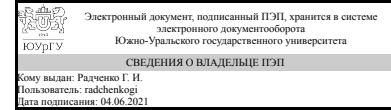


# ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор института  
Высшая школа электроники и  
компьютерных наук



Г. И. Радченко

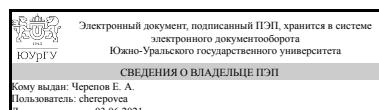
## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**дисциплины 1.Ф.26.00 Физическая культура и спорт  
для специальности 11.05.01 Радиоэлектронные системы и комплексы  
уровень Специалитет  
форма обучения очная  
кафедра-разработчик Физическое воспитание и здоровье**

Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 11.05.01 Радиоэлектронные системы и комплексы, утверждённым приказом Минобрнауки от 09.02.2018 № 94

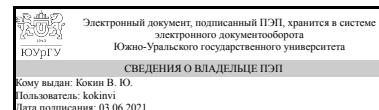
Зав.кафедрой разработчика,  
д.пед.н., доц.

Е. А. Черепов



Разработчик программы,  
к.пед.н., доцент

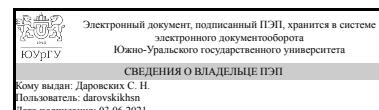
В. Ю. Кокин



СОГЛАСОВАНО

Руководитель специальности  
д.техн.н., доц.

С. Н. Даровских



Челябинск

## **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-ценостного 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 и спорт» свои образовательные и развивающие функции наиболее полно осуществляет в целенаправленном педагогическом процессе физического воспитания, изучается на протяжении 3 лет (5 семестров) и включает в себя следующие обязательные разделы: теоретический, практический и контрольный. Теоретический раздел формирует мировоззренческую систему научно-практических знаний и отношение к физической культуре. Содержит следующий перечень основных тем:

- социокультурное развитие личности студента в образовательном процессе по физической культуре;
- социальные и биологические основы физической культуры;
- здоровый образ и стиль жизни студентов;
- психофизиологические основы повышения эффективности учебного труда и работоспособности студентов средствами физической культуры;
- методические основы и самоконтроль в самостоятельных занятиях физическими упражнениями;
- общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе.

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 самодеятельности 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
УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки и образования в течение всей жизни	Знает: организационно-методические основы физической культуры и спорта. Умеет: устанавливать приоритеты и планировать на их основе занятия физической культурой в целях повышение физической и умственной работоспособности, адаптации к внешним факторам. Имеет практический опыт: нормирования и контроля оздоровительно-тренировочных нагрузок в программе формирования своего здорового образа жизни.
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Знает: научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни. Умеет: выбирать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа жизни. Имеет практический опыт: использования адекватных средств и методов физического воспитания с целью укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

## **3. Место дисциплины в структуре ОП ВО**

Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана	Перечень последующих дисциплин, видов работ
Нет	1.О.00 Физическая культура

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

Нет

## **4. Объём и виды учебной работы**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 0 з.е., 328 ч., 289,25 ч. контактной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах				
		Номер семестра				
		1	2	3	4	5
Общая трудоёмкость дисциплины	328	72	72	72	72	40
<i>Аудиторные занятия:</i>	288	64	64	64	64	32
Лекции (Л)	16	8	8	0	0	0
Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ)	272	56	56	64	64	32
Лабораторные работы (ЛР)	0	0	0	0	0	0
<i>Самостоятельная работа (CPC)</i>	38,75	7,75	7,75	7,75	7,75	7,75
с применением дистанционных образовательных технологий	0					
Компьютерное тестирование	2,5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5
Изучение темы: «Психофизиологические основы повышения эффективности учебного труда и работоспособности студентов средствами физической культуры»	2	0	0	2	0	0
Подготовка к зачёту	26,25	5.25	5.25	5.25	5.25	5.25
Изучение темы: «Социальные и биологические основы физической культуры».	2	2	0	0	0	0
Изучение темы: «Общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе	2	0	0	0	2	0
Изучение темы: «Методические основы и самоконтроль в самостоятельных занятиях физическими упражнениями».	2	0	0	0	0	2
Изучение темы: «Здоровый образ и стиль жизни студентов»	2	0	2	0	0	0
Консультации и промежуточная аттестация	1,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25
Вид контроля (зачет, диф.зачет, экзамен)	-	зачет	зачет	зачет	зачет	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)	96	4	92	0
2	Методический практикум	14	0	14	0
3	Лыжные гонки	44	4	40	0
4	Плавание	66	4	62	0
5	Спортивные игры (футбол, баскетбол, волейбол)	68	4	64	0

### 5.1. Лекции

№ лекции	№ раздела	Наименование или краткое содержание лекционного занятия	Кол-во часов

1	1	"Социокультурное развитие личности студента в образовательном процессе по физической культуре"	2
2	1	«Социальные и биологические основы физической культуры».	2
3	3	«Здоровый образ и стиль жизни студентов»	2
4	3	«Психофизиологические основы повышения эффективности учебного труда и работоспособности студентов средствами физической культуры»	2
5	4	«Самоконтроль за функциональным состоянием организма»	2
6	4	«Общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе (часть 1)».	2
7	5	«Общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе (часть 2)».	2
8	5	«Методические основы и самоконтроль в самостоятельных занятиях физическими упражнениями».	2

## 5.2. Практические занятия, семинары

№ занятия	№ раздела	Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара	Кол-во часов
2-3	1	Упражнения общей и профессионально-прикладной физической направленности. О.Р.У. для рук и плечевого пояса, туловища, ног. Специальные беговые упражнения, техника низкого и высокого старта.	4
4-5	1	Упражнения общей и профессионально-прикладной физической направленности. О.Р.У. для развития силы, быстроты, гибкости, координации. Специальные беговые упражнения, стартовое ускорение, бег по дистанции.	4
6-7	1	Упражнения общей и профессионально-прикладной физической направленности. О.Р.У. для рук и плечевого пояса, туловища, ног. Специальные беговые упражнения, стартовое ускорение, бег по дистанции	4
8-9	1	Упражнения общей и профессионально-прикладной физической направленности. Сдача контрольных нормативов – бег на 100 и 1000 м, прыжок в дл. с места (для определения уровня физической и функциональной подготовленности студентов-первокурсников).	4
10-11	1	Упражнения общей и профессионально-прикладной физической направленности. О.Р.У. для развития силы, быстроты, гибкости, координации. Специальные беговые упражнения, бег по дистанции, финиширование.	4
12	1	Упражнения общей и профессионально-прикладной физической направленности. О.Р.У. для развития силы, быстроты, гибкости, координации. Кросс -2000 м.	2
13-14	1	Упражнения общей и профессионально-прикладной физической направленности. О.Р.У. для рук и плечевого пояса, туловища, ног. Кроссовый бег переменной интенсивности до 3-х км.	4
15-16	1	Упражнения общей и профессионально-прикладной физической направленности. О.Р.У. для рук и плечевого пояса, туловища, ног. Кроссовый бег в равномерном темпе до 3-х км.	4
51-52	1	Упражнения общей и профессионально-прикладной физической направленности. О.Р.У. для развития силы, быстроты, гибкости, координации. Кроссовый бег до 20 мин., повторный бег на отрезках 100-150 м.	4
53-54	1	Упражнения общей и профессионально-прикладной физической направленности. О.Р.У. для развития силы, быстроты, гибкости, координации. Кроссовый бег до 20 мин., повторный бег на отрезках 60 м.	4

55-56	1	Оценить уровень сформированности двигательных умений и навыков, физическую и функциональную подготовленность в легкоатлетических и гимнастических упражнения. Контрольные нормативы - бег на 100 и 1000 м, подтягивания -ю., подниман. тул. из пол. лёжа - д.	4
57-58	1	Упражнения общей и профессионально-прикладной физической направленности. О.Р.У. для рук и плечевого пояса, туловища, ног. Специальные беговые упражнения, техника низкого и высокого старта.	4
59-60	1	Упражнения общей и профессионально-прикладной физической направленности. О.Р.У. для развития силы, быстроты, гибкости, координации. Специальные беговые упражнения, стартовое ускорение, бег по дистанции.	4
61-62	1	Упражнения общей и профессионально-прикладной физической направленности. О.Р.У. для развития силы, быстроты, гибкости, координации. Специальные беговые упражнения, бег по дистанции, финиширование. Повторный бег на отрезках 60 м	4
63	1	Упражнения общей и профессионально-прикладной физической направленности. О.Р.У. для рук и плечевого пояса, туловища, ног. Специальные беговые упражнения. Тест К.Купера	2
64-65	1	Упражнения общей и профессионально-прикладной физической направленности. О.Р.У. для рук и плечевого пояса, туловища, ног. Специальные беговые упражнения, повторный бег на отрезках 200-600 м.	4
66-68	1	Упражнения общей и профессионально-прикладной физической направленности. О.Р.У. для рук и плечевого пояса, туловища, ног. Кроссовый бег в равномерном темпе до 20 мин.с преодолением полосы препятствий.	6
114-116	1	Упражнения общей и профессионально-прикладной физической направленности. О.Р.У. для рук и плечевого пояса, туловища, ног. Кроссовый бег в равномерном темпе до 20 мин.с преодолением полосы препятствий.	6
117-119	1	Упражнения общей и профессионально-прикладной физической направленности. О.Р.У. для рук и плечевого пояса, туловища, ног. Эстафетный бег.	6
120	1	Упражнения общей и профессионально-прикладной физической направленности. О.Р.У. для рук и плечевого пояса, туловища, ног. Специальные беговые упражнения. Тест К. Купера	2
121-122	1	Упражнения общей и профессионально-прикладной физической направленности. О.Р.У. для рук и плечевого пояса, туловища, ног. Специальные беговые упражнения, техника низкого и высокого старта.	4
123-124	1	Упражнения общей и профессионально-прикладной физической направленности. О.Р.У. для развития силы, быстроты, гибкости, координации. Специальные беговые упражнения, стартовое ускорение, бег по дистанции, финиширование	4
125-126	1	Упражнения общей и профессионально-прикладной физической направленности. Упражнения с отягощениями, на гимнастических снарядах. Специальные беговые упражнения, эстафетный бег.	4
1	2	Вводное занятие. Беседа "Социокультурное развитие личности студента в образовательном процессе по физической культуре".	2
28	2	Преодолеть дистанцию в беге на 2000 м. с ЧСС в диапазоне 130-155 уд/мин. (режим энергообеспечения – аэробный) в равномерном темпе. Зафиксировать в «Паспорте здоровья» показатели объективного и субъективного характера – частота дыхания, наличие или отсутствие потоотделения, самочувствие, окраска кожного покрова, время восстановления по ЧСС после бега и др.	2
39	2	Методика составления комплексов упражнений различной направленности, используемых в малых формах занятий и вводной части учебного занятия (общая разминка). Составить и провести с учебной группой комплексы	2

		упражнений: - утренняя гигиеническая гимнастика; - физкультминутки, физкультпаузы; - ОРУ (общеразвивающие упражнения) Кросс 2 км.	
40	2	Оценить методические знания и умения при самоконтроле за функциональным состоянием организма. Выполнить комплекс упражнений силовой направленности, состоящий из 8-10 упражнений. Метод организации занятия - «по станциям». На каждой «станции» выполнить по два сета. Паузы отдыха между упражнениями и сетами регулировать по показателям ЧСС. Каждое следующее упражнение начинать при ЧСС = 110 уд/мин.	2
87	2	Выполнить 5-ти минутный Гарвардский степ-тест. Оценить по результатам теста уровень своего функционального состояния. Медленный бег 2 км.	2
88	2	Общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе. Методика самооценки уровня и динамики общей и специальной физической подготовленности по избранному виду спорта или системе физических упражнений. Методика проведения учебно-тренировочного занятия.. Провести учебно-тренировочное занятие по избранному виду спорта или системе физических упражнений	2
99	2	Провести учебно-тренировочное занятие по избранному виду спорта или системе физических упражнений с использованием показателей объективного и субъективного характера по выбору с направленностью: - гигиенической; - рекреационной; - спортивной.	2
29	3	Лыжные гонки. Специальные подготовительные упражнения: без лыж, на лыжах, с палками и без палок.	2
30	3	Лыжные гонки. Передвижение на лыжах с равномерной интенсивностью, попеременный двухшажный ход.	2
31-33	3	Лыжные гонки. Одновременные ходы, способы спусков с горы на лыжах.	6
34	3	Лыжные гонки. Одновременные ходы, способы спусков с горы на лыжах.	2
35-36	3	Лыжные гонки. Подъёмы: «ёлочкой», «лесенкой», ступающим шагом, скользящим шагом.	4
37-38	3	Лыжные гонки. Передвижение на лыжах с переменной интенсивностью: муж-5 км, жен.-3 км.	4
89	3	Лыжные гонки. Специальные подготовительные упражнения: без лыж, на лыжах, с палками и без палок	2
90-91	3	Лыжные гонки. Передвижение на лыжах с равномерной интенсивностью, попеременный двухшажный ход.	4
92-93	3	Лыжные гонки. Одновременные ходы, способы спусков с горы на лыжах. Подъёмы: «ёлочкой», «лесенкой», ступающим шагом, скользящим шагом	4
94-96	3	Лыжные гонки. Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом с различной интенсивностью.	6
97-98	3	Лыжный спорт. Передвижение на лыжах с переменной интенсивностью: муж-5 км, жен.-3 км	4
22	4	Плавание. Специальные упражнения на суще и на воде.	2
23-24	4	Плавание. Кроль на груди (положение тела, движения рук, ног).	4
25-26	4	Плавание. Кроль на груди (дыхание, общая координация движений)	4
27	4	Плавание. Кроль на груди ( прохождение отрезков 5x50 м)	2
46	4	Плавание. Кроль на груди (дыхание, общая координация движений).	2
47-48	4	Плавание. Кроль на груди (дыхание, общая координация движений)	4
49-50	4	Плавание. Прохождение отрезков 100-200 м. повторным методом. Повороты.	4
78-80	4	Плавание. Браss (положение тела, движения рук и ног).	6
81-83	4	Плавание. Браss (дыхание, общая координация движений). Повороты	6
84-86	4	Плавание. Прохождение отрезков 100-200 м. повторным методом. Повороты	6
100	4	Плавание. Специальные упражнения на суще и на воде	2

101	4	Плавание. Кроль на спине (положение тела, движения рук, ног). Повороты	2
102-103	4	Плавание. Кроль на спине (дыхание, общая координация движений)	4
104	4	Плавание. Кроль на спине (положение тела, движения рук и ног).	2
131-133	4	Плавание. Комплексное плавание - 500 м	6
134-135	4	Комплексное плавание. Прохождение отрезков 4x50 м. повторным методом.	4
136	4	Плавание. Выполнение контрольного норматива на дистанции 50 м.	2
17	5	Спортивные игры (футбол, волейбол, баскетбол). Ведение мяча и удары по мячу, передачи мяча.	2
18-19	5	Спортивные игры (футбол, волейбол, баскетбол). Ведение мяча и удары по мячу, передачи мяча).	4
20-21	5	Спортивные игры (футбол, волейбол, баскетбол). Ведение мяча и удары по мячу, передачи мяча.). Двусторонняя игра.	4
41	5	Спортивные игры (футбол, волейбол, баскетбол). Ведение мяча и удары по мячу, передачи мяча.). Двусторонняя игра.	2
42-43	5	Спортивные игры (футбол, волейбол, баскетбол). Двусторонняя игра.	4
44-45	5	Спортивные игры (футбол, волейбол, баскетбол). Двусторонняя игра.	4
69-70	5	Спортивные игры (футбол, волейбол, баскетбол). Ведение мяча и удары по мячу, передачи мяча.). Двусторонняя игра	4
71-72	5	Спортивные игры (футбол, волейбол, баскетбол). Двусторонняя игра.	4
73-74	5	Спортивные игры (футбол, волейбол, баскетбол). Двусторонняя игра.	4
75-77	5	Спортивные игры (футбол, волейбол, баскетбол). Двусторонняя игра.	6
105-107	5	Спортивные игры (футбол, волейбол, баскетбол). Ведение мяча и удары по мячу, передачи мяча.). Двусторонняя игра	6
108-110	5	Спортивные игры (футбол, волейбол, баскетбол). Двусторонняя игра.	6
111-113	5	Спортивные игры (футбол, волейбол, баскетбол). Двусторонняя игра.	6
127-129	5	Спортивные игры (футбол, волейбол, баскетбол). Ведение мяча и удары по мячу, передачи мяча.). Двусторонняя игра	6
130	5	Спортивные игры (футбол, волейбол, баскетбол). 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
Компьютерное тестирование	ЭУМД осн. лит. 4, с. 8-43; ПУМД, доп. лит. 1, гл. 2, с. 27-109	1	0,5
Изучение темы: «Психофизиологические основы повышения эффективности учебного труда и работоспособности студентов средствами физической культуры»	ПУМД, доп. лит. 1, гл. 4, с. 148-174; ПУМД, осн. лит. 1, гл. 13, с. 266--278	3	2
Подготовка к зачёту	ЭУМД осн. лит. с. 44-58; ПУМД, доп.	2	5,25

		лит. 1, гл. 3, с. 111-147; ПУМД, осн. лит. 1, гл. 23, с. 430--435		
Подготовка к зачёту		ПУМД, доп. лит. 1, гл. 4, с. 148-174; ПУМД, осн. лит. 1, гл. 13, с. 266--278	3	5,25
Компьютерное тестирование		ПУМД, доп. лит. 1, гл. 6, с. 224-257; ПУМД, доп. лит. 1, гл. 9, с. 301-327; ЭУМД осн. лит. 4, с. 75-103	5	0,5
Изучение темы: «Социальные и биологические основы физической культуры».		ЭУМД осн. лит. 4, с. 8-43; ПУМД, доп. лит. 1, гл. 2, с. 27-109	1	2
Подготовка к зачёту		ПУМД, доп. лит. 1, гл. 6, с. 224-257; ПУМД, доп. лит. 1, гл. 9, с. 301-327; ЭУМД осн. лит. 4, с. 75-103	5	5,25
Компьютерное тестирование		ЭУМД осн. лит. с. 44-58; ПУМД, доп. лит. 1, гл. 3, с. 111-147; ПУМД, осн. лит. 1, гл. 23, с. 430--435	2	0,5
Компьютерное тестирование		ПУМД, доп. лит. 1, гл. 4, с. 148-174; ПУМД, осн. лит. 1, гл. 13, с. 266--278	3	0,5
Изучение темы: «Общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе		ПУМД, доп. лит. 1, гл. 5, с. 175-223; ЭУМД осн. лит. 4, с. 60-74	4	2
Подготовка к зачёту		ЭУМД осн. лит. 4, с. 8-43; ПУМД, доп. лит. 1, гл. 2, с. 27-109	1	5,25
Изучение темы: «Методические основы и самоконтроль в самостоятельных занятиях физическими упражнениями».		ПУМД, доп. лит. 1, гл. 6, с. 224-257; ПУМД, доп. лит. 1, гл. 9, с. 301-327; ЭУМД осн. лит. 4, с. 75-103	5	2
Подготовка к зачёту		ПУМД, доп. лит. 1, гл. 5, с. 175-223; ЭУМД осн. лит. 4, с. 60-74	4	5,25
Изучение темы: «Здоровый образ и стиль жизни студентов»		ЭУМД осн. лит. 4, с. 44-58; ПУМД, доп. лит. 1, гл. 3, с. 111-147; ПУМД, осн. лит. 1, гл. 23, с. 430--435	2	2
Компьютерное тестирование		ПУМД, доп. лит. 1, гл. 5, с. 175-223; ЭУМД осн. лит. 4, с. 60-74	4	0,5

## 6. Текущий контроль успеваемости, промежуточная аттестация

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- мester	Вид контроля	Название контрольного мероприятия	Вес	Макс. балл	Порядок начисления баллов	Учи- тыва- ется в ПА
1	1	Текущий контроль	Выполнение двигательных учебно- тренировочных заданий по темам РПД № 1,2	30	80	На каждом учебном занятии студентам предлагается решить двигательную учебно-тренировочную задачу (ДУТЗ) по видам деятельности различной направленности сопряжённых с воспитанием (развитием) физических	зачет

						качеств: быстроты, выносливости, силы, гибкости и ловкости. При оценивании результатов мероприятия используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов учебной деятельности обучающихся (утверждена приказом ректора от 24.05.2019 г. № 179) Количество ДУТЗ соответствует объему раздела дисциплины, определенному РПД и составляет – 14 заданий (по 2 часа на каждое задание). Каждая решённая ДУТЗ оценивается от 1 до 5 баллов. Нерешённая ДУТЗ соответствует 0. Максимальное количество баллов = 70. Весовой коэффициент мероприятия = 30%	
2	1	Текущий контроль	Выполнение двигательных учебно-тренировочных заданий по темам РПД №№ 1,2,5,4	30	70	На каждом учебном занятии студентам предлагается решить двигательную учебно-тренировочную задачу (ДУТЗ) по видам деятельности различной направленности сопряженных с воспитанием (развитием) физических качеств: быстроты, выносливости, силы, гибкости и ловкости. При оценивании результатов мероприятия используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов учебной деятельности обучающихся (утверждена приказом ректора от 24.05.2019 г. № 179) Количество ДУТЗ соответствует объему раздела дисциплины, определенному РПД и составляет – 14 заданий (по 2 часа на каждое задание). Каждая решённая ДУТЗ оценивается от 1 до 5 баллов. Нерешённая ДУТЗ соответствует 0. Максимальное количество баллов = 70. Весовой коэффициент мероприятия = 30%	зачет
3	1	Текущий контроль	Выполнение контрольных нормативов	30	15	В первом семестре на 8 и 9 учебном занятии студенты выполняют контрольные упражнения для определения исходного уровня физической и функциональной подготовленности (ФиФП). На 8-м занятии выполняются упражнения скоростно-силовой направленности: бег на 100 м (юн.; дев.), прыжки в дл. с места (юн; дев). На 9-м занятии выполняется упражнение на выносливость – бег на 1000 м по пересеченной местности (юн; дев.). За каждый выполненный норматив выставляется оценка от 1 до 5-ти баллов. По сумме 3-х нормативов определяется итоговый балл. При сдаче менее 3-х нормативов сумма баллов не учитывается	зачет

						= 0 При оценивании результатов мероприятия используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов учебной деятельности обучающихся (утверждена приказом ректора от 24.05.2019 г. № 179) Максимальное количество баллов = 15. Весовой коэффициент мероприятия = 30%	
4	1	Текущий контроль	Компьютерное тестирование	10	10	Оценивается уровень теоретических, методико-практических знаний и проводится дистанционно во внеучебное время (СРС). При оценивании результатов мероприятия используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов учебной деятельности обучающихся (утверждена приказом ректора от 24.05.2019 г. № 179) Тестовое задание (ТЗ) состоит из 10 вопросов в каждом семестре (всего 50), позволяющих оценить степень поэтапного формирования компетенций. Критерии оценивания: - 6 и более правильных тестовых заданий - зачленено ; - менее 5-ти правильных ответов – не зачленено; Максимальное количество баллов – 10. Весовой коэффициент мероприятия – 10%	зачет
5	1	Бонус	Участие в физкультурно-массовых и спортивных мероприятиях	0	15	При оценивании результатов мероприятия используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов учебной деятельности обучающихся (утверждена приказом ректора от 24.05.2019 г. № 179). Бонусные баллы засчитываются за следующие мероприятия: 1. Участие в физкультурно-массовых мероприятиях в своём структурном подразделении равно +5 баллов; 2. Участие в спортивно-массовых мероприятиях ЮУрГУ в составе сборных команд структурного подразделения по видам спорта равно + 10 баллов; 3. Участие в спортивных мероприятиях в составе сборных команд ЮУрГУ по видам спорта равно + 15 баллов; 4. Выполнение нормативов комплекса ГТО на серебряный знак (с предоставлением удостоверения) равно + 6 баллов; 5. Выполнение нормативов комплекса ГТО на золотой знак (с предоставлением удостоверения) равно + 8 баллов.	зачет

						Максимальная величина бонус-рейтинга +15%	
6	2	Текущий контроль	Выполнение двигательных учебно-тренировочных заданий по темам РПД №№ 3,2,5	30	70	На каждом учебном занятии студентам предлагается решить двигательную учебно-тренировочную задачу (ДУТЗ) по видам деятельности различной направленности сопряжённых с воспитанием (развитием) физических качеств: быстроты, выносливости, силы, гибкости и ловкости. При оценивании результатов мероприятия используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов учебной деятельности обучающихся (утверждена приказом ректора от 24.05.2019 г. № 179) Количество ДУТЗ соответствует объёму раздела дисциплины, определённому РПД и составляет – 14 заданий (по 2 часа на каждое задание). Каждая решённая ДУТЗ оценивается от 1 до 5 баллов. Нерешённая ДУТЗ соответствует 0. Максимальное количество баллов = 70. Весовой коэффициент мероприятия = 30%	зачет
7	2	Текущий контроль	Выполнение двигательных учебно-тренировочных заданий по темам РПД №№ 1,5,4	30	70	На каждом учебном занятии студентам предлагается решить двигательную учебно-тренировочную задачу (ДУТЗ) по видам деятельности различной направленности сопряжённых с воспитанием (развитием) физических качеств: быстроты, выносливости, силы, гибкости и ловкости. При оценивании результатов мероприятия используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов учебной деятельности обучающихся (утверждена приказом ректора от 24.05.2019 г. № 179) Количество ДУТЗ соответствует объёму раздела дисциплины, определённому РПД и составляет – 14 заданий (по 2 часа на каждое задание). Каждая решённая ДУТЗ оценивается от 1 до 5 баллов. Нерешённая ДУТЗ соответствует 0. Максимальное количество баллов = 70. Весовой коэффициент мероприятия = 30%	зачет
8	2	Текущий контроль	Выполнение контрольных нормативов	30	15	Во втором семестре на 55 и 56 учебном занятии студенты выполняют контрольные упражнения для определения конечного уровня физической и функциональной подготовленности (ФиФП). На 55-м занятии выполняются упражнения скоростно-силовой направленности: бег на 100 м (юн.; дев.), подтягивание на перекладине - юн, поднимание и	зачет

						опускание туловища и положения лёжа на спине - дев.. На 55-м занятии выполняется упражнение на выносливость – бег на 1000 м по пересечённой местности (юн; дев.). За каждый выполненный норматив выставляется оценка от 1 до 5-ти баллов. По сумме 3-х нормативов определяется итоговый балл. При сдаче менее 3-х нормативов сумма баллов не учитывается = 0 При оценивании результатов мероприятия используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов учебной деятельности обучающихся (утверждена приказом ректора от 24.05.2019 г. № 179) Максимальное количество баллов = 15. Весовой коэффициент мероприятия = 30%	
9	2	Текущий контроль	Компьютерное тестирование	10	10	Оценивается уровень теоретических, методико-практических знаний и проводится дистанционно во внеучебное время (СРС). При оценивании результатов мероприятия используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов учебной деятельности обучающихся (утверждена приказом ректора от 24.05.2019 г. № 179) Тестовое задание (ТЗ) состоит из 10 вопросов в каждом семестре (всего 50), позволяющих оценить степень поэтапного формирования компетенций. Критерии оценивания: - 6 и более правильных тестовых заданий - зачленено ; - менее 5-ти правильных ответов – не зачленено; Максимальное количество баллов = 10. Весовой коэффициент мероприятия = 10%	зачет
10	2	Бонус	Участие в спортивно-массовых мероприятиях	0	10	При оценивании результатов мероприятия используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов учебной деятельности обучающихся (утверждена приказом ректора от 24.05.2019 г. № 179). Бонусные баллы засчитываются за следующие мероприятия: 1. Участие в физкультурно-массовых мероприятиях в своём структурном подразделении равно+5 баллов; 2. Участие в спортивно-массовых мероприятиях ЮУрГУ в составе сборных команд структурного подразделения по видам спорта равно +	зачет

						10 баллов; 3. Участие в спортивных мероприятиях в составе сборных команд ЮУрГУ по видам спорта равно + 15 баллов; 4. Выполнение нормативов комплекса ГТО на серебряный знак (с предоставлением удостоверения) равно + 6 баллов; 5. Выполнение нормативов комплекса ГТО на золотой знак (с предоставлением удостоверения) равно + 8 баллов. Максимальная величина бонус-рейтинга +15%	
11	3	Текущий контроль	Выполнение двигательных учебно-тренировочных заданий по темам РПД №№ 1,5	30	77	На каждом учебном занятии студентам предлагается решить двигательную учебно-тренировочную задачу (ДУТЗ) по видам деятельности различной направленности сопряжённых с воспитанием (развитием) физических качеств: быстроты, выносливости, силы, гибкости и ловкости. При оценивании результатов мероприятия используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов учебной деятельности обучающихся (утверждена приказом ректора от 24.05.2019 г. № 179). Количество ДУТЗ соответствует объему раздела дисциплины, определенному РПД и составляет – 16 заданий (по 2 часа на каждое задание). Каждая решённая ДУТЗ оценивается от 1 до 5 баллов. Нерешённая ДУТЗ соответствует 0. Максимальное количество баллов = 80. Весовой коэффициент мероприятия = 30%	зачет
12	3	Текущий контроль	Выполнение двигательных учебно-тренировочных заданий по темам РПД №№ 2,5,4	30	80	На каждом учебном занятии студентам предлагается решить двигательную учебно-тренировочную задачу (ДУТЗ) по видам деятельности различной направленности сопряжённых с воспитанием (развитием) физических качеств: быстроты, выносливости, силы, гибкости и ловкости. При оценивании результатов мероприятия используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов учебной деятельности обучающихся (утверждена приказом ректора от 24.05.2019 г. № 179). Количество ДУТЗ соответствует объему раздела дисциплины, определенному РПД и составляет – 16 заданий (по 2 часа на каждое задание). Каждая решённая ДУТЗ оценивается от 1 до 5 баллов. Нерешённая ДУТЗ соответствует 0. Максимальное количество баллов = 80. Весовой коэффициент мероприятия = 30%	зачет

13	3	Текущий контроль	Выполнение контрольных нормативов	30	5	<p>В третьем семестре на 63-м учебном занятии студенты выполняют контрольное упражнение "12-ти минутный тест К. Купера" для определения исходного уровня своих аэробных возможностей. За выполненный норматив выставляется оценка от 1 до 5-ти баллов.</p> <p>При оценивании результатов мероприятия используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов учебной деятельности обучающихся (утверждена приказом ректора от 24.05.2019 г. № 179)</p> <p>Максимальное количество баллов =5. Весовой коэффициент мероприятия = 30%</p>	зачет
14	3	Текущий контроль	Компьютерное тестирование	10	10	<p>Оценивается уровень теоретических, методико-практических знаний и проводится дистанционно во внеучебное время (СРС).</p> <p>При оценивании результатов мероприятия используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов учебной деятельности обучающихся (утверждена приказом ректора от 24.05.2019 г. № 179)</p> <p>Тестовое задание (ТЗ) состоит из 10 вопросов в каждом семестре (всего 50), позволяющих оценить степень поэтапного формирования компетенций.</p> <p>Критерии оценивания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 6 и более правильных тестовых заданий - зачленено ;</li> <li>- менее 5-ти правильных ответов – не зачленено;</li> </ul> <p>Максимальное количество баллов = 10. Весовой коэффициент мероприятия = 10%</p>	зачет
15	3	Бонус	Участие в спортивно-массовых мероприятиях	0	15	<p>При оценивании результатов мероприятия используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов учебной деятельности обучающихся (утверждена приказом ректора от 24.05.2019 г. № 179).</p> <p>Бонусные баллы засчитываются за следующие мероприятия: 1. Участие в физкультурно-массовых мероприятиях в своём структурном подразделении равно+5 баллов; 2. Участие в спортивно-массовых мероприятиях ЮУрГУ в составе сборных команд структурного подразделения по видам спорта равно + 10 баллов; 3. Участие в спортивных мероприятиях в составе сборных команд ЮУрГУ по видам спорта равно + 15</p>	зачет

							баллов; 4. Выполнение нормативов комплекса ГТО на серебряный знак (с предоставлением удостоверения) равно + 6 баллов; 5. Выполнение нормативов комплекса ГТО на золотой знак (с предоставлением удостоверения) равно + 8 баллов. Максимальная величина бонус-рейтинга +15%	
16	4	Текущий контроль	Выполнение двигательных учебно-тренировочных заданий по темам РПД №№ 3,2,4	30	80		На каждом учебном занятии студентам предлагается решить двигательную учебно-тренировочную задачу (ДУТЗ) по видам деятельности различной направленности сопряжённых с воспитанием (развитием) физических качеств: быстроты, выносливости, силы, гибкости и ловкости. При оценивании результатов мероприятия используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов учебной деятельности обучающихся (утверждена приказом ректора от 24.05.2019 г. № 179). Количество ДУТЗ соответствует объему раздела дисциплины, определенному РПД и составляет – 16 заданий (по 2 часа на каждое задание). Каждая решённая ДУТЗ оценивается от 1 до 5 баллов. Нерешённая ДУТЗ соответствует 0. Максимальное количество баллов = 80. Весовой коэффициент мероприятия = 30%	зачет
17	4	Текущий контроль	Выполнение двигательных учебно-тренировочных заданий по темам РПД №№ 1,5	30	80		На каждом учебном занятии студентам предлагается решить двигательную учебно-тренировочную задачу (ДУТЗ) по видам деятельности различной направленности сопряжённых с воспитанием (развитием) физических качеств: быстроты, выносливости, силы, гибкости и ловкости. При оценивании результатов мероприятия используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов учебной деятельности обучающихся (утверждена приказом ректора от 24.05.2019 г. № 179). Количество ДУТЗ соответствует объему раздела дисциплины, определенному РПД и составляет – 16 заданий (по 2 часа на каждое задание). Каждая решённая ДУТЗ оценивается от 1 до 5 баллов. Нерешённая ДУТЗ соответствует 0. Максимальное количество баллов = 80. Весовой коэффициент мероприятия = 30%	зачет
18	4	Текущий контроль	Выполнение контрольных нормативов	30	5		В четвёртом семестре на 120-м учебном занятии студенты выполняют контрольное упражнение "12-ти	зачет

						минутный тест К. Купера" для определения конечного уровня своих аэробных возможностей. За выполненный норматив выставляется оценка от 1 до 5-ти баллов. При оценивании результатов мероприятия используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов учебной деятельности обучающихся (утверждена приказом ректора от 24.05.2019 г. № 179) Максимальное количество баллов =5. Весовой коэффициент мероприятия = 30%	
19	4	Текущий контроль	Компьютерное тестирование	10	10	<p>Оценивается уровень теоретических, методико-практических знаний и проводится дистанционно во внеучебное время (СРС).</p> <p>При оценивании результатов мероприятия используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов учебной деятельности обучающихся (утверждена приказом ректора от 24.05.2019 г. № 179)</p> <p>Тестовое задание (ТЗ) состоит из 10 вопросов в каждом семестре (всего 50), позволяющих оценить степень поэтапного формирования компетенций.</p> <p>Критерии оценивания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 6 и более правильных тестовых заданий - зачленено ;</li> <li>- менее 5-ти правильных ответов – не зачленено;</li> </ul> <p>Максимальное количество баллов = 10. Весовой коэффициент мероприятия = 10%</p>	зачет
20	4	Бонус	Участие в спортивно-массовых мероприятиях	0	15	<p>При оценивании результатов мероприятия используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов учебной деятельности обучающихся (утверждена приказом ректора от 24.05.2019 г. № 179).</p> <p>Бонусные баллы засчитываются за следующие мероприятия: 1. Участие в физкультурно-массовых мероприятиях в своём структурном подразделении равно+5 баллов; 2. Участие в спортивно-массовых мероприятиях ЮУрГУ в составе сборных команд структурного подразделения по видам спорта равно + 10 баллов; 3. Участие в спортивных мероприятиях в составе сборных команд ЮУрГУ по видам спорта равно + 15 баллов; 4. Выполнение нормативов комплекса ГТО на серебряный знак (с предоставлением удостоверения) равно</p>	зачет

						+ 6 баллов; 5. Выполнение нормативов комплекса ГТО на золотой знак (с предоставлением удостоверения) равно + 8 баллов. Максимальная величина бонус-рейтинга +15%	
21	5	Текущий контроль	Выполнение двигательных учебно-тренировочных заданий по темам РПД №№ 1,5	30	40	На каждом учебном занятии студентам предлагается решить двигательную учебно-тренировочную задачу (ДУТЗ) по видам деятельности различной направленности сопряжённых с воспитанием (развитием) физических качеств: быстроты, выносливости, силы, гибкости и ловкости. При оценивании результатов мероприятия используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов учебной деятельности обучающихся (утверждена приказом ректора от 24.05.2019 г. № 179). Количество ДУТЗ соответствует объёму раздела дисциплины, определённому РПД и составляет – 8 заданий (по 2 часа на каждое задание). Каждая решённая ДУТЗ оценивается от 1 до 5 баллов. Нерешённая ДУТЗ соответствует 0. Максимальное количество баллов = 40. Весовой коэффициент мероприятия = 30%	зачет
22	5	Текущий контроль	Выполнение двигательных учебно-тренировочных заданий по темам РПД №№ 5,4	30	40	На каждом учебном занятии студентам предлагается решить двигательную учебно-тренировочную задачу (ДУТЗ) по видам деятельности различной направленности сопряжённых с воспитанием (развитием) физических качеств: быстроты, выносливости, силы, гибкости и ловкости. При оценивании результатов мероприятия используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов учебной деятельности обучающихся (утверждена приказом ректора от 24.05.2019 г. № 179). Количество ДУТЗ соответствует объёму раздела дисциплины, определённому РПД и составляет – 8 заданий (по 2 часа на каждое задание). Каждая решённая ДУТЗ оценивается от 1 до 5 баллов. Нерешённая ДУТЗ соответствует 0. Максимальное количество баллов = 40. Весовой коэффициент мероприятия = 30%	зачет
23	5	Текущий контроль	Выполнение контрольных нормативов	30	5	В пятом семестре на 136-м учебном занятии студенты выполняют контрольное упражнение по плаванию: проплыть дистанцию 50 метров любым стилем на время. За выполненный норматив выставляется оценка от 1 до 5-	зачет

						ти баллов. При оценивании результатов мероприятия используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов учебной деятельности обучающихся (утверждена приказом ректора от 24.05.2019 г. № 179) Максимальное количество баллов =5. Весовой коэффициент мероприятия = 30%	
24	5	Текущий контроль	Компьютерное тестирование	10	10	Оценивается уровень теоретических, методико-практических знаний и проводится дистанционно во внеучебное время (СРС). При оценивании результатов мероприятия используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов учебной деятельности обучающихся (утверждена приказом ректора от 24.05.2019 г. № 179) Тестовое задание (ТЗ) состоит из 10 вопросов в каждом семестре (всего 50), позволяющих оценить степень поэтапного формирования компетенций. Критерии оценивания: - 6 и более правильных тестовых заданий - зачленено ; - менее 5-ти правильных ответов – не зачленено; Максимальное количество баллов = 10. Весовой коэффициент мероприятия = 10%	зачет
25	5	Бонус	Участие в спортивно-массовых мероприятиях	0	15	При оценивании результатов мероприятия используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов учебной деятельности обучающихся (утверждена приказом ректора от 24.05.2019 г. № 179). Бонусные баллы засчитываются за следующие мероприятия: 1. Участие в физкультурно-массовых мероприятиях в своём структурном подразделении равно+5 баллов; 2. Участие в спортивно-массовых мероприятиях ЮУрГУ в составе сборных команд структурного подразделения по видам спорта равно + 10 баллов; 3. Участие в спортивных мероприятиях в составе сборных команд ЮУрГУ по видам спорта равно + 15 баллов; 4. Выполнение нормативов комплекса ГТО на серебряный знак (с предоставлением удостоверения) равно + 6 баллов; 5. Выполнение нормативов комплекса ГТО на золотой знак (с предоставлением удостоверения) равно + 8 баллов.	зачет

					Максимальная величина бонус-рейтинга +15%	
--	--	--	--	--	--	--

## 6.2. Процедура проведения, критерии оценивания

Вид промежуточной аттестации	Процедура проведения	Критерии оценивания
зачет	Рейтинг обучающегося по текущему контролю ( $R_{тек}$ ). $R_d = 0,6 \times R_{тек} + R_b$ ; где $R_{тек}$ определяется как средний рейтинг обучающегося по всем контрольно-рейтинговым мероприятиям с учётом их сложности (веса), $R_b$ - количество бонусных баллов за участие в физкультурно-массовых и спортивных мероприятиях. Сумма контрольно-рейтинговых мероприятий - (Выполнение двигательных учебно-тренировочных заданий по темам РПД № 5,1 (30%) + Выполнение двигательных учебно-тренировочных заданий по темам РПД № 5, 4 (30%) + Выполнение контрольных нормативов (30%) + Компьютерное тестирование (демонстрация теоретических и методико-практических знаний) - (10%) + $R_b$	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения
зачет	Рейтинг обучающегося по текущему контролю ( $R_{тек}$ ). $R_d = 0,6 \times R_{тек} + R_b$ ; где $R_{тек}$ определяется как средний рейтинг обучающегося по всем контрольно-рейтинговым мероприятиям с учётом их сложности (веса), $R_b$ - количество бонусных баллов за участие в физкультурно-массовых и спортивных мероприятиях. Сумма контрольно-рейтинговых мероприятий - (Выполнение двигательных учебно-тренировочных заданий по темам РПД № 5,1 (30%) + Выполнение двигательных учебно-тренировочных заданий по темам РПД № 4, 5, 2 (30%) + Выполнение контрольных нормативов (30%) + Компьютерное тестирование (демонстрация теоретических и методико-практических знаний) - (10%) + $R_b$	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения
зачет	Рейтинг обучающегося по текущему контролю ( $R_{тек}$ ). $R_d = 0,6 \times R_{тек} + R_b$ ; где $R_{тек}$ определяется как средний рейтинг обучающегося по всем контрольно-рейтинговым мероприятиям с учётом их сложности (веса), $R_b$ - количество бонусных баллов за участие в физкультурно-массовых и спортивных мероприятиях. Сумма контрольно-рейтинговых мероприятий - (Выполнение двигательных учебно-тренировочных заданий по темам РПД № 3,2,5 (30%) + Выполнение двигательных учебно-тренировочных заданий по темам РПД № 1, 5, 4 (30%) + Выполнение контрольных нормативов (30%) + Компьютерное тестирование (демонстрация теоретических и методико-практических знаний) - (10%) + $R_b$	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения
зачет	Рейтинг обучающегося по текущему контролю ( $R_{тек}$ ). $R_d = 0,6 \times R_{тек} + R_b$ ; где $R_{тек}$ определяется как средний рейтинг обучающегося по всем контрольно-рейтинговым мероприятиям с учётом их сложности (веса), $R_b$ - количество бонусных баллов за участие в физкультурно-массовых и спортивных мероприятиях. Сумма контрольно-рейтинговых мероприятий - (Выполнение двигательных учебно-тренировочных заданий по темам РПД № 3,2, 4 (30%) +	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

	Выполнение двигательных учебно-тренировочных заданий по темам РПД № 5, 1 (30%) + Выполнение контрольных нормативов (30%) + Компьютерное тестирование (демонстрация теоретических и методико-практических знаний) - (10%) + Rб	
зачет	<p>Рейтинг обучающегося по текущему контролю (<math>R_{тек}</math>). <math>R_d = 0,6 \times R_{тек} + R_b</math>; где <math>R_{тек}</math> определяется как средний рейтинг обучающегося по всем контрольно-рейтинговым мероприятиям с учётом их сложности (веса), <math>R_b</math> - количество бонусных баллов за участие в физкультурно-массовых и спортивных мероприятиях. Сумма контрольно-рейтинговых мероприятий - (Выполнение двигательных учебно-тренировочных заданий по темам РПД № 2,1 (30%) + Выполнение двигательных учебно-тренировочных заданий по темам РПД № 1, 5, 2 (30%) + Выполнение контрольных нормативов (30%) + Компьютерное тестирование (демонстрация теоретических и методико-практических знаний) - (10%) + Rб</p>	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

### **6.3. Оценочные материалы**

	образа жизни.																		
УК-7	Имеет практический опыт: использования адекватных средств и методов физического воспитания с целью укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	+++	+++++	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+

Фонды оценочных средств по каждому контрольному мероприятию находятся в приложениях.

## 7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### Печатная учебно-методическая документация

#### a) основная литература:

- 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:

- 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:

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

- 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. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/154964>
- Шатунов, Д. А. Теория и методика обучения базовым видам спорта: легкая атлетика : учебно-методическое пособие / Д. А. Шатунов. — Казань : Поволжская ГАФКСиТ, 2020. — 127 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/154997>
- Футбол: история, правила, техника и тактика игры в футбол : учебно-методическое пособие / составители В. В. Чеботарев, А. В. Чеботарев. — Липецк : Липецкий ГПУ, 2017. — 119 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/112017>
- Васельцова, И. А. Методико-практические занятия по дисциплине «Физическая культура» : учебно-методическое пособие / И. А. Васельцова. — Самара : СамГУПС, 2015. — 87 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/130420>

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

5. 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. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/154964>

6. Шатунов, Д. А. Теория и методика обучения базовым видам спорта: легкая атлетика : учебно-методическое пособие / Д. А. Шатунов. — Казань : Поволжская ГАФКСиТ, 2020. — 127 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/154997>

7. Футбол: история, правила, техника и тактика игры в футбол : учебно-методическое пособие / составители В. В. Чеботарев, А. В. Чеботарев. — Липецк : Липецкий ГПУ, 2017. — 119 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/112017>

8. Васельцова, И. А. Методико-практические занятия по дисциплине «Физическая культура» : учебно-методическое пособие / И. А. Васельцова. — Самара : СамГУПС, 2015. — 87 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/130420>

## **Электронная учебно-методическая документация**

№	Вид литературы	Наименование разработки	Наименование ресурса в электронной форме	Д се ло авт / с
1	Основная литература	Стовба, И. Р. Лыжная подготовка для студентов основного отделения [Текст] : учеб. пособие / И. Р. Стовба, Н. В. Столярова, Л. Л. Брехова ; Юж.-Урал. гос. ун-т, Каф. Физ. воспитание ; ЮУрГУ Выходные данные Челябинск : Издательский Центр ЮУрГУ , 2013 URL <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 П12	Электронный каталог ЮУрГУ	Лон Авт
2	Дополнительная литература	Павленко, С. Н. Совершенствование технических приемов волейбола [Текст] : учеб. пособие / С. Н. Павленко, И. Р. Стовба, Н. В. Столярова ; Юж.-Урал. гос. ун-т, Каф. Спортивное совершенствование ; ЮУрГУ Выходные данные Челябинск : Издательский Центр ЮУрГУ , 2011 URL <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>	Электронный каталог ЮУрГУ	Лон Авт
3	Основная литература	Севостьянов, Д. Ю. Обучение плаванию на занятиях физической культурой [Текст] : учеб. пособие по специальностям "Банк. дело", "Журналистика", "Менеджмент", "Торг. дело", "Упр. персоналом" / Д. Ю. Севостьянов ; Юж.-Урал. гос. ун-т, Ин-т спорта, туризма и сервиса, Каф. Физ. воспитание и здоровье ; ЮУрГУ Выходные данные Челябинск : Издательский Центр ЮУрГУ , 2014 URL <a href="http://www.lib.susu.ac.ru/ftd?base=SUSU_METHOD&amp;key=000539663">http://www.lib.susu.ac.ru/ftd?base=SUSU_METHOD&amp;key=000539663</a> Объем 40, [2] с. : ил. + электрон. версия	Электронный каталог ЮУрГУ	Лон Авт
4	Основная	Паначев, В. Д. Социально-биологические основы физической	Электронно-	Лон

литература	культуры и спорта : учебное пособие / В. Д. Паначев, А. С. Сырчиков, А. Б. Лопатина. — Пермь : ПНИПУ, 2010. — 163 с. — ISBN 978-5-398-00438-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/161019">https://e.lanbook.com/book/161019</a>	библиотечная система издательства Лань
------------	--	--

Перечень используемого программного обеспечения:

Нет

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
Практические занятия и семинары	05 (УСК)	Плавательные дорожки, пенопластовые доски для рук, ног, секундомер.
Практические занятия и семинары	101 (ДС)	Лыжный инвентарь, секундомер
Практические занятия и семинары	1 Баскетбол.зал (ДС)	Залы по видам спорта, тренажёры, мячи, ракетки
Практические занятия и семинары	305 (ДС)	Динамометр, спирометр, рулетка и др.
Практические занятия и семинары	ЛАМ (УСК)	Беговые дорожки, секундомер.