно высоком профессиональном уровне, допущены несколько существенных ошибок, не влияющих на результат. Студент отвечает на вопросы, связанные с докладом, но недостаточно полно.	Письменно оформленный доклад (реферат) представлен в срок, но с некоторыми недоработками.
3	Уровень недостаточно высок. Допущены существенные ошибки, не существенно влияющие на конечное восприятие материала. Студент может ответить лишь на некоторые из заданных вопросов, связанных с докладом.	Письменно оформленный доклад (реферат) представлен со значительным опозданием (более недели). Имеются отдельные недочеты в оформлении.
2 и ниже	Работа выполнена на низком уровне. Допущены грубые ошибки. Ответы на связанные с докладом вопросы обнаруживают непонимание предмета и отсутствие ориентации в материале доклада.	Письменно оформленный доклад (реферат) представлен со значительным опозданием (более недели). Имеются существенные недочеты в оформлении.

Процедура оценивания компетенций обучающихся основана на следующих стандартах:

1. Периодичность проведения оценки (по каждому разделу дисциплины).
2. Многоступенчатость: оценка (как преподавателем, так и студентами группы) и самооценка обучающегося, обсуждение результатов и комплекс мер по устранению недостатков.

3. Единство используемой технологии для всех обучающихся, выполнение условий сопоставимости результатов оценивания.

4. Соблюдение последовательности проведения оценки: предусмотрено, что развитие компетенций идет по возрастанию их уровней сложности, а оценочные средства на каждом этапе учитывают это возрастание. Так по каждому разделу дисциплины идет накопление знаний, на проверку которых направлены такие оценочные средства как устный опрос и подготовка докладов. Далее проводится задачное обучение, позволяющее оценить не только знания, но умения, навык и опыт применения студентов по их применению. На заключительном этапе проводится тестирование, устный опрос или письменная контрольная работа по разделу.

Текущий контроль по дисциплине для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья оценивает степень освоения отдельной темы, вида деятельности и определенной двигательной деятельности. Критерием успешности освоения учебного материала является оценка преподавателя, учитывающая регулярность посещения обязательных учебных занятий, знаний теоретического раздела программы и выполнение заданий. После каждого занятия преподаватель проставляет в журнале балльную оценку за занятие, а также может проставить дополнительные баллы, в случае написания студентом реферативных работ.

В семестре предусмотрена сдача зачета, по результатам работы в семестре студенту выставляется:

- «зачтено» - от 40 баллов;
- «не зачтено» - менее 40 баллов.

Добор баллов. В случае пропуска студентом семестрового контрольного мероприятия по уважительной причине преподаватель должен предоставить студенту возможность сдать данную тему.

Суммы баллов, набранные студентом по результатам каждого текущего контроля, заносятся преподавателем, в соответствующую форму единой ведомости, используемую в течение всего семестра, которая хранится в деканате.

Итоги текущего контроля подводятся в последний рабочий день каждого месяца изучения дисциплины, копии передаются в деканат. Оригинал ведомости хранится у преподавателя до завершения изучения дисциплины, и затем, передается в деканат. Копия ведомости хранится на кафедре.

Преподаватель ведет журнал учета данных текущего контроля, своевременно доводит до сведения студентов информацию, содержащуюся в журнале и предоставляет в деканат в последний рабочий день месяца. Итоги промежуточной аттестации вносятся преподавателем в ведомость учета итогового рейтинга по дисциплине и в обязательном порядке доводятся до сведения студентов. Деканат формирует академический рейтинг студентов в конце каждого семестра.

До проведения промежуточной аттестации всем обучающимся предоставляется возможность добора баллов с целью достижения порогового значения (40 баллов) или, при наличии документально подтвержденной уважительной причины пропусков занятий, повышения уровня оценки.

Виды контрольных мероприятий для добора баллов преподаватель устанавливает индивидуально для каждого обучающегося.

Процедура промежуточной аттестации проходит в соответствии с Положением о текущем контроле и промежуточной аттестации обучающихся.

Промежуточная аттестация осуществляется, в конце каждого семестра и представляет собой итоговую оценку знаний по дисциплине в виде выставления зачета, дифференцированного зачета, защиты реферата, если она является самостоятельным видом учебной работы студента, а не формой проверки знаний по дисциплине.

Промежуточная аттестация может проводиться в устной, письменной форме.

Итоговый рейтинг по дисциплине отражает качество освоения обучающимся учебного материала. Максимальная сумма баллов, которая может быть учтена в индивидуальном рейтинге обучающегося в семестре по каждой дисциплине, не может превышать 100 баллов (включая бонусные баллы). Практика (учебная, производственная), НИРС и курсовая работа (проект) рассматриваются как самостоятельная учебная дисциплина.

- Аттестационные испытания проводятся преподавателем, ведущим лекционные занятия по данной дисциплине, или преподавателями, ведущими практические занятия (кроме устного экзамена). Присутствие посторонних лиц в ходе проведения аттестационных испытаний без разрешения ректора или проректора не допускается (за исключением работников университета, выполняющих контролирующие функции в соответствии со своими должностными обязанностями). В случае отсутствия ведущего преподавателя аттестационные испытания проводятся преподавателем, назначенным письменным распоряжением по кафедре.

- Инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья, имеющие нарушения опорно-двигательного аппарата, могут допускаться на аттестационные испытания в сопровождении ассистентов-сопровождающих.

- Во время аттестационных испытаний обучающиеся могут пользоваться рабочей программой дисциплины, а также с разрешения преподавателя справочной и нормативной литературой, калькуляторами.

- Время подготовки ответа при сдаче зачета/экзамена в устной форме должно составлять не менее 40 минут (по желанию обучающегося ответ может быть досрочным). Время ответа – не более 15 минут.

- При подготовке к устному экзамену экзаменуемый, как правило, ведет записи в листе устного ответа, который затем сдается экзаменатору.

- При проведении устного экзамена экзаменационный билет выбирает сам экзаменуемый в случайном порядке.

- Экзаменатору предоставляется право задавать обучающимся дополнительные вопросы в рамках программы дисциплины текущего семестра, а также, помимо теоретических вопросов, давать задачи, которые изучались на практических занятиях.

- Оценка результатов устного аттестационного испытания объявляется обучающимся в день его проведения. При проведении письменных аттестационных испытаний или компьютерного тестирования – в день их проведения или не позднее следующего рабочего дня после их проведения.

- Результаты выполнения аттестационных испытаний, проводимых в письменной форме, форме итоговой контрольной работы или компьютерного тестирования, должны быть объявлены обучающимся и выставлены в зачётные книжки не позднее следующего рабочего дня после их проведения.

Порядок подготовки и проведения промежуточной аттестации в форме зачета

Действие	Сроки	Методика	Ответственный
Выдача заданий к зачету	1 - 4 неделя семестра	На лекциях, по интернет	Ведущий преподаватель
Консультации	в сессию	На групповой консультации	Ведущий преподаватель
Зачет	В сессию	Устно	Ведущий преподаватель

Формирование оценки («зачтено»/ «не зачтено»)	На зачете	В соответствии с критериями	Ведущий преподаватель
--	-----------	--------------------------------	-----------------------

6. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ :

Основная литература	Количество в библиотеке / ссылка на ЭБС
Габибов, А.Б. Легкая атлетика : учебное пособие для студентов всех направлений. Часть 1/ А. Б. Габибов. – Персиановский : Донской ГАУ, 2016. – 64 с. - URL: http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4640 (дата обращения: 09.06. 2023). - Текст : электронный.	http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4640
Габибов, А.Б. Силовая подготовка : учебное пособие для студентов всех специальностей/ А.Б. Габибов. –Персиановский :ДонГАУ, 2010, - 72с - URL: http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4647 (дата обращения: 09.06. 2023). Текст : электронный.	http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4647
Корнев, В. Г. Физическая культура : курс лекций / В.Г. Корнев, А.Б. Габибов, Н.К. Кадыкова. – Персиановский: ДонГАУ, 2007. - 136 с. - URL: http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4649 (дата обращения: 09.06. 2023). – Текст : электронный.	http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4649
Чеснова, Е. Л. Физическая культура : учебное пособие : [16+] / Е. Л. Чеснова. – Москва : Директ-Медиа, 2013. – 161 с. – Режим доступа: по подписке. URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210945 (дата обращения: 09.06. 2023). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4458-3076-4. – DOI 10.23681/210945. – Текст : электронный.	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210945
Дополнительная литература	Количество в библиотеке / ссылка на ЭБС
Габибов, А.Б. Физическая культура : методические рекомендации для выполнения реферативных работ / А.Б. Габибов. - Персиановский : ДонГАУ, 2014. - 48 с. - URL: http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4650 (дата обращения: 09.06. 2023). - Текст : электронный.	http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4650
Методические рекомендации по использованию методов контроля, самоконтроля и оценки физической подготовленности студентов : методические рекомендации/ сост.: А.Б. Габибов, Кадыкова Н.К. - Персиановский : ДонГАУ, 2011. - 31 с. - URL: http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4637 (дата обращения: 09.06. 2023). – Текст : электронный.	http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4637
Физическая культура и спорт : методические указания по изучению дисциплины и выполнению контрольной работы для учащихся факультета заочного обучения всех направлений /сост.: А. Б. Габибов. – Персиановский: Донской ГАУ, 2016. – 28 с. - URL: http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4642 (дата обращения: 09.06. 2023). – Текст : электронный.	http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4642
Габибов, А.Б. Технология обучения передачи мяча в волейболе : методическое пособие для студентов спортивного отделения и основной группы. Часть 1 / А. Б. Габибов, А. В. Дукальская. - Персиановский :ДонГАУ, 2007. - 26 с. - URL: http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4633 (дата обращения 09.06. 2023). -	http://ebs.rgazu.ru/?q=node/4633

Текст : электронный	
---------------------	--

7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Вид работы	Содержание (перечень вопросов)	Рекомендации
Реферат	<p>1.Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. Физическое воспитание в вузе.</p> <p>2.Организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система. Краткая характеристика функциональных систем организма (костной, мышечной, сердечно-сосудистой, дыхательной, пищеварительной, выделительной, сенсорных).</p> <p>3.Функциональная активность человека и взаимосвязь физической и умственной деятельности. Утомление при физической и умственной работе. Пути восстановления работоспособности.</p> <p>4.Физиологические основы занятий физическими упражнениями.</p> <p>5.Понятие «здоровье», его содержание и критерии. Факторы, влияющие на здоровье.</p> <p>6.Образ жизни студентов и его влияние на здоровье. Здоровый образ жизни студента и его составляющие (режим труда и отдыха, организация сна, режим питания, организация двигательной активности, профилактика вредных привычек и др.).</p> <p>7.Закаливание как средство укрепления здоровья (механизм закаливания; принципы и правила процесса закаливания; закалывающие факторы).</p> <p>8.Работоспособность студентов и влияние на нее различных факторов. Средства физической культуры в регулировании работоспособности и профилактике утомления.</p> <p>9.Принципы физического воспитания (сознательности и активности, наглядности, доступности, систематичности, динамичности).</p> <p>10. Средства и методы физического воспитания.</p> <p>11.Основы обучения движениям. Этапы обучения.</p> <p>12.Общая характеристика физических качеств. Взаимосвязь физических качеств.</p> <p>13.Сила и методика ее развития.</p> <p>14.Быстрота и методика ее развития.</p> <p>15.Выносливость и методика ее развития.</p> <p>16.Ловкость и методика ее развития.</p> <p>17.Гибкость и методика ее развития.</p> <p>18.Общая физическая подготовка (ОФП) и специальная физическая подготовка (СФП) в системе физического воспитания.</p> <p>19.Понятие «нагрузка». Оценка и величина нагрузки. Энергозатраты при физических нагрузках разной интенсивности. Значение мышечной релаксации.</p> <p>20.Коррекция физического развития, двигательной и функциональной подготовленности средствами физической культуры и спорта.</p> <p>21.Формы и содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями.</p> <p>22.Утренняя гигиеническая гимнастика и ее физиологическое значение. Методика составления комплекса упражнений утренней гимнастики.</p> <p>23.Ритмическая гимнастика. Влияние занятий ритмической</p>	<p>Физическая культура студента [Текст]: учебник/Под ред. В.И. Вененского.-М.: Гардарит, 2001.-448с.</p> <p>Евсеев, Ю.И. Физическая культура [Текст]/Ю.И. Евсеев.- Ростов-н/Д: Феникс,2002.-384с.</p> <p>Решетников, Н.В. Физическая культура [Текст]: учебное пособие/Н.В. Решетников, Ю.Л. Кислицин.-М.:Академия,1998.- 160с.</p> <p>Физическая культура.Курс лекций [Текст]: учебное пособие/В.Г. Корнев, А.Б. Габибов, Н.К. Кадыкова.- Персиановский:ДонГАУ,2007.- 136с.</p> <p>Физическая культура [Текст]:учебное пособие по теоретическому разделу дисциплин «Физическая культура»/В.Г. Корнев, А.Б. Габибов.- Персиановский:ДонГАУ, 2010.- 236с.</p> <p>Физическая культура:учеб.пособие/Е.С. Григорович [и др.]; под ред. Е.С. Григоровича, В.А. Переверзева.-3-е изд., доп.и перераб.-Минск: Выш.шк., 2011.-350с.</p> <p>Чеснова, Е.Л. Физическая культура: учебное пособие для студ.высш.учеб.заведений/ Е.Л. Чеснова.-М:Директ-Медиа, 2013.-160с.</p> <p>Чертов, Н.В. Физическая культура: учебное пособие./ Н.В. Чертов; Южный федеральный университет.- Ростов-на-Дону: Издательство Южного федерального университета,2012.-118с.</p> <p>Шулятьев, В.М. Физическая культура студента [Текст]: учеб. пособие/ В.М. Шулятьев, В.С. Побыванец.- М.: РУДН, 2012.-287с.</p> <p>Физическая культура.Курс лекций [Текст]: учебное</p>

<p>гимнастикой на организм. Методические особенности занятий.</p> <p>24.Оздоровительный бег–эффективная форма самостоятельных занятий физическими упражнениями.</p> <p>25.Атлетическая гимнастика.</p> <p>26.Коррекция массы тела.</p> <p>27.Осанка. Дефекты осанки. Физические упражнения для профилактики и коррекции нарушений осанки.</p> <p>28.Пульсовой режим рациональной тренировочной нагрузки. Взаимосвязь между интенсивностью занятий и ЧСС. Признаки чрезмерной нагрузки.</p> <p>29. Гигиена самостоятельных занятий физическими упражнениями.</p> <p>30.Самоконтроль за эффективностью самостоятельных занятий. Дневник самоконтроля.</p> <p>31.Виды травм. Профилактика травматизма при занятиях физическими упражнениями.</p> <p>32.Определение понятия «спорт». Массовый спорт. Спорт высших достижений. Единая спортивная классификация (ЕСК). Национальные виды спорта в спортивной классификации.</p> <p>33.Студенческий спорт и его организационные особенности. Студенческие спортивные соревнования.</p> <p>34.Обоснование индивидуального выбора видов спорта или систем физических упражнений. Краткая психофизическая характеристика основных групп видов спорта и современных систем физических упражнений.</p> <p>35.Историческая справка о виде спорта (системе физических упражнений).</p> <p>36.Подготовка спортсменов как многолетний непрерывный процесс. Перспективное планирование тренировки в избранном виде спорта.</p> <p>37.Стороны спортивной подготовки (техническая, тактическая, физическая, психическая). Виды и методы контроля за эффективностью спортивных занятий.</p> <p>38.Спортивная ориентация и отбор в спорте. Модельные характеристики спортсмена высокого класса.</p> <p>39.Требования спортивной классификации и правила соревнований по избранному виду спорта.</p> <p>40.Виды, цели и задачи диагностики. Врачебный и педагогический контроль занимающихся физическими упражнениями. Самоконтроль.</p> <p>41.Определение физического развития, функциональной и физической подготовленности студентов. Методы стандартов, индексов, номограмм, функциональных проб, тестов.</p>	<p>пособие/В.Г. Корнев, А.Б. Габибов, Н.К. Кадыкова.- Персиановский:ДонГАУ,2007.- 136с.</p>
---	---

8. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ, ВКЛЮЧАЯ ПЕРЕЧЕНЬ ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ И ИНФОРМАЦИОННЫХ СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ

Перечень лицензионного программного обеспечения

Windows 8.1;

Office Standard 2013;

Система контент –фильтрации SkyDNS (SkyDNS агент);

Dr.Web.

Перечень профессиональных баз данных

1. Общероссийская сеть распространения правовой информации «Консультант Плюс». – Режим доступа: <http://www.consultant.ru>
2. СПС ГАРАНТ. – Режим доступа: <http://www.garant.ru>

Перечень информационных справочных систем

1. Официальный сайт Министерства по физической культуре и спорту Ростовской области <http://www.minsport.donland.ru>
2. Официальный портал правительства Ростовской области <http://www.donland.ru>
3. Сетевое издание «Центр раскрытия корпоративной информации» <http://www.e-disclosure.ru>
4. ЭБС «Лань» <http://e.lanbook.com>
5. ЭБС «AgriLib» <http://ebs.rgazu.ru>

9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА, НЕОБХОДИМАЯ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа - укомплектована специализированной (учебной) мебелью, техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации.

Учебная аудитория для групповых и индивидуальных консультаций - укомплектована специализированной (учебной) мебелью, техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации.

Учебная аудитория для текущего контроля и промежуточной аттестации - укомплектована специализированной (учебной) мебелью, техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации.

Помещение для самостоятельной работы – укомплектовано специализированной (учебной) мебелью, оснащено компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечено доступом в электронную информационно-образовательную среду организации

Оснащенность и адрес помещений

Наименование помещений	Адрес (местоположение) помещений
Аудитория № 6 (зал общей физической подготовки) Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Технические средства обучения: специализированное учебное оборудование - спортивное оборудование и инвентарь (гимнастическая лестница (1), сетка волейбольная (1), баскетбольные кольца (2), канат (1))	346493, Ростовская область, Октябрьский район, п. Персиановский, ул. Кривошлыкова, дом № 32
Аудитория № 5 Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации (Тренажерный зал). Технические средства обучения: специализированное учебное оборудование - спортивное оборудование и инвентарь (тренажеры для различных мышечных групп (18), весы (1))	346493, Ростовская область, Октябрьский район, п. Персиановский, ул. Кривошлыкова, дом № 32
Кабинет № 45 Помещение для самостоятельной работы (электронный читальный зал), укомплектовано специализированной (учебной) мебелью, оснащено компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечено доступом в электронную информационно-образовательную среду организации. Windows 8.1 Лицензия №65429551 от 30.06.2015 OPEN 95436094ZZE1706 от Microsoft Volume Licensing Service Center; Office Standard 2013 Лицензия № 65429549 от 30.06.2015 OPEN 95436094ZZE1706 Microsoft Volume Licensing Service Center; OpenOffice Свободно распространяемое ПО, лицензия Apache License 2.0, LGPL; Adobe acrobat reader Свободно распространяемое проприетарное программное обеспечение; Zoom Тариф Базовый Свободно распространяемое ПО, ZoomVideoCommunications, Inc.; Skype Свободно распространяемое проприетарное программное обеспечение; Yandex Browser Свободно распространяемое ПО Yandex Browser Свободно распространяемое ПО; Лаборатория ММИС «АС «Нагрузка»	346493, Ростовская область, Октябрьский район, п. Персиановский, ул. Кривошлыкова, дом № 27

<p>Договор 8630 от 04.10.2021 между ФГБОУ ВО «Донской ГАУ» и ООО «Лаборатория ММИС»; Лаборатория ММИС Деканат Договор №6712 от 30.01.2020 между ФГБОУ ВО «Донской ГАУ» и ООО «Лаборатория ММИС»; Лаборатория ММИС«Планы» Договор №576-22 от 11.11.2022 г между ФГБОУ ВО «Донской ГАУ» и ООО «Лаборатория ММИС»; Система контент –фильтрации SkyDNS (SkyDNS агент) Договор №Ю-05284 от 13.09.2021г. ООО «СкайдНС»; Dr.Web Договор № РГА 12130035 от 13.12.2022 между ФГБОУ ВО «Донской ГАУ» и ООО «КОМПАНИЯ ГЭНДАЛЬФ»; 7-zip Свободно распространяемое ПО, GNU Lesser General Public License</p>	
<p>Аудитория № 4 (лаборантская) Помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования, укомплектованное специализированной мебелью для хранения оборудования.</p> <p>Технические средства обучения: специализированное учебное оборудование - сетка волейбольная (3), канат (2), борцовский манекен (1), шахматы (5), стойки волейбольные (1 комплект), сетка футбольная (2), дротики (9), мишени (3), боксерский мешок (1), гири (25), штанга (1), мячи волейбольные (5), мячи баскетбольные (5), мячи футбольные (5)</p>	<p>346493, Ростовская область, Октябрьский район, п. Персиановский, ул. Кривошлыкова, дом № 32</p>