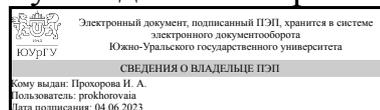


УТВЕРЖДАЮ:  
Руководитель направления



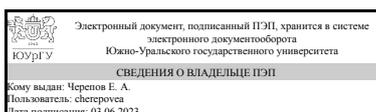
И. А. Прохорова

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины 1.О.00 Физическая культура  
для направления 09.03.03 Прикладная информатика  
уровень Бакалавриат  
форма обучения очная  
кафедра-разработчик Физическое воспитание и здоровье

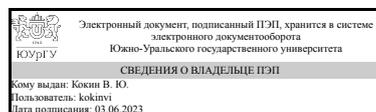
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 09.03.03 Прикладная информатика, утверждённым приказом Минобрнауки от 19.09.2017 № 922

Зав.кафедрой разработчика,  
д.пед.н., доц.



Е. А. Черепов

Разработчик программы,  
к.пед.н., доц., доцент



В. Ю. Кокин

## **1. Цели и задачи дисциплины**

Целью физического воспитания студентов является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности. Для достижения поставленной цели предусматривается решение следующих воспитательных, образовательных, развивающих и оздоровительных задач: • понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке её к профессиональной деятельности; • знание биологических, психолого-педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни; • формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом; • овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте; • создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений; • приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту.

## **Краткое содержание дисциплины**

Учебная дисциплина «Физическая культура» свои образовательные и развивающие функции наиболее полно осуществляет в целенаправленном педагогическом процессе физического воспитания, изучается на протяжении 6-го семестра и включает в себя следующие обязательные разделы: практический и контрольный. Практический раздел включает в себя следующие обязательные виды физических упражнений (темы): упражнения общей и профессионально-прикладной физической направленности (отдельные виды лёгкой атлетики и гимнастики), лыжные гонки, плавание, спортивные игры. Состоит из двух подразделов: методико-практического, обеспечивающего операциональное овладение методами и способами физкультурно-спортивной деятельности для достижения учебных, профессиональных и жизненных целей личности; учебно-тренировочного, содействующего приобретению опыта творческой практической деятельности, развитию самостоятельности в физической культуре и спорте в целях достижения физического совершенства, повышения уровня функциональных и двигательных способностей, направленного формирования качеств и свойств личности; Контрольный раздел обеспечивает оперативную, текущую и итоговую дифференцированную информацию о степени освоения теоретических и методических знаний-умений, о состоянии и динамике физического развития, физической и профессионально-прикладной подготовленности каждого студента.

## **2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины**

Планируемые результаты освоения ОП ВО (компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
<p>УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</p>	<p>Знает: Содержание процессов самоорганизации и самообразования при планировании занятий физической культурой.  Умеет: Выстраивать траекторию саморазвития на основе принципов физического воспитания.  Имеет практический опыт: Использования индивидуальных программ общей и профессионально-прикладной физической подготовки различной целевой направленности (оздоровительной, спортивной, лечебной, рекреативной, кондиционной и др.).</p>
<p>УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>Знает: Основы профессионально-прикладной физической культуры в соответствии с выбранной профессиональной деятельностью  Умеет: Планировать и составлять индивидуальные программы общей и профессионально-прикладной физической подготовки различной целевой направленности на разных возрастных этапах  Имеет практический опыт: Ведения самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности, планирования и проведения систематических занятий физической культурой</p>

### 3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана	Перечень последующих дисциплин, видов работ
<p>1.Ф.25.М7.02 Программное обеспечение измерительных процессов,  1.Ф.25.М1.02 Программирование для анализа данных,  1.Ф.25.М2.01 Основы квантовой механики,  1.Ф.25.М8.01 Основы теории сигналов,  1.Ф.24.00 Физическая культура и спорт,  1.Ф.25.М4.03 Информационные технологии в управлении организационными структурами,  1.Ф.24.02 Фитнес,  1.Ф.25.М7.01 Цифровые измерительные устройства,  1.Ф.25.М3.03 Основы проектной деятельности,  1.Ф.25.М5.02 Инструментарий решения изобретательских задач,  1.Ф.25.М5.01 Функционально-стоимостной анализ и теория ошибок,  1.Ф.25.М7.03 Интеллектуальные измерительные системы,  1.Ф.25.М8.03 Цифровые электронные устройства,  1.Ф.25.М4.01 Технологии цифровизации и интернет вещей,  1.О.04 Философия,</p>	<p>Не предусмотрены</p>

<p>1.Ф.25.М9.02 Современные методы решения проблем энерго- и ресурсосбережения,  1.О.07 Командная работа и лидерство в IT-сфере,  1.Ф.24.03 Силовые виды спорта,  1.Ф.25.М6.02 Современные подходы к организации бизнеса,  1.Ф.25.М9.01 Современные экологические проблемы,  1.Ф.25.М5.03 Организация продуктивного мышления,  1.Ф.25.М2.03 Квантовые вычисления,  1.Ф.25.М3.02 Основы предпринимательства,  1.Ф.25.М3.01 Основы стратегического менеджмента,  1.Ф.24.01 Адаптивная физическая культура и спорт,  1.Ф.25.М8.02 Основы цифровой обработки сигналов,  1.Ф.25.М9.03 IT-технологии в решении экологических задач,  1.Ф.25.М2.02 Элементы квантовой оптики,  1.Ф.25.М1.03 Приложения и практика анализа данных,  Учебная практика (ознакомительная) (2 семестр),  Учебная практика (научно-исследовательская работа, получение первичных навыков научно-исследовательской работы) (4 семестр),  Учебная практика (ориентированная, цифровая) (4 семестр)</p>	
---	--

Требования к «входным» знаниям, умениям, навыкам студента, необходимым при освоении данной дисциплины и приобретенным в результате освоения предшествующих дисциплин:

Дисциплина	Требования
<p>1.Ф.25.М5.01 Функционально-стоимостной анализ и теория ошибок</p>	<p>Знает: Основы функционально-стоимостного анализа (ФСА) и теории ошибок., Основы тайм-менеджмента  Умеет: Выявлять ансамбли неприятностей (нежелательных эффектов) в системах – ядра задач., Планировать свой временной режим работы  Имеет практический опыт: Выявления неприятностей (нежелательных эффектов) в ходе ФСА., Планирования и управления своим временем в ходе саморазвития</p>
<p>1.Ф.24.03 Силовые виды спорта</p>	<p>Знает: Влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек. , Правила и способы планирования занятий различной целевой направленности; способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности.  Умеет: Умеет применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической</p>

	<p>подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности; использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни., Выполнять комплексы упражнений атлетической гимнастики. Имеет практический опыт: Использования силовых видов спорта для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности., Физического саморазвития на основе занятий силовыми видами спорта.</p>
1.Ф.24.02 Фитнес	<p>Знает: Правила и способы планирования занятий фитнесом., Роль физической культуры, в том числе фитнес-аэробики, в формировании здорового образа жизни; научно-биологические и практические основы занятий фитнес-аэробикой; социальную роль физической культуры, в том числе фитнес-аэробики, в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности; основные принципы формирования индивидуальных комплексов упражнений по фитнес-аэробике Умеет: Выполнять комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнений атлетической гимнастики., Творчески использовать физкультурно-спортивную деятельность для достижения жизненных и профессиональных целей, повышения своих функциональных и двигательных возможностей; планировать объем и интенсивность индивидуальных занятий по фитнес-аэробике Имеет практический опыт: Использования приобретенных знаний и умений в практической деятельности повседневной жизни для повышения работоспособности, укреплении здоровья, для проведения самостоятельных занятий по формированию телосложения и коррекции осанки, развитию физических качеств, для включения занятий фитнесом в активный отдых и досуг., Применения методов и средства фитнес-аэробики для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>
1.О.07 Командная работа и лидерство в IT-сфере	<p>Знает: Технологии, методы, инструменты социального взаимодействия; классификации ролей в команде; формы и приемы реализации личностной роли в командных взаимодействиях., Принципы, методы, инструменты управления личным временем. Знает технологию выстраивания и реализации траектории саморазвития на основе принципов самообразования в течение всей жизнедеятельности. Умеет: Применять на</p>

	<p>практике технологии, методы и инструменты социального взаимодействия, распределения ролей в команде; способен применять приемы выстраивания и реализации своей роли в команде., Управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни Имеет практический опыт: Социального взаимодействия, организации командной деятельности, распределения и управления ролевым взаимодействием в команде, реализации личностной роли в команде., Управления своим временем, выстраивания и реализации траектории саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</p>
<p>1.Ф.25.М8.02 Основы цифровой обработки сигналов</p>	<p>Знает: Содержание процессов самоорганизации и самообразования при планировании занятий по самоподготовке при изучении теоретической части дисциплины и выполнения практических работ, Математический аппарат описания сигналов и линейных систем. Умеет: Выстраивать траекторию саморазвития на основе принципов самообразования и использования современных информационных технологий, Выполнять расчеты цифровых фильтров, синтезировать алгоритмы цифровой обработки сигналов. Имеет практический опыт: Использования индивидуальных программ общей и профессионально-прикладной подготовки в данной области направленности, Применения современных САПР для расчетов и моделирования устройств обработки сигналов.</p>
<p>1.Ф.25.М9.02 Современные методы решения проблем энерго- и ресурсосбережения</p>	<p>Знает: Подходы к реализации траектории саморазвития при решении проблем энерго- и ресурсосбережения Умеет: Применять IT-навыки для решения проблем энерго- и ресурсосбережения. Имеет практический опыт: Работы в расчётных экологических программах.</p>
<p>1.Ф.25.М5.03 Организация продуктивного мышления</p>	<p>Знает: Суть методов организации продуктивного мышления., Основы хронометража Умеет: Использовать методы организации продуктивного мышления при решении задач., Определять основных «пожирателей» времени (хронофагов) в своей деятельности Имеет практический опыт: Организации продуктивного мышления при решении задач., Выявления «пожирателей» времени в своей жизнедеятельности</p>
<p>1.Ф.25.М4.01 Технологии цифровизации и интернет вещей</p>	<p>Знает: Свойства и особенности информационных представлений в аналоговой и цифровой формах; основные математический модели обработки информации; способы получения информации из окружающей среды, методы ее интеграции, обработки, анализа и реализации воздействий; способы и интерфейсы информационного</p>

	<p>обмена; структуру, базовые технологии и компоненты интернета вещей; стандарты интернета вещей., Основные направления технологического развития и его влияние на человеческое общество; свойства и процессы взаимодействия человеческого и киберфизического социумов; информационные и лингвистические свойства сети "интернет"; трансформационные особенности влияния сети "интернет" в отношении понимания процессов окружающего мира и принятия решений; представления предметной области и ее модели в формате онтологии Умеет: Пользоваться основными приемами анализа и преобразований информации в различных формах и форматах; использовать формальные модели объектов и систем для описаний состояний и процессов различных предметных областей., Определять и анализировать группы требований и требования групп проектов интернета вещей; строить модели и этапы саморазвития в рамках модели целенаправленной деятельности Имеет практический опыт: Анализа и преобразований цифровых моделей физических и виртуальных объектов., Применения онтологий как цифровой модели предметной области и формирования требований групп при реализации проектов интернета вещей</p>
<p>1.Ф.25.М7.01 Цифровые измерительные устройства</p>	<p>Знает: Принципы построения цифровых измерительных устройств на основе современной элементной базы. Умеет: Анализировать метрологические характеристики цифровых измерительных каналов., Анализировать и прогнозировать развитие измерительных устройств для цифровой индустрии Имеет практический опыт: Проектирования цифровых измерительных устройств на современной элементной базе; программирования контроллеров для опроса цифровых сенсоров.</p>
<p>1.Ф.25.М3.02 Основы предпринимательства</p>	<p>Знает: Основные приемы эффективного управления собственным временем; основные методики самоконтроля, саморазвития и самообразования на протяжении всей жизни, Основные виды предпринимательской деятельности, нормы лицензирования деятельности предприятия. Умеет: Эффективно планировать и контролировать собственное время; использовать методы саморегуляции, саморазвития и самообучения, Использовать источники экономической информации для разработки бизнес-плана инвестиционного проекта; осуществлять сбор информации для выполнения анализа внутренней и внешней среды предприятия; интерпретировать значения финансовых показателей для выработки</p>

	<p>стратегии развития. Имеет практический опыт: Управления собственным временем; применения методик саморазвития и самообразования в течение всей жизни, Выбора наиболее эффективной предпринимательской идеи на основе результатов стратегического анализа объекта; выполнения технико-экономического обоснования идеи проекта.</p>
<p>1.Ф.25.М6.02 Современные подходы к организации бизнеса</p>	<p>Знает: Особенности принятия и реализации организационных, в том числе управленческих решений; теоретико-методологические основы саморазвития, самореализации, использования творческого потенциала собственной деятельности. Умеет: Определять приоритеты профессиональной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки; разрабатывать, контролировать, оценивать и исследовать компоненты профессиональной деятельности; планировать самостоятельную деятельность в решении профессиональных задач Имеет практический опыт: Определения эффективного направления действий в области профессиональной деятельности; принятия решений на уровне собственной профессиональной деятельности; планирования собственной профессиональной деятельности.</p>
<p>1.Ф.25.М2.02 Элементы квантовой оптики</p>	<p>Знает: Как управлять своим временем, чтобы освоить аппарат операторов рождения – уничтожения Умеет: Выстраивать траекторию саморазвития для освоения материала по квантовой оптике, Решать задачи квантовой оптики. Имеет практический опыт:</p>
<p>1.Ф.25.М2.03 Квантовые вычисления</p>	<p>Знает: Действие основных квантовых гейтов. Умеет: Имеет практический опыт: Решения задач по теме квантовых вычислений., реализации траектории саморазвития для освоения материала по квантовым вычислениям</p>
<p>1.Ф.25.М5.02 Инструментарий решения изобретательских задач</p>	<p>Знает: Основной инструментарий ТРИЗ., Сущность инструментов ТРИЗ, позволяющих сокращать время при решении задач Умеет: Выбирать необходимые для решения задач инструменты., Подбирать необходимые инструменты ТРИЗ для решения задач в короткие сроки Имеет практический опыт: Использования основных инструментов ТРИЗ (приемов разрешения противоречий)., Использования инструментов ТРИЗ, сокращающих время решения задач (объединения альтернативных систем, «свертывания» систем)</p>
<p>1.Ф.25.М4.03 Информационные технологии в управлении организационными структурами</p>	<p>Знает: Роль информационных технологий и организационных структур для осуществления процесса саморазвития личности в течение всей жизни, Историю развития информационных технологий и систем для управления</p>

	<p>организационными структурами, состав и виды их обеспечения. Умеет: Выбирать информационные технологии, способствующие саморазвитию личности в составе существующей организационной структуры, Выбирать способы решения задачи проектирования (модификации) и сопровождения автоматизированной системы управления организационными структурами с учетом имеющихся ресурсов и ограничений. Имеет практический опыт: Саморазвития на основе принципов образования и применения современных информационных технологий, Анализа рынка автоматизированных информационных систем управления организационными структурами.</p>
<p>1.Ф.25.М9.01 Современные экологические проблемы</p>	<p>Знает: Круг задач цифровизации в современных экологических проблемах. Умеет: Выбирать оптимальные цифровые решения экологических задач. Имеет практический опыт: Поиска информации по современным экологическим проблемам.</p>
<p>1.Ф.25.М7.03 Интеллектуальные измерительные системы</p>	<p>Знает: О своих ресурсах и их пределах: когнитивных, ситуативных, временных, для успешного выполнения профессиональных задач., Конфигурацию и состав аппаратного обеспечения систем управления технологическими процессами на примере распределенной системы управления DeltaV; способы повышения надежности цифровых АСУ ТП. Умеет: Имеет практический опыт: Составления плана последовательных шагов для достижения поставленной профессиональной цели., Создания и конфигурирования стратегий управления технологическими процессами предприятий цифровой индустрии.</p>
<p>1.Ф.25.М8.03 Цифровые электронные устройства</p>	<p>Знает: Содержание процессов самоорганизации и самообразования при планировании занятий по самоподготовке при изучении теоретической части дисциплины и выполнения практических работ, Языки описания аппаратуры, архитектуру современных микропроцессоров и программируемых логических интегральных схем. Умеет: Выстраивать траекторию саморазвития на основе принципов самообразования и использования современных информационных технологий, Разрабатывать программное обеспечение микроконтроллеров и ПЛИС, проводить расчеты основных узлов цифровых устройств. Имеет практический опыт: Использования индивидуальных программ общей и профессионально-прикладной подготовки в данной области направленности, Отладки и тестирования программного обеспечения микроконтроллеров и ПЛИС, применения специализированных САПР для</p>

	разработки и верификации ПО.
1.Ф.24.00 Физическая культура и спорт	<p>Знает: Организационно-методические основы физической культуры и спорта., Научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни Умеет: Устанавливать приоритеты и планировать на их основе занятия физической культурой в целях повышение физической и умственной работоспособности, адаптации к внешним факторам., Выбирать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа жизни Имеет практический опыт: Нормирования и контроля оздоровительно-тренировочных нагрузок в программе формирования своего здорового образа жизни., Использования адекватных средств и методов физического воспитания с целью укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>
1.Ф.25.М3.01 Основы стратегического менеджмента	<p>Знает: Методы и принципы целеполагания, механизмы отбора оптимальных решений, правовые нормы в рамках профессиональной деятельности., Методы постановки целей саморазвития и стратегического планирования саморазвития Умеет: Выбирать оптимальные решения с учетом действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений., Выстраивать траекторию саморазвития с учетом существующих ограничений Имеет практический опыт: Выбора оптимальных решений с учетом действующих ограничений и ресурсов на основе результатов стратегического анализа., Постановки целей саморазвития</p>
1.Ф.24.01 Адаптивная физическая культура и спорт	<p>Знает: Средства и методы адаптивной физической культуры, Организационно-методические основы адаптивной физической культуры. Умеет: Использовать средства и методы адаптивной физической культуры для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни , Устанавливать приоритеты и планировать на их основе занятия адаптивной физической культурой в целях сохранения и укрепления здоровья. Имеет практический опыт: Применения средств и методов адаптивной физической культуры для укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, чтобы обеспечить успешную полноценную социальную и профессиональную деятельности, Физического саморазвития на основе занятий адаптивной физической культурой.</p>

<p>1.Ф.25.М7.02 Программное обеспечение измерительных процессов</p>	<p>Знает: Современные технологии сбора, обработки и передачи измерительной информации, в том числе сетевые; принципы разработки программного обеспечения для измерительных систем на основе микропроцессоров. Умеет: Разрабатывать встроенное программное обеспечение для измерения различных величин; обрабатывать полученные данные и передавать результаты на системы отображения или хранения информации., Использовать мировой опыт подходов к разработке встроенного программного обеспечения для измерительных систем; формировать новые знания в области принципов разработки программного обеспечения Имеет практический опыт:</p>
<p>1.Ф.25.М8.01 Основы теории сигналов</p>	<p>Знает: Содержание процессов самоорганизации и самообразования при планировании занятий по самоподготовке при изучении теоретической части дисциплины и выполнения практических работ, Основы математического представления простых и сложных сигналов, формируемых и обрабатываемых в современных радиоэлектронных устройствах;числовые характеристики и параметры сигналов и спектров, основные виды информационных сигналов, способы их описания. Умеет: Выстраивать траекторию саморазвития на основе принципов самообразования и использования современных информационных технологий, Выполнять моделирования процессов формирования и обработки информационных сигналов, оформлять полученные результаты. Имеет практический опыт: Использования индивидуальных программ общей и профессионально-прикладной подготовки в данной области направленности, Применения методов программирования (моделирования) для формирования, преобразования и анализа сигналов.</p>
<p>1.Ф.25.М1.03 Приложения и практика анализа данных</p>	<p>Знает: Способы реализации собственной непрерывной траектории саморазвития, направленной на достижение поставленной цели. Умеет: Правильно оценить требования рынка труда, свои перспективы в профессиональной области, на основании чего выстраивать и реализовывать индивидуальную траекторию непрерывного саморазвития., Интегрировать новые практики анализа данных в решение своих профессиональных задач, с учётом возникающих ограничений, с соблюдением правовых норм. Имеет практический опыт: Реализации собственной образовательной траектории, направленной на получение дополнительных знаний в области анализа данных., Междисциплинарного взаимодействия в области</p>

	работы с данными при поиске оптимальных способов решения своих профессиональных задач.
1.Ф.25.М1.02 Программирование для анализа данных	Знает: Инструментальные средства и информационные технологии анализа данных исходя из имеющихся ресурсов и ограничений. Умеет: Адаптировать известные программные средства анализа данных в свою профессиональную область, с учётом возникающих ограничений по времени и ресурсам. Имеет практический опыт:
1.Ф.25.М9.03 IT-технологии в решении экологических задач	Знает: Способы оптимизации сбора данных., Принципы оцифровки данных по энерго- и ресурсосбережению. Умеет: Искать новые подходы в цифровизации., Создавать алгоритмы сбора данных и их оцифровки. Имеет практический опыт: Самостоятельного освоивания цифровых продуктов., Работы с цифровыми данными по энерго- и ресурсосбережению.
1.Ф.25.М2.01 Основы квантовой механики	Знает: Основные положения квантовой механики. Умеет: Имеет практический опыт: Управления своим временем для получения дополнительных знаний по квантовой механике., Решения задачи квантовой механики в матричном представлении.
1.Ф.25.М3.03 Основы проектной деятельности	Знает: Определение проекта; классификацию проектов; основные группы процессов, процессы и области знаний (функциональные области) управления проектами; основные виды и процедуры контроля выполнения проекта; инструменты и методы управления внешними коммуникациями проекта; основные организации и профессиональные сообщества управления проектами; законодательно-правовые нормы и стандарт в области управления проектами., Методы и инструменты управления временем и бюджетом согласно целям и задачам саморазвития Умеет: Ставить цели и формулировать задачи, связанные с управлением проектами и реализацией профессиональных функций; составлять сетевые и календарные графики работ проекта и оценивать их параметры в условиях имеющихся ресурсных ограничений; организовывать командное взаимодействие для решения управленческих задач., Планировать задачи и оптимальные пути их решения согласно плану саморазвития и самореализации Имеет практический опыт: Реализации основных управленческих функций применительно к проекту; применения современного инструментария управления содержанием, продолжительностью, качеством, стоимостью и рисками проекта., Составления календарных планов и бюджетов проектов, в том числе проектов саморазвития, определения

	рисков и разработки мероприятий по их компенсации, в том числе для проектов саморазвития
1.О.04 Философия	<p>Знает: Специфику человеческой деятельности, антропологические основания познавательной, практической и оценочной деятельности., Основные этапы, концепции и подходы в развитии мировой философской мысли, философские особенности конкретных исторических эпох., Основные направления, проблемы, методы философии, содержание современных философских дискуссий по проблемам развития человека и общества. Умеет: Критически оценивать новые знания и их роль в профессиональной деятельности и повседневной жизни., Формировать и аргументированно отстаивать собственную позицию по проблемам этики, философской антропологии и социальной философии, в дискуссии уважать иное мнение., Понимать и применять философские понятия для раскрытия своей жизненной позиции, аргументированно обосновывать свое согласие и несогласие с той или иной философской позицией. Имеет практический опыт: Критического осмысления теоретических проблем и поиска их практического решения., Восприятия мнений в обществе с философских позиций, аргументированного изложения собственной точки зрения., Владения понятийным аппаратом философии, навыками аргументированного изложения собственной точки зрения.</p>
Учебная практика (научно-исследовательская работа, получение первичных навыков научно-исследовательской работы) (4 семестр)	<p>Знает: Методы алгоритмизации, языки и технологии программирования, пригодные для практического применения., Содержание процессов самоорганизации и самообразования при планировании этапов научно-исследовательской работы. , Основные стандарты оформления технической документации, связанной с профессиональной деятельностью., Принципы работы современных информационных технологий и программных средств, в том числе отечественного производства., Основные методы, способы и средства получения, хранения, переработки и защиты информации., Технологии подготовки и проведения презентаций., Методы сбора и анализа научной и технической информации, отечественного и зарубежного опыта по тематике исследования. Умеет: Применять методы алгоритмизации, языки и технологии программирования при решении профессиональных задач , Планировать свое рабочее время и время саморазвития; формулировать цели личностного профессионального развития и условия их</p>

	<p>достижения, исходя из тенденций развития области профессиональной деятельности, индивидуально-личностных особенностей, Применять стандарты оформления технической документации, связанной с профессиональной деятельностью., Использовать принципы работы современных информационных технологий и программных средств, в том числе отечественного производства, при решении задач профессиональной деятельности., Применять современные информационно-коммуникационные технологии с учетом основных требований информационной безопасности., Эффективно использовать методы создания презентаций, проведения переговоров, публичных выступлений., Применять на практике существующие методы сбора и анализа научно-технической информации, отечественного и зарубежного опыта по тематике исследования. Имеет практический опыт: Программирования, отладки и тестирования прототипов программно-технических комплексов задач., Саморегуляции, саморазвития и самообучения, Подготовки технической документации, связанной с профессиональной деятельностью. , Решения задач профессиональной деятельности с использованием современных информационных технологий и программных средств., Владения современными методами и инструментальными средствами для автоматизированного решения прикладных задач различных классов., Проведения презентаций, переговоров, публичных выступлений., Сбора и анализа научно-технической информации, отечественного и зарубежного опыта по тематике исследования.</p>
<p>Учебная практика (ориентированная, цифровая) (4 семестр)</p>	<p>Знает: Возможности современных прикладных программ для решения практических задач., Методы алгоритмизации, языки и технологии программирования, пригодные для практического применения., Принципы работы современных информационных технологий и программных средств, в том числе отечественного производства., Содержание процессов самоорганизации и самообразования при планировании этапов учебной (ориентированной, цифровой) практики. Умеет: Выбирать инструментарий решения прикладной задачи., Применять методы алгоритмизации, языки и технологии программирования при решении профессиональных задач., Использовать принципы работы современных информационных технологий и программных средств, в том числе отечественного производства, при решении задач</p>

	<p>профессиональной деятельности., Планировать свое рабочее время и время саморазвития; формулировать цели личного профессионального развития и условия их достижения, исходя из тенденций развития области профессиональной деятельности, индивидуально-личностных особенностей. Имеет практический опыт: Расширения возможностей программного обеспечения на основе программирования приложений с использованием встроенных языков программирования., Программирования, отладки и тестирования прототипов программно-технических комплексов задач., Решения задач профессиональной деятельности с использованием современных информационных технологий и программных средств., Саморазвития и самообучения.</p>
<p>Учебная практика (ознакомительная) (2 семестр)</p>	<p>Знает: Требования к организации рабочего места при использовании вычислительной техники. , Методы математического анализа и моделирования, теоретического и экспериментального исследования в профессиональной деятельности, Принципы работы современных информационных технологий и программных средств., Основные приемы эффективного управления собственным временем., Современные справочные ресурсы в профессиональной деятельности., Основные технологии межличностной и групповой коммуникации в деловом взаимодействии. Умеет: Анализировать условия работы и организовывать рабочее место., Применять знания математических и естественно-научных дисциплин при разработке алгоритмов решения практических задач., Умеет выбирать программные средства и технологии для реализации практических задач с учетом имеющихся ресурсов., Планировать своё время на основе анализа сложности и объема поставленных задач., Осуществлять поиск необходимой информации, использовать информационные ресурсы при решении типовых задач программирования., Устанавливать и поддерживать контакты, обеспечивающие успешную работу в коллективе; применять основные методы и нормы социального взаимодействия для реализации своей роли и взаимодействия внутри команды. Имеет практический опыт: Создания и поддержания в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасных условий жизнедеятельности , Составления алгоритмов с применением базовых понятий математики., Использования доступных технологий и программных средств для решения</p>

	поставленных задач., Распределения задач и составления плана работы на заданный промежуток времени., Работы со справочными ресурсами при выполнении заданий практики., Простейшими методами и приемами социального взаимодействия и работы в команде.
--	---

#### 4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч., 68,25 ч. контактной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах	
		Номер семестра	
		6	
Общая трудоёмкость дисциплины	72	72	
<i>Аудиторные занятия:</i>	64	64	
Лекции (Л)	0	0	
Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ)	64	64	
Лабораторные работы (ЛР)	0	0	
<i>Самостоятельная работа (СРС)</i>	3,75	3,75	
Подготовка к зачёту - выполнить практические задания: определить уровень своих аэробных возможностей в беге на 3000 м., определить свои скоростно-силовые способности в беге на 100 м., подтягивании на перекладине и сгибании и разгибании туловища из положения лёжа на спине.	3	3	
Домашнее задание(выполнение ТЗ - компьютерное тестирование)	0,75	0.75	
Консультации и промежуточная аттестация	4,25	4,25	
Вид контроля (зачет, диф.зачет, экзамен)	-	зачет	

#### 5. Содержание дисциплины

№ раздела	Наименование разделов дисциплины	Объем аудиторных занятий по видам в часах			
		Всего	Л	ПЗ	ЛР
1	Упражнения общей и профессионально-прикладной физической направленности (отдельные виды лёгкой атлетики и гимнастики)	24	0	24	0
2	Методический практикум	2	0	2	0
3	Лыжные гонки	20	0	20	0
4	Плавание	10	0	10	0
5	Спортивные игры (баскетбол, волейбол, футбол)	8	0	8	0

##### 5.1. Лекции

Не предусмотрены

## 5.2. Практические занятия, семинары

№ занятия	№ раздела	Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара	Кол-во часов
21-22	1	Упражнения общей и профессионально-прикладной физической направленности. Упражнения с отягощениями, на гимнастических снарядах. Кроссовый бег в равномерном темпе до 20 мин.с преодолением полосы препятствий.	4
23-24	1	Упражнения общей и профессионально-прикладной физической направленности. Упражнения с отягощениями, на гимнастических снарядах. Кроссовый бег (фартлек) до 20 мин.	4
25-26	1	Упражнения общей и профессионально-прикладной физической направленности. О.Р.У. для рук и плечевого пояса, туловища, ног. Кроссовый бег (фартлек) до 20 мин.	4
27-28	1	Упражнения общей и профессионально-прикладной физической направленности. О.Р.У. для рук и плечевого пояса, туловища, ног. Повторный бег 3-4 x 60 м.	4
29-30	1	Упражнения общей и профессионально-прикладной физической направленности. О.Р.У. для рук и плечевого пояса, туловища, ног. Повторный бег 2-3 x 60-100 м.	4
31-32	1	Оценить уровень сформированности двигательных умений и навыков, физическую подготовленность в гимнастических упражнениях, лёгкой атлетике. Выполнение нормативов (бег 100 м., подтягивание на перекладине, поднимание и опускание туловища из положения лёжа на спине, руки за головой, ноги закреплены. Оценить уровень сформированности двигательных умений и навыков, физическую подготовленность в лёгкой атлетике. Выполнение норматива в беге на 1000 м.	4
1	2	Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) будущих бакалавров. Методика составления комплексов в различных видах производственной гимнастики и определение их места в течении рабочего дня; Проведение индивидуального учебно-тренировочного занятия с направленностью – гигиенической, общеподготовительной, спортивной (по выбору).	2
2	3	Методика самостоятельного освоения отдельных элементов профессионально-прикладной физической подготовки. Методика эффективных и экономичных способов овладения жизненно важными умениями и навыками в передвижении на лыжах с использованием различных ходов.	2
3-5	3	Лыжные гонки. Передвижение на лыжах с равномерной интенсивностью, попеременный двухшажный ход.	6
6-8	3	Лыжные гонки. Передвижение на лыжах с равномерной интенсивностью, коньковым ходом	6
9-11	3	Лыжные гонки. Передвижение на лыжах с равномерной интенсивностью, попеременный двухшажный ход.	6
12-13	4	Комплексное плавание. Прохождение отрезков 100-200 м. повторным методом. Повороты. Общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе.	4
14-15	4	Комплексное плавание. Прохождение отрезков 100-200 м. повторным методом. Повороты. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) будущих бакалавров.	4
16	4	Комплексное плавание. Проплывание отрезков 3 x (3x50 м.). Каждый отрезок из 3-х плыть разными стилями.	2
17-19	5	Спортивные игры (волейбол, баскетбол, футбол). Ведение мяча, удары по	6

		мячу, подачи и передачи мяча, броски мяча. Двусторонняя игра	
20	5	Спортивные игры (волейбол, баскетбол, футбол). Ведение мяча, удары по мячу, подачи и передачи мяча, броски мяча. Двусторонняя игра	2

### 5.3. Лабораторные работы

Не предусмотрены

### 5.4. Самостоятельная работа студента

Выполнение СРС			
Подвид СРС	Список литературы (с указанием разделов, глав, страниц) / ссылка на ресурс	Семестр	Кол-во часов
Подготовка к зачёту - выполнить практические задания: определить уровень своих аэробных возможностей в беге на 3000 м., определить свои скоростно-силовые способности в беге на 100 м., подтягивании на перекладине и сгибании и разгибании туловища из положения лёжа на спине.	ПУМД, осн. лит. 1, гл. 7, с. 74--142; ПУМД, доп. лит. 1, гл. 5, с. 175-223; ЭУМД, метод. пос. 2, с. 43-122	6	3
Домашнее задание(выполнение ТЗ - компьютерное тестирование)	ЭУМД, осн. лит. 1, с. 4-35; ЭУМД, осн. лит. 2, с. 4-27; ЭУМД, осн. лит. 4, с. 6-22; ЭУМД, осн. лит. 5, с. 7-115	6	0,75

## 6. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации

Контроль качества освоения образовательной программы осуществляется в соответствии с Положением о балльно-рейтинговой системе оценивания результатов учебной деятельности обучающихся.

### 6.1. Контрольные мероприятия (КМ)

№ КМ	Се-местр	Вид контроля	Название контрольного мероприятия	Вес	Макс. балл	Порядок начисления баллов	Учитывается в ПА
1	6	Текущий контроль	1.Выполнение двигательных учебно-тренировочных заданий (ДУТЗ) по темам 1.5	28,125	75	На каждом учебном занятии студентам предлагается выполнить двигательное учебно-тренировочное задание (ДУТЗ). Результат выполненного (ДУТЗ) показывает уровень общей физической подготовленности обучающегося, выражается в проявлении им скоростно-силовых и координационных способностей, выносливости, гибкости, и является критерием оценки. По теме № 1 - 12 заданий, по теме № 5 - 3 задания. Экспертную оценку преподаватель	зачет

					<p>выставляет в баллах от 1 до 5 за каждое выполненное задание.</p> <p>По теме 1:</p> <p>5 баллов – объём и интенсивность выполненной индивидуальной физической нагрузки соответствует целям и задачам учебного занятия, паузы отдыха и его характер (активный, пассивный) между упражнениями находятся в допустимых границах, определённых специфическими педагогическими принципами спортивной тренировки, достигнут ожидаемый (прогнозируемый) итог воздействия учебно-тренировочного занятия - повышающий (развивающий) функциональные возможности организма;</p> <p>4 балла - объём выполненной индивидуальной физической нагрузки соответствует целям и задачам учебного занятия при незначительном снижении интенсивности, паузы отдыха и его характер (активный, пассивный) между упражнениями находятся в допустимых границах, определённых специфическими педагогическими принципами спортивной тренировки. Ожидаемый (прогнозируемый) итог воздействия учебно-тренировочного занятия на организм несколько снижен, но сохраняется эффект, повышающий (развивающий) функциональные возможности;</p> <p>3 балла - объём и интенсивность выполненной индивидуальной физической нагрузки, паузы отдыха и его характер (активный, пассивный) между упражнениями снижены, и не позволяют достигать развивающего эффекта функциональных возможностей организма. Характер тренировочной нагрузки – поддерживающий;</p> <p>2 балла - объём и интенсивность выполненной индивидуальной физической нагрузки недостаточны для поддержания функциональных возможностей организма. Ожидаемый (прогнозируемый) итог воздействия учебно-тренировочного занятия –</p>	
--	--	--	--	--	---	--

					<p>снижение функциональных возможностей организма.</p> <p>1 балл - объём и интенсивность выполненной индивидуальной физической нагрузки незначительны. Ожидаемый (прогнозируемый) итог воздействия учебно-тренировочного занятия – «растренированность», предрасположенность к гиподинамическому состоянию организма.</p> <p>Невыполненное ДУТЗ соответствует 0.</p> <p>По теме 5:</p> <p>5 баллов – высокая индивидуальная физическая подготовленность, технические элементы спортивных игр выполнены на высоком уровне, выполнены все технико-тактические индивидуальные и командные действия;</p> <p>4 балла - высокая индивидуальная физическая подготовленность, технические элементы спортивных игр выполнены на достаточном уровне, позволяющем решать поставленные задачи, технико-тактические индивидуальные и командные действия выполнены с небольшими ошибками;</p> <p>3 балла - достаточно хорошая индивидуальная физическая подготовленность для решения поставленных задач, технические элементы спортивных игр выполнены с небольшими ошибками, технико-тактические индивидуальные и командные действия выполнены с грубыми ошибками;</p> <p>2 балла - индивидуальная физическая подготовленность не позволяет решать поставленные задачи, технические элементы спортивных игр выполнены с грубыми ошибками, технико-тактические индивидуальные и командные действия не выполнены;</p> <p>1 балл - индивидуальная физическая подготовленность недостаточна, не выполнены технические элементы спортивных игр, технико-тактические индивидуальные и командные действия отсутствуют;</p>	
--	--	--	--	--	--	--

						0 баллов - ДУТЗ не выполнено	
2	6	Текущий контроль	Выполнение контрольных нормативов по ОФП	30	15	<p>Для определения исходного уровня физической подготовленности на начало учебного года на 1-м и 2-м учебном занятии в первом семестре студенты выполняют нормативы по общефизической подготовке в беге на 100 и 1000 м., подтягивание на перекладине - юн., сгибание-разгибание рук в упоре от скамьи высотой 40 см - дев. Критерии оценивания: за каждый из трёх выполненных нормативов выставляется от 1 до 5 баллов. Критерии оценивания: за каждый из трёх выполненных нормативов выставляется от 1 до 5 баллов. Максимальный балл определяется по сумме 3-х нормативов. Выполнение менее 3-х нормативов оценивается как 0 баллов.</p> <p>Контрольные нормативы (мужчины) Оценка в баллах 5 4 3 2 1 Бег 100 метров (сек) 13,2 13,8 14,3 14,7 15,0 Бег 1000 метров (мин) 3,20 3,40 4,10 4,30 4,50 Подтягивание на перекладине (кол-во раз) 15 11 7 5 3 Прыжки в длину с места (см) 240 225 210 200 190</p> <p>Контрольные нормативы (женщины) Оценка в баллах 5 4 3 2 1 Бег 100 метров (сек) 16,0 16,6 17,9 18,5 19,5 Бег 1000 метров (мин) 4,30 4,50 5,20 5,40 6,00 Поднимание и опускание туловища из п. лёжа на спине, ноги закреплены, руки за головой ( за 1 мин. кол-во раз) 45 40 35 30 20 Прыжки в длину с места (см) 180 170 160 150 140</p>	зачет
3	6	Текущий контроль	Выполнение методико-практических заданий по теме 2	1,875	5	<p>На методическом учебном занятии студентам предлагается выполнить методико-практическое задание (МПЗ). Результат выполненного МПЗ показывает уровень методической и теоретической подготовленности обучающегося, выражается в использовании полученных знаний на практических занятиях и физкультурно-спортивных практиках. Количество МПЗ соответствует объёму раздела дисциплины "Методическая подготовка", и составляет в шестом</p>	зачет

					<p>семестре – 1 задание. Выполненное МПЗ оценивается от 1 до 5 баллов.</p> <p>5 баллов - 1.Знание основ методики тренировки и методов самоконтроля за функциональным состоянием, физическим развитием, физической подготовленностью;</p> <p>2.Знание междисциплинарных связей (анатомия, физиология, биомеханика и др.) по теме;</p> <p>3. Ориентация в основном и дополнительном материале по теме;</p> <p>4. Глубокое понимание сути понятий и определений по содержанию курса;</p> <p>5.Использование основ методики тренировки и самоконтроля в процессе жизнедеятельности и самореализации физической подготовки.</p> <p>4. балла - 1. Знание основных формулировок, понятий, определений в методике тренировок в фитнесе и методов самоконтроля;</p> <p>2.Недостаточный учёт междисциплинарных связей при использовании методик тренировки и методов самоконтроля за состоянием организма;</p> <p>3. Дополнительный материал по изучаемой теме используется фрагментарно.</p> <p>4.При выполнении учебного материала по методическому разделу допущены незначительные ошибки;</p> <p>5. Не всегда показатели самоконтроля учитываются при составлении методических указаний.</p> <p>3 балла - 1.Приблизительное знание формулировок, определений и понятий в методике тренировок и методов самоконтроля;</p> <p>2. Отсутствуют междисциплинарные связи при использовании методик тренировки и методов самоконтроля за состоянием организм;</p> <p>3. Недостаточно сформированы умения по методическим основам тренировки и методам использования самоконтроля;</p> <p>4. При выполнении заданий по использованию методики тренировок и методов самоконтроля допущены фрагментарные пробелы, которые не позволяют логически связать программный материал изучаемой</p>
--	--	--	--	--	---

					<p>темы;</p> <p>5. Недостаточная практическая направленность полученных умений и навыков самоконтроля по изучаемой теме.</p> <p>2 балла - 1. Большое количество ошибок в формулировках, определениях и понятиях в методике тренировок и методов самоконтроля;</p> <p>2. Проявленные умения по методическим основам тренировки и методам использования самоконтроля незначительны;</p> <p>3. Не определена связь между выявленными показателями самоконтроля и использованием их в учебно-тренировочных занятиях.</p> <p>1 балл - 1. Большое количество ошибок в формулировках, определениях и понятиях в методике тренировок и методов самоконтроля;</p> <p>2. Незначительно проявляются умения в определении методов и приёмов самоконтроля.</p> <p>3. Отсутствуют умения методически правильно организовать учебно-тренировочное занятие;</p> <p>0 баллов - МПЗ не выполнено.</p>		
4	6	Текущий контроль	Выполнение двигательных учебно-тренировочных заданий (ДУТЗ) по темам 3,4,5	30	80	<p>На каждом учебном занятии студентам предлагается выполнить двигательное учебно-тренировочное задание (ДУТЗ). Результат выполненного (ДУТЗ) показывает уровень физической подготовленности обучающегося в лыжных гонках, спортивных играх и выражается в проявлении им скоростно-силовых и координационных способностей, выносливости, гибкости, и является критерием оценки. Количество ДУТЗ по теме № 3 - 10 занятий, по теме № 4 - 5 занятий, по теме № 5 - 1 занятие. Экспертную оценку преподаватель выставляет в баллах от 1 до 5 за каждое выполненное задание. По темам 3,4:</p> <p>5 баллов – объём и интенсивность выполненной индивидуальной физической нагрузки соответствует целям и задачам учебного занятия, паузы отдыха и его характер (активный, пассивный) между упражнениями находятся в допустимых границах, определённых</p>	зачет

					<p>специфическими педагогическими принципами спортивной тренировки, достигнут ожидаемый (прогнозируемый) итог воздействия учебно-тренировочного занятия - повышающий (развивающий) функциональные возможности организма;</p> <p>4 балла - объём выполненной индивидуальной физической нагрузки соответствует целям и задачам учебного занятия при незначительном снижении интенсивности, паузы отдыха и его характер (активный, пассивный) между упражнениями находятся в допустимых границах, определённых специфическими педагогическими принципами спортивной тренировки. Ожидаемый (прогнозируемый) итог воздействия учебно-тренировочного занятия на организм несколько снижен, но сохраняется эффект, повышающий (развивающий) функциональные возможности;</p> <p>3 балла - объём и интенсивность выполненной индивидуальной физической нагрузки, паузы отдыха и его характер (активный, пассивный) между упражнениями снижены, и не позволяют достигать развивающего эффекта функциональных возможностей организма. Характер тренировочной нагрузки – поддерживающий;</p> <p>2 балла - объём и интенсивность выполненной индивидуальной физической нагрузки недостаточны для поддержания функциональных возможностей организма. Ожидаемый (прогнозируемый) итог воздействия учебно-тренировочного занятия – снижение функциональных возможностей организма.</p> <p>1 балл - объём и интенсивность выполненной индивидуальной физической нагрузки незначительны. Ожидаемый (прогнозируемый) итог воздействия учебно-тренировочного занятия – «растренированность», предрасположенность к гиподинамическому состоянию</p>
--	--	--	--	--	--

					<p>организма. Невыполненное ДУТЗ соответствует 0. По теме 5: 5 баллов – высокая индивидуальная физическая подготовленность, технические элементы спортивных игр выполнены на высоком уровне, выполнены все технико-тактические индивидуальные и командные действия;</p> <p>4 балла - высокая индивидуальная физическая подготовленность, технические элементы спортивных игр выполнены на достаточном уровне, позволяющем решать поставленные задачи, технико-тактические индивидуальные и командные действия выполнены с небольшими ошибками;</p> <p>3 балла - достаточно хорошая индивидуальная физическая подготовленность для решения поставленных задач, технические элементы спортивных игр выполнены с небольшими ошибками, технико-тактические индивидуальные и командные действия выполнены с грубыми ошибками;</p> <p>2 балла - индивидуальная физическая подготовленность не позволяет решать поставленные задачи, технические элементы спортивных игр выполнены с грубыми ошибками, технико-тактические индивидуальные и командные действия не выполнены;</p> <p>1 балл - индивидуальная физическая подготовленность недостаточна, не выполнены технические элементы спортивных игр, технико-тактические индивидуальные и командные действия отсутствуют;</p> <p>0 баллов - ДУТЗ не выполнено</p>		
5	6	Текущий контроль	Компьютерное тестирование	10	10	<p>Проводится в 6-м семестре по темам РПД 1,2,3,4.5 во внеучебное время. Тестовые задания (ТЗ) размещены в системе "MOODLE". Студенту даётся 3 попытки для прохождения теста. Каждая попытка включает в себя 10 тестовых заданий. На одну попытку даётся 15 минут. После завершения попытки задания автоматически меняются. В зачёт идёт лучшая</p>	зачет

						попытка из 3-х возможных. За правильный ответ на одно тестовое задание начисляется 1 балл. За неправильный ответ на одно тестовое задание начисляется 0 баллов.	
6	6	Бонус	Участие в физкультурно-массовых и спортивных мероприятиях	-	15	Выставляется тем студентам, которые участвовали в означенных мероприятиях, и которые имеют средний рейтинг по всем контрольно-рейтинговым мероприятиям больше или равный 60% . Студент представляет копии документов, подтверждающих участие в физкультурно-массовых и спортивных мероприятиях. Максимально возможная величина бонус- рейтинга +15 % +15 % за участие в спортивных мероприятиях в составе сборных команд ЮУрГУ по видам спорта; +10 % за участие в спортивно-массовых мероприятиях ЮУрГУ в составе сборных команд факультета по видам спорта; +8 % за выполнение нормативов комплекса ГТО на золотой знак; +6 % за выполнение нормативов комплекса ГТО на серебряный знак; +5 % за участие в физкультурно-массовых мероприятиях структурного подразделения (факультета).	зачет
7	6	Промежуточная аттестация	Зачёт	-	5	При неудовлетворённости студента результатами зачёта по текущему контролю, студент может улучшить свой рейтинг, используя возможность получить итоговую оценку по результатам промежуточной аттестации. Для этого предусмотрено КРМ – устный ответ по билетам. В билете 2 вопроса. Время на подготовку – 30 минут. Максимальная оценка – 5 баллов. 5 баллов - 1.Ориентация в основном и дополнительном материале по теме; 2.Знание междисциплинарных связей (анатомия, физиология и др.) по рассматриваемому вопросу; 3.Знания и умения по основам тренировки и самоподготовки; 4.Глубокое понимание сути понятий и определений по содержанию образовательной программы по дисциплине; 5.Использование основ самоконтроля в процессе жизнедеятельности и	зачет

					<p>самореализации физической подготовки.</p> <p>4 балла -</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1.Знание основных формулировок, понятий, определений по программе становления физической культуры личности;</li><li>2.Знание основ тренировки и самоподготовки;</li><li>3.Знание методов оценки двигательной подготовленности;</li><li>4.При изложении учебного материала по дисциплине допущены незначительные ошибки;</li><li>5.Недостаточная практическая направленность знаний и их связь с другими дисциплинами.</li></ol> <p>3 балла -</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1.Приблизительное знание формулировок, определений и понятий;</li><li>2.Нет дополнений к изученному материалу;</li><li>3.Недостаточно полны знания и умения по основам тренировки и самоподготовки;</li><li>4.При изложении учебного материала по дисциплине допущены фрагментарные пробелы, которые не позволяют логически связать программный материал образовательной программы;</li><li>5.Не определена практическая направленность полученных знаний и связь между дисциплинами.</li></ol> <p>2 балла -</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1.Формулировки определений и понятий даны не в полном объеме. Их знание не позволяет понять программный материал образовательной программы;</li><li>2.Знания по теме не позволяют выбрать адекватную своим возможностям физическую нагрузку для повышения своей физической и функциональной подготовленности;</li><li>3.Методические ошибки трактовки основ тренировки и самоподготовки исключают возможность составления программ, направленных на формирование физической культуры личности.</li></ol>	
--	--	--	--	--	--	--

					<p>1 балл -</p> <p>1.Знания по теме фрагментарны, большое количество ошибок;</p> <p>2.Отсутствуют формулировки определений, понятий.</p> <p>3.Отсутствуют знания по основам тренировки и самоподготовке;</p> <p>4.Связь между дисциплинами и их практическая направленность не определена.</p> <p>Отвечая на вопросы билета, студент демонстрирует теоретические и методико-практические знания по дисциплине.</p> <p>Тем самым студент может улучшить свой рейтинг, полученный по итогам текущего контроля, но, в случае неудачного ответа, оценка не может быть ниже, полученной по итогам текущего контроля.</p>	
--	--	--	--	--	---	--

## 6.2. Процедура проведения, критерии оценивания

Вид промежуточной аттестации	Процедура проведения	Критерии оценивания
зачет	<p>Выставляется по результатам текущего контроля. При неудовлетворённости студента результатами зачёта по текущему контролю, студент может улучшить свой рейтинг, используя возможность получить итоговую оценку по результатам КРМ промежуточной аттестации. При оценивании результатов мероприятия используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов учебной деятельности обучающихся (утверждена приказом ректора от 24.05.2019 г. № 179). Зачтено: величина рейтинга обучающегося по дисциплине больше или равна 60 % Не зачтено: величина рейтинга обучающегося по дисциплине меньше 60 %.</p>	<p>В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения</p>

## 6.3. Паспорт фонда оценочных средств

Компетенции	Результаты обучения	№ КМ						
		1	2	3	4	5	6	7
УК-6	Знает: Содержание процессов самоорганизации и самообразования при планировании занятий физической культурой.	+	+	+	+	+	+	+
УК-6	Умеет: Выстраивать траекторию саморазвития на основе принципов физического воспитания.	+	+	+	+			+
УК-6	Имеет практический опыт: Использования индивидуальных программ общей и профессионально-прикладной физической подготовки различной целевой направленности (оздоровительной, спортивной, лечебной, рекреативной, кондиционной и др.).	+	+	+	+			+
УК-7	Знает: Основы профессионально-прикладной физической культуры в соответствии с выбранной профессиональной деятельностью	+	+	+	+	+	+	+
УК-7	Умеет: Планировать и составлять индивидуальные программы общей и профессионально-прикладной физической подготовки различной целевой	+	+	+	+			+

	направленности на разных возрастных этапах								
УК-7	Имеет практический опыт: Ведения самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности, планирования и проведения систематических занятий физической культурой	+	+	+	+	+	+	+	+

Типовые контрольные задания по каждому мероприятию находятся в приложениях.

## 7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### Печатная учебно-методическая документация

#### а) основная литература:

1. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта Учеб. пособие для высш. и сред. учеб. заведений физ. культуры Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - 3-е изд., стер. - М.: Академия, 2004. - 478, [1] с.

#### б) дополнительная литература:

1. Физическая культура студента Учеб. для вузов М. Я. Виленский, А. И. Зайцев, В. И. Ильинич и др.; Под ред. В. И. Ильинича. - М.: Гардарики, 2001. - 446,[1] с. ил.

#### в) отечественные и зарубежные журналы по дисциплине, имеющиеся в библиотеке:

Не предусмотрены

#### г) методические указания для студентов по освоению дисциплины:

1. Шатунов, Д. А. Теория и методика обучения базовым видам спорта: легкая атлетика : учебно-методическое пособие / Д. А. Шатунов. — Казань : Поволжская ГАФКСиТ, 2020. — 127 с.
2. Самостоятельная работа студентов по дисциплине теория и методика обучения базовым видам спорта: спортивные и подвижные игры (баскетбол) : учебно-методическое пособие / Ю. Н. Емельянова, И. Е. Коновалов, О. В. Матвиенко [и др.]. — Казань : Поволжская ГАФКСиТ, 2019. — 171 с.

#### из них: учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента:

1. Шатунов, Д. А. Теория и методика обучения базовым видам спорта: легкая атлетика : учебно-методическое пособие / Д. А. Шатунов. — Казань : Поволжская ГАФКСиТ, 2020. — 127 с.
2. Самостоятельная работа студентов по дисциплине теория и методика обучения базовым видам спорта: спортивные и подвижные игры (баскетбол) : учебно-методическое пособие / Ю. Н. Емельянова, И. Е. Коновалов, О. В. Матвиенко [и др.]. — Казань : Поволжская ГАФКСиТ, 2019. — 171 с.

### Электронная учебно-методическая документация

№	Вид литературы	Наименование ресурса в электронной форме	Библи
---	----------------	--	-------

1	Основная литература	Электронный каталог ЮУрГУ	Севостьянов, Д. Ю. Обучение плаванию на занятиях физической культуры "Менеджмент", "Торг. дело", "Упр. персоналом" / Д. Ю. Севостьянов ; ЮУрГУ Выходные данные Челябинск : Издательский Центр ЮУрГУ, [2] с. : ил. + электрон. версия <a href="http://virtua.lib.susu.ru/cgi-bin/gw_2011_1_4/chameleon?sessionid=2021100618104222181&amp;skin=def1112">http://virtua.lib.susu.ru/cgi-bin/gw_2011_1_4/chameleon?sessionid=2021100618104222181&amp;skin=def1112</a> DEFAULT&searchid=H1&sourcescreen=INITREQ&pos=1&itempos=1&r
2	Основная литература	Электронный каталог ЮУрГУ	Павленко, С. Н. Совершенствование технических приемов волейбола [Г ун-т, Каф. Спортивное совершенствование ; ЮУрГУ Выходные данные <a href="http://www.lib.susu.ac.ru/ftd?base=SUSU_METHOD&amp;key=000508908">http://www.lib.susu.ac.ru/ftd?base=SUSU_METHOD&amp;key=000508908</a> <a href="http://www.lib.susu.ac.ru/ftd?base=SUSU_METHOD&amp;key=000508908">http://www.lib.susu.ac.ru/ftd?base=SUSU_METHOD&amp;key=000508908</a> <a href="http://www.lib.susu.ac.ru/ftd?base=SUSU_METHOD&amp;key=000508908">http://www.lib.susu.ac.ru/ftd?base=SUSU_METHOD&amp;key=000508908</a> <a href="http://www.lib.susu.ac.ru/ftd?base=SUSU_METHOD&amp;key=000508908">http://www.lib.susu.ac.ru/ftd?base=SUSU_METHOD&amp;key=000508908</a> bin/gw_2011_1_4/chameleon?sessionid=2021100618104222181&skin=def1112 DEFAULT&searchid=H1&sourcescreen=INITREQ&pos=1&itempos=1&r
3	Дополнительная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Футбол: история, правила, техника и тактика игры в футбол : учебно-методическое пособие / Липецкий ГПУ, 2017. — 119 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система издательства Лань
4	Основная литература	Электронный каталог ЮУрГУ	Стовба, И. Р. Лыжная подготовка для студентов основного отделения [Г ун-т, Каф. Физ. воспитание ; ЮУрГУ Выходные данные Челябинск : Издательский Центр ЮУрГУ, 2017. — 119 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система издательства Лань <a href="http://www.lib.susu.ac.ru/ftd?base=SUSU_METHOD&amp;key=000526500">http://www.lib.susu.ac.ru/ftd?base=SUSU_METHOD&amp;key=000526500</a> я7п bin/gw_2011_1_4/chameleon?sessionid=2021100618104222181&skin=def1112 DEFAULT&searchid=H1&sourcescreen=INITREQ&pos=1&itempos=1&r
5	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Зенкова, Т. А. Профессионально-прикладная физическая культура студентов / Т. А. Зенкова. — Челябинск : ЮУрГУ, 2020. — 152 с. — ISBN 978-5-88814-921-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система издательства Лань

Перечень используемого программного обеспечения:

1. Microsoft-Windows(бессрочно)
2. Microsoft-Office(бессрочно)

Перечень используемых профессиональных баз данных и информационных справочных систем:

Нет

## 8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Вид занятий	№ ауд.	Основное оборудование, стенды, макеты, компьютерная техника, предустановленное программное обеспечение, используемое для различных видов занятий
Пересдача	101 (ДС)	Журналы учёта учебной работы, зачётные ведомости, протоколы сдачи контрольных нормативов, "Паспорт здоровья" студента, билеты с контрольными вопросами
Практические занятия и семинары	05 (УСК)	Дорожки для плавания, пенопластовые доски для рук, ног, секундомер
Практические занятия и семинары	1 Баскетбол.зал (ДС)	Залы по видам спорта, тренажёры, мячи, ракетки
Практические занятия и семинары	101 (ДС)	Лыжный инвентарь, секундомер

Самостоятельная работа студента	305 (ДС)	Учебно-методическая литература, учебный раздаточный материал
Практические занятия и семинары	ЛАМ (УСК)	Секундомер, беговые дорожки, сектор для прыжков, гимнастическая перекладина, коврики.
Зачет, диф. зачет	101 (ДС)	Журналы учёта учебной работы, зачётные ведомости, протоколы сдачи контрольных нормативов, "Паспорт здоровья" студента