

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: ЧУМАЧЕНКО ТАТЬЯНА АЛЕКСАНДРОВНА
Должность: РЕКТОР
Дата подписания: 03.06.2022 11:24:03
Уникальный программный ключ:
9c9f7aaffa4840d284abe156657b8f85432bdb16



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Шифр	Наименование дисциплины (модуля)
Б1.О	Элективные курсы по физической культуре и спорту

Код направления подготовки	44.03.05
Направление подготовки	Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Наименование (я) ОПОП (направленность / профиль)	Физическая культура. Дополнительное образование (менеджмент спортивной индустрии)
Уровень образования	бакалавр
Форма обучения	очная

Разработчики:

Должность	Учёная степень, звание	Подпись	ФИО
Старший преподаватель		<i>Т. Шак-</i>	Шакамалов Геннадий Мавлитович

Рабочая программа рассмотрена и одобрена (обновлена) на заседании кафедры (структурного подразделения)

Кафедра	Заведующий кафедрой	Номер протокола	Дата протокола	Подпись
Кафедра теории и методики физической культуры и спорта	Жабаков Владислав Ермекбаевич	9	01.07.2019	<i>Жабаков</i>
Кафедра теории и методики физической культуры и спорта	Жабаков Владислав Ермекбаевич	2	17.09.2020	<i>Жабаков</i>

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Пояснительная записка	3
2. Трудоемкость дисциплины (модуля) и видов занятий по дисциплине (модулю)	5
3. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий	8
4. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	18
5. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)	20
6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	27
7. Перечень образовательных технологий	29
8. Описание материально-технической базы	30

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1 Дисциплина «Элективные курсы по физической культуре и спорту» относится к модулю обязательной части Блока 1 «Дисциплины/модули» основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)» (уровень образования бакалавр). Дисциплина является обязательной к изучению.

1.2 Общая трудоемкость дисциплины составляет 9,11 з.е., 328 час.

1.3 Изучение дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» основано на знаниях, умениях и навыках, полученных при изучении обучающимися дисциплин образовательной программы общего среднего образования.

1.4 Дисциплина «Элективные курсы по физической культуре и спорту» формирует знания, умения и компетенции, необходимые для освоения следующих дисциплин: «Адаптация организма спортсмена к физическим нагрузкам», «Воспитательная работа в сфере физической культуры», «Здоровый и безопасный образ жизни», «Организационно - методические основы занятий циклическими видами спорта со школьниками», «Организационно-методические основы занятий в игровых видах спорта», «Организационно-методические основы занятий циклическими видами спорта», «Организация и методика в сложнокоординационных видах спорта», «Педагогика физической культуры», «Педагогический контроль в физическом воспитании и спорте», «Профессиональная деятельность спортивного педагога», «Психология управления в сфере физической культуры и спорта», «Спорт высших достижений», «Теория и методика гимнастики», «Физкультурно - педагогическая деятельность», «Юношеский спорт».

1.5 Цель изучения дисциплины:

Развитие знаний, умений и навыков выполнения физических упражнений, организации занятий физической культурой и спортом, а также методом контроля за физической подготовленностью занимающихся.

1.6 Задачи дисциплины:

1) Совершенствование знаний по организации и проведению занятий физической культурой и спортом.

2) Формирование умений и навыков проведения занятий физическим воспитанием с различным контингентом занимающихся.

3) Обучение методике проведения занятий по различным видам физической культуры и спорта.

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

№ п/п	Код и наименование компетенции по ФГОС	
	Код и наименование индикатора достижения компетенции	
1	ОПК-7 способен взаимодействовать с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ	ОПК.7.1 Знать субъектов образовательных отношений, закономерности и принципы их взаимодействия в рамках реализации образовательных программ. ОПК.7.2 Уметь выбирать формы, методы, приемы организации взаимодействия участников образовательных отношений ОПК.7.3 Владеть методами взаимодействия с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ.
2	УК-7 способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК.7.1 Знает роль и значение физической культуры в развитии общества и человека в современном мире, в ведении здорового образа жизни. УК.7.2 Умеет использовать различные виды физических упражнений с целью самосовершенствования, организации досуга и здорового образа жизни; проводить самоконтроль и саморегуляцию физических и психических состояний. УК.7.3 Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

№ п/п	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Образовательные результаты по дисциплине	
		1	2
1	ОПК.7.1 Знать субъектов образовательных отношений, закономерности и принципы их взаимодействия в рамках реализации образовательных программ.	3.1 знание физических возможностей занимающихся физической культурой и спортом.	
2	ОПК.7.2 Уметь выбирать формы, методы, приемы организации взаимодействия участников образовательных отношений		У.1 умение выбирать методы и средства физического воспитания с занимающимися различной подготовленности и возраста.

	3 ОПК.7.3 Владеть методами взаимодействия с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ.	В.1 владеть методами управления физкультурно-спортивным занятием.
1	УК.7.1 Знает роль и значение физической культуры в развитии общества и человека в современном мире, в ведении здорового образа жизни.	З.2 знание роли и значения занятий физической культурой и спортом в современном обществе.
2	УК.7.2 Умеет использовать различные виды физических упражнений с целью самосовершенствования, организации досуга и здорового образа жизни; проводить самоконтроль и саморегуляцию физических и психических состояний.	У.2 умение проводить занятия физическими упражнениями, а также осуществлять контроль за физической подготовленностью.
3	УК.7.3 Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	В.2 владение средствами и методами физического воспитания и спорта.

2. ТРУДОЕМКОСТЬ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И ВИДОВ ЗАНЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

Наименование раздела дисциплины (темы)	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)		Итого часов
	ПЗ	CPC	
Итого по дисциплине	320	8	328
Первый период контроля			
<i>Теоретические основы занятий физической культурой и спортом</i>	16		16
Методы физического воспитания	4		4
Средства физического воспитания	4		4
Закономерности физического воспитания и спорта	4		4
Правила безопасности на занятиях физической культурой и спортом	4		4
<i>Прикладная физическая подготовка</i>	46		46
Организационно-методические основы обучения прикладной физической культуре	4		4
Межпредметные связи по изучению различных разделов прикладной физической подготовки	4		4
Взаимосвязь урочной и внеурочной прикладной подготовки	4		4
Общая физическая и спортивно-техническая подготовка	4		4
Профессионально-прикладная физическая подготовка	4		4
Спортивная подготовка в системе физического воспитания	4		4
Методы прикладной физической подготовки	4		4
Воспитание физических качеств	4		4
Общая физическая подготовка	4		4
Связь различных видов воспитания в процессе занятий прикладной физической подготовкой	4		4
Задачи прикладной физической культуры	4		4
Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов	2		2
Итого по видам учебной работы	62		62
<i>Форма промежуточной аттестации</i>			
Зачет			
Итого за Первый период контроля			62
Второй период контроля			
<i>Организация и методика занятий легкой атлетикой</i>	62		62
Техника бега на короткие дистанции	4		4
Физическая подготовка в беге на короткие дистанции	4		4
Техника бега на средние дистанции	4		4
Физическая подготовка в беге на средние дистанции	4		4
Техника бега на длинные дистанции	4		4
Физическая подготовка в беге на длинные дистанции	4		4
Особенности обучения технике бега в общеобразовательных школах	4		4
Построение многолетней подготовки в беге	4		4
Характеристика метания копья	4		4
Тренировка в прыжках в высоту	4		4
Тренировка прыжков в длину	4		4
Физическая подготовка в легкоатлетическом многоборье	4		4
Построение тренировки в легкоатлетическом многоборье	4		4
Особенности метаний в общеобразовательной школе	4		4
Программа легкоатлетической подготовки школьников	4		4
Правила поведения на легкоатлетическом стадионе	2		2
Итого по видам учебной работы	62		62

Форма промежуточной аттестации			
Зачет			
Итого за Второй период контроля	62		
Третий период контроля			
Организация и методика занятий баскетболом	24		24
Методические принципы спортивной подготовки в баскетболе	4		4
Планирование тренировочного процесса в баскетболе	4		4
Контроль за подготовленностью в баскетболе	4		4
Теоретическая подготовка в баскетболе	4		4
Техническая подготовка игроков в баскетбол	4		4
Судейство в баскетболе	4		4
Итого по видам учебной работы	24		24
Форма промежуточной аттестации			
Зачет			
Итого за Третий период контроля	24		
Четвертый период контроля			
Методика занятий волейболом	36		36
Характеристика волейбола	4		4
Правила игры в волейбол	4		4
Техническая подготовка в волейболе	4		4
Физическая подготовка в волейболе	4		4
Тактическая подготовка волейболистов	4		4
Формирование команды для игры в волейбол	4		4
Пляжный волейбол	4		4
Спортивный инвентарь для занятий волейболом	4		4
Волейбол как прикладной вид спорта	4		4
Методика занятий фитнесом	24		24
Понятие фитнеса	4		4
Силовые виды фитнеса	4		4
Спортивная и оздоровительная аэробика	4		4
Методика занятий шейпингом	4		4
Водные виды фитнеса	4		4
Питание при занятиях фитнесом	4		4
Итого по видам учебной работы	60		60
Форма промежуточной аттестации			
Зачет			
Итого за Четвертый период контроля	60		
Пятый период контроля			
Методика занятий спортивными видами гимнастики	28	4	32
Гимнастика в системе физического воспитания	4	4	8
Гимнастическая терминология	4		4
Характеристика спортивной гимнастики	4		4
Характеристика художественной гимнастики	4		4
Гимнастические элементы и их соединения	4		4
Спортивный инвентарь для занятий гимнастикой	4		4
Контроль за подготовкой в гимнастике	4		4
Методика занятий оздоровительной гимнастикой	28		28
Характеристика оздоровительных видов гимнастики	4		4
Методика занятий дыхательной гимнастикой	4		4
Гигиеническая гимнастика	4		4
Рекреационные виды гимнастики	4		4
Восточные виды гимнастики	4		4
Влияние знаний оздоровительной гимнастики на здоровье человека	4		4
Методика организации и проведения занятий оздоровительными видами гимнастики	4		4
Итого по видам учебной работы	56	4	60

<i>Форма промежуточной аттестации</i>			
Зачет			
Итого за Пятый период контроля	60		
Шестой период контроля			
Методика занятий спортивным ориентированием и туризмом	56	4	60
Спортивный туризм в России	4	4	8
Характеристика спортивного и рекреационного туризма	4		4
Пешеходный туризм	4		4
Водный туризм	4		4
Горный туризм	4		4
Лыжный туризм	4		4
Ориентирование на местности	4		4
Тренировочный процесс в туризме	4		4
Особенности подготовки в туризме и спортивном ориентировании	4		4
Техническая и физическая подготовка в спортивном ориентировании	4		4
Туристский инвентарь и оборудование	4		4
Правила поведения в лесу	4		4
Составление маршрута в ориентировании	4		4
Программа по спортивному ориентированию и туризму в школах дополнительного образования	4		4
Итого по видам учебной работы	56	4	60
<i>Форма промежуточной аттестации</i>			
Зачет			
Итого за Шестой период контроля	60		

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

3.1 Практические

Наименование раздела дисциплины (модуля)/ Тема и содержание	Трудоемкость (кол-во часов)
1. Теоретические основы занятий физической культурой и спортом	16
Формируемые компетенции, образовательные результаты: ОПК-7: У.1 (ОПК.7.2), В.1 (ОПК.7.3) УК-7: 3.2 (УК.7.1)	
1.1. Методы физического воспитания 1 Методы воспитания физических качеств. 2 Методы обучения двигательным действиям. 3 Методы управления физической нагрузкой. Учебно-методическая литература: 1, 2, 18, 19, 20, 21, 22 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4
1.2. Средства физического воспитания 1 Средства общей физической подготовки. 2 Средства специальной физической подготовки. 3 Оздоровительные силы природы и закаливание. Учебно-методическая литература: 2, 5, 9, 11, 18, 19, 20, 21, 22 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4
1.3. Закономерности физического воспитания и спорта 1 Принципы индивидуализации тренировочных воздействий. 2 Закономерности варьирования тренировочных и соревновательных нагрузок. 3 Принцип системности и систематичности. Учебно-методическая литература: 11, 12, 14, 18, 19, 20 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4
1.4. Правила безопасности на занятиях физической культурой и спортом 1 Правила нахождения на спортивной площадке. 2 Правила занятий в спортивном зале. 3 Правила переноски и использования спортивного инвентаря. Учебно-методическая литература: 3, 14, 15, 16, 18, 19, 20 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4
2. Прикладная физическая подготовка	46
Формируемые компетенции, образовательные результаты: УК-7: У.2 (УК.7.2), В.2 (УК.7.3)	
2.1. Организационно-методические основы обучения прикладной физической культуре 1 Анализ правовых и нормативных документов по физической культуре 2 Учебные программы по физической культуре по видам спорта, способы их построения и применение в учебно-воспитательной работе общеобразовательной школы. Учебно-методическая литература: 1, 2, 19, 20, 21 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1, 2	4
2.2. Межпредметные связи по изучению различных разделов прикладной физической подготовки 1 Анализ учебных программ по профессионально-прикладной физической подготовке. 2 Изучение основных положений по программе здоровьесберегающих технологий. Учебно-методическая литература: 1, 2, 18, 19, 20 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4

<p>2.3. Взаимосвязь урочной и внеурочной прикладной подготовки</p> <p>1 Уровни и формы организации системы внеурочной работы по прикладной физической культуре в образовательных учреждениях.</p> <p>и формы организации системы внеурочной работы по прикладной физической культуре в образовательных учреждениях.</p> <p>2 Методические особенности физкультурно-оздоровительных и спортивно – массовых мероприятий.</p> <p>3 Характеристика внеурочных форм прикладной физической культуры по видам спорта школьной программы.</p> <p>Учебно-методическая литература: 1, 2, 18, 19, 20</p> <p>Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1</p>	4
<p>2.4. Общая физическая и спортивно-техническая подготовка</p> <p>1 Развитие физических и двигательных способностей.</p> <p>2 Обучение технике выполнения зачетных нормативов и основам спортивной техники по прикладной физической культуре.</p> <p>Учебно-методическая литература: 1, 2, 18, 19, 20, 21</p> <p>Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1</p>	4
<p>2.5. Профессионально-прикладная физическая подготовка</p> <p>1 Развитие физических качеств, двигательных умений и навыков, функциональных возможностей.</p> <p>2 Воспитание профессионально важных психофизических качеств.</p> <p>Учебно-методическая литература: 2, 3, 18, 19, 20, 23</p> <p>Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1</p>	4
<p>2.6. Спортивная подготовка в системе физического воспитания</p> <p>1 Характеристика спорта и спортивной подготовки.</p> <p>2 Массовый и профессиональный спорт.</p> <p>Учебно-методическая литература: 4, 5, 11, 18, 19, 20, 21, 23</p> <p>Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1</p>	4
<p>2.7. Методы прикладной физической подготовки</p> <p>1 Метод регламентированного упражнения.</p> <p>2 Игровой метод.</p> <p>3 Соревновательный метод.</p> <p>4 Использование словесных и сенсорных методов.</p> <p>5 Основы обучения движению (техническая подготовка).</p> <p>Учебно-методическая литература: 1, 2, 18, 19, 21</p> <p>Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1</p>	4
<p>2.8. Воспитание физических качеств</p> <p>1 Воспитание выносливости, силы, быстроты, ловкости (координации движений), гибкости.</p> <p>2 Формирование психических качеств, черт и свойств личности в процессе физического воспитания.</p> <p>Учебно-методическая литература: 1, 2, 18, 19, 20</p> <p>Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1</p>	4
<p>2.9. Общая физическая подготовка</p> <p>1 Цели и задачи ОФП.</p> <p>2 Упражнения ОФП.</p> <p>3 Профессионально-прикладная физическая подготовка как разновидность специальной физической подготовки.</p> <p>Учебно-методическая литература: 1, 2, 18, 19, 20</p> <p>Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1</p>	4
<p>2.10. Связь различных видов воспитания в процессе занятий прикладной физической подготовкой</p> <p>1 Технология воспитательной деятельности педагога по прикладной физической культуре.</p> <p>2 Характеристика прикладной физической культуры.</p> <p>3 Структура физического воспитания, ее составные части и подсистемы: цель, задачи, принципы, направления, организационные формы</p> <p>Учебно-методическая литература: 1, 2, 18, 19, 20, 23</p>	4

2.11. Задачи прикладной физической культуры 1 Взаимосвязь формы и содержания занятий, динамика работоспособности на занятиях, характеристика их структуры. 2 Характеристика урока как основной формы организаций занятий. Учебно-методическая литература: 1, 2, 18, 19, 20, 23	4
2.12. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов 1 Определение понятия ППФП, ее цели и задачи. 2 Место ППФП в системе физического воспитания. 3 Основные факторы, определяющие конкретное содержание ППФП студентов. 4 Дополнительные факторы, влияющие на содержание ППФП. 5 Методика подбора средств ППФП. 6 Организация, формы и средства ППФП в вузе. ППФП студентов на учебных занятиях и во внеучебное время. 7 Система контроля профессионально-прикладной физической подготовленности студентов. Учебно-методическая литература: 1, 2, 18, 19, 20 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	2
3. Организация и методика занятий легкой атлетикой	62
Формируемые компетенции, образовательные результаты: ОПК-7: 3.1 (ОПК.7.1), У.1 (ОПК.7.2) УК-7: У.2 (УК.7.2), В.2 (УК.7.3)	
3.1. Техника бега на короткие дистанции 1 Характеристика бега на короткие дистанции. 2 Низкий старт. 3 Техника финиширования. Учебно-методическая литература: 3, 4, 18, 19, 22 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4
3.2. Физическая подготовка в беге на короткие дистанции 1 Характеристика физических качеств. 2 Воспитание скоростно-силовых качеств. 3 Специально-подготовительные упражнения. Учебно-методическая литература: 3, 4, 18, 19 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4
3.3. Техника бега на средние дистанции 1 Характеристика бега на средние дистанции. 2 Отработка старта. 3 Техника финиширования. Учебно-методическая литература: 3, 4, 18, 19, 20, 22, 23	4
3.4. Физическая подготовка в беге на средние дистанции 1 Характеристика ведущих физических качеств. 2 Воспитание скоростной выносливости. 3 Специально-подготовительные упражнения в беге на средние дистанции. Учебно-методическая литература: 3, 4, 18, 19, 21	4
3.5. Техника бега на длинные дистанции 1 Характеристика бега на длинные дистанции. 2 высокий старт и техника преодолежния дистанции. 3 Техника финиширования. Учебно-методическая литература: 4, 5, 18, 19, 20 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4
3.6. Физическая подготовка в беге на длинные дистанции 1 Особенности физической подготовки в беге на длинные дистанции. 2 Тренировка выносливости. 3 Специально-подготовительные упражнения в беге на длинные дистанции. Учебно-методическая литература: 3, 4, 18, 19, 20 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4
3.7. Особенности обучения технике бега в общеобразовательных школах 1 Виды бега в общеобразовательных школах. 2 Хараткеристика техники бега школьников разного возраста. 3 Воспитание физических качеств в процессе беговой подготовки школьников. Учебно-методическая литература: 3, 4, 18, 19, 20 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4

3.8. Построение многолетней подготовки в беге 1 Планирование и содержание беговой подготовки. 2 Взаимосвязь технической и физической подготовки в беге. 3 Анализ программы и стандарта по виду спорта. Учебно-методическая литература: 3, 4, 18, 19, 20, 21 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4
3.9. Характеристика метания копья 1 Характеристика метания копья и его особенности. 2 Техника метания. 3 Физическая подготовка в метании копья. Учебно-методическая литература: 3, 4, 18	4
3.10. Тренировка в прыжках в высоту 1 Техника прыжков в высоту. 2 Физическая подготовка в прыжках в высоту. 3 Методика обучения технике прыжков в высоту. Учебно-методическая литература: 18, 19, 20	4
3.11. Тренировка прыжков в длину 1 Техника прыжков в длину. 2 Физическая подготовка в прыжках в длину. 3 Методика обучения технике прыжков в длину. Учебно-методическая литература: 3, 4, 18, 19, 20	4
3.12. Физическая подготовка в легкоатлетическом многоборье 1 Характеристика легкоатлетического многоборья. 2 Силовая подготовка многоборцев. 3 Воспитание выносливости в многоборцах. 4 Специальная физическая подготовка в многоборье. Учебно-методическая литература: 3, 4, 18, 19, 20	4
3.13. Построение тренировки в легкоатлетическом многоборье 1 Планирование и содержание подготовки в многоборье. 2 Взаимосвязь различных видов подготовки в многоборье. 3 Интегрированная подготовка многоборцев. Учебно-методическая литература: 3, 4, 18, 19, 20 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 2	4
3.14. Особенности метаний в общеобразовательной школе 1 Виды метаний в общеобразовательных школах. 2 Метание гранаты и нормативы. 3 Метание набивного мяча. Учебно-методическая литература: 3, 4, 18, 19, 20 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4
3.15. Программа легкоатлетической подготовки школьников 1 Программа урока физической культуры по легкой атлетике. 2 Особенности проведения занятий на открытых спортивных площадках. 3 Программа функционирования спортивных секций по легкой атлетике. Учебно-методическая литература: 3, 4, 18, 19, 20 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4
3.16. Правила поведения на легкоатлетическом стадионе 1 Правила преодоления беговых дорожек. 2 Правила обхода зоны тренировки метателей. 3 Установка спортивного инвентаря. Учебно-методическая литература: 3, 4, 18, 19, 20	2
4. Организация и методика занятий баскетболом	24
Формируемые компетенции, образовательные результаты: УК-7: В.2 (УК.7.3), У.2 (УК.7.2) ОПК-7: В.1 (ОПК.7.3)	
4.1. Методические принципы спортивной подготовки в баскетболе 1 Теоретико-методические основы построения тренировочного процесса в баскетболе. 2 Определение объема и интенсивности физических нагрузок. 3 Особенности технико-тактической подготовки баскетболистов. Учебно-методическая литература: 5, 6, 18, 19, 20	4

4.2. Планирование тренировочного процесса в баскетболе 1 Тематическое планирование в баскетболе. 2 Текущее планирование. 3 Оперативное планирование подготовки баскетболистов. Учебно-методическая литература: 5, 6, 18, 19, 20	4
4.3. Контроль за подготовленностью в баскетболе 1 Педагогический контроль. 2 Врачебный контроль. 3 Тестирование в баскетболе. Учебно-методическая литература: 5, 6, 18, 19 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4
4.4. Теоретическая подготовка в баскетболе 1 Анализ технических приемов в баскетболе. 2 Физическая подготовка. 3 Построение тренировки. Учебно-методическая литература: 5, 6, 19, 20, 23 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4
4.5. Техническая подготовка игроков в баскетбол 1 Отработка техники ведения мяча. 2 Отработка бросков. 3 Передачи мяча. Учебно-методическая литература: 5, 6, 18, 19, 20 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4
4.6. Судейство в баскетболе 1 Правила судейства в баскетболе. 2 Определение судей в баскетболе. 3 Распределение команд в турнирной таблице. Учебно-методическая литература: 5, 6, 18, 19, 20 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 2	4
5. Методика занятий волейболом	36
Формируемые компетенции, образовательные результаты:	
ОПК-7: 3.1 (ОПК.7.1), У.1 (ОПК.7.2)	
УК-7: В.2 (УК.7.3)	
5.1. Характеристика волейбола 1 Классический волейбол 6х6; 2 Пляжный волейбол 2х2; 3х3; 3 Мини-волейбол; 4 Массовый волейбол. Учебно-методическая литература: 7, 8, 18, 19, 20 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4
5.2. Правила игры в волейбол 1 Игровое поле. 2 Сетки и стойки. 3 Мячи. 4 Участники игры. 5 Игровой формат. 6 Игровые действия. 7 Судьи, их обязанности и официальные сигналы. 8 Организация и проведение соревнований. 9 Виды соревнований. 10 Особенности проведения соревнований. Учебно-методическая литература: 7, 8, 18, 19, 20 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4
5.3. Техническая подготовка в волейболе 1 Техническая подготовка волейболистов как основа тренировки. 2 Приемы подачи и приема мяча. 3 Техника передачи мяча в волейболе. Учебно-методическая литература: 7, 8, 18, 19, 20 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4

5.4. Физическая подготовка в волейболе 1 Развитие скоростных качеств, быстроты ответных действий. 2 Упражнения для развития прыгучести. 3 Упражнения для развития качеств, необходимых для специальных приемов игры. Учебно-методическая литература: 7, 8, 19, 20, 21	4
5.5. Тактическая подготовка волейболистов 1 Индивидуальные тактические действия в нападении. 2 Групповые тактические действия в нападении. 3 Командные тактические действия в нападении. 4 Индивидуальные тактические действия в защите. 5 Групповые тактические действия в защите. 6 Командные тактические действия в защите. Учебно-методическая литература: 7, 8, 18, 19, 20	4
5.6. Формирование команды для игры в волейбол 1 Распределение занимающихся по командам. 2 Проведение соревнований. Учебно-методическая литература: 7, 8, 20, 21	4
5.7. Пляжный волейбол 1 Особенности поля. 2 Количество игроков в команде. 3 Правила пляжного волейбола. Учебно-методическая литература: 7, 8, 18, 19, 20 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 2	4
5.8. Спортивный инвентарь для занятий волейболом 1 Определение количества необходимого инвентаря для занятий волейболом. 2 Регулировка высоты сетки. Учебно-методическая литература: 7, 8, 18, 19, 20 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 2	4
5.9. Волейбол как прикладной вид спорта 1 Занятие волейболом в зрелом возрасте. 2 Волейбол как средство профессионально-прикладной физической подготовки. Учебно-методическая литература: 7, 8, 19, 20, 23	4
6. Методика занятий фитнесом	24
Формируемые компетенции, образовательные результаты:	
УК-7: 3.2 (УК.7.1), У.2 (УК.7.2), В.2 (УК.7.3)	
6.1. Понятие фитнеса 1 Фитнес в античной концепции здоровья. 2 Оздоровительные системы Востока. 3 Оздоровительные системы в Европе XIX–XX вв. 4 Оздоровительная физическая культура в Америке. 5 Первые системы аэробики и их эволюция. 6 Групповые программы фитнеса. Учебно-методическая литература: 9, 10, 19, 20 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4
6.2. Силовые виды фитнеса 1 Методика занятий бодибилдингом. 2 Методика занятий кроссфитом. Учебно-методическая литература: 9, 10, 18, 19, 20 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4
6.3. Спортивная и оздоровительная аэробика 1 Характеристика оздоровительной аэробики. 2 Характеристика спортивной аэробики. 3 Влияние оздоровительной аэробики на организм занимающихся. Учебно-методическая литература: 9, 10, 18, 19, 20 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4
6.4. Методика занятий шейпингом 1 Характеристика шейпинга. 2 Особенности построения программы для занятий шейпингом. 3 Определение интенсивности физической нагрузки на занятиях шейпингом. Учебно-методическая литература: 9, 10, 18, 19, 20 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4

6.5. Водные виды фитнеса 1 Понятие и содержание занятий акваэробикой. 2 Плавание как средство кондиционной тренировки. Учебно-методическая литература: 9, 10, 18, 19, 20	4
6.6. Питание при занятиях фитнесом 1 Расчет калорийности питания на вес тела и интенсивность физической нагрузки. 2 Соотношение белков, жиров и углеводов в питании спортсмена. Учебно-методическая литература: 9, 10, 18, 19, 20	4
7. Методика занятий спортивными видами гимнастики Формируемые компетенции, образовательные результаты: ОПК-7: У.1 (ОПК.7.2) УК-7: 3.2 (УК.7.1), У.2 (УК.7.2), В.2 (УК.7.3)	28
7.1. Гимнастика в системе физического воспитания 1 Задачи, средства и методические особенности гимнастики. 2 Классификация видов гимнастики. Учебно-методическая литература: 11, 12	4
7.2. Гимнастическая терминология 1 Характеристика гимнастической терминологии. 2 Требования к гимнастической терминологии. 3 Способы образования и классификация терминов. 4 Правила гимнастической терминологии. 5 Термины строевых упражнений. 6 Термины общеразвивающих упражнений. Учебно-методическая литература: 11, 12	4
7.3. Характеристика спортивной гимнастики 1 Упражнения на снарядах гимнастического многоборья. 2 Упражнения на гимнастической стенке. 3 Упражнения на батуте. 4 Акробатическая подготовка в спортивной гимнастике. Учебно-методическая литература: 11, 18, 19, 21 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4
7.4. Характеристика художественной гимнастики 1 Характеристика художественной гимнастики. 2 Упражнения с предметами художественной гимнастики. 3 Упражнения со скакалкой. 4 Упражнения в команде. Учебно-методическая литература: 12, 18, 19	4
7.5. Гимнастические элементы и их соединения 1 Упражнения на снарядах гимнастического многоборья. 2 Составление комбинаций. 3 Отработка соединений гимнастических и акробатических элементов. Учебно-методическая литература: 11, 12, 18	4
7.6. Спортивный инвентарь для занятий гимнастикой 1 Гигиенические требования и правила эксплуатации спортивных залов. 2 Характеристика гимнастических снарядов и вспомогательного оборудования. 3 Правила эксплуатации спортивных залов и оборудования. 4 Подготовка снарда к тренировке. Учебно-методическая литература: 11, 12, 18, 19, 20 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4
7.7. Контроль за подготовкой в гимнастике 1 Обеспечение врачебного контроля на занятиях гимнастикой. 2 Оценка физического состояния занимающихся гимнасток. 3 Подсчет количества гимнастических элементов. Учебно-методическая литература: 11, 12	4
8. Методика занятий оздоровительной гимнастикой Формируемые компетенции, образовательные результаты: УК-7: В.2 (УК.7.3), У.2 (УК.7.2) ОПК-7: В.1 (ОПК.7.3), 3.1 (ОПК.7.1)	28

8.1. Характеристика оздоровительных видов гимнастики 1 Оздоровительные виды гимнастики. 2 Физиологическое значение занятий оздоровительной гимнастикой. 3 Значение оздоровительных видов гимнастики в поддержании активного долголетия. Учебно-методическая литература: 13, 14, 21, 22, 23 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4
8.2. Методика занятий дыхательной гимнастикой 1 Характеристика дыхательной гимнастики. 2 Упражнения дыхательной гимнастики. 3 Комплексы дыхательной гимнастики. 4 Оздоровительное значение дыхательной гимнастики. Учебно-методическая литература: 12, 13, 14, 22, 23 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4
8.3. Гигиеническая гимнастика 1 Виды гигиенической гимнастики. 2 Гиподинамия и ее продолжение с помощью упражнений гигиенической гимнастики. 3 Комплексы гигиенической гимнастики для различных групп населения. Учебно-методическая литература: 12, 14	4
8.4. Рекреационные виды гимнастики 1 Понятие рекреационной гимнастики. 2 Применение рекреационной гимнастики. 3 Комплексы и методика проведения занятий рекреационной гимнастики. Учебно-методическая литература: 10, 13, 14	4
8.5. Восточные виды гимнастики 1 Особенности философии восточных видов гимнастики. 2 Йога. 3 Ушу. 4 Влияние занятий восточными видами гимнастики на здоровье занимающихся. Учебно-методическая литература: 10, 14	4
8.6. Влияние знаний оздоровительной гимнастики на здоровье человека 1 Физиологическое значение занятий оздоровительной гимнастикой. 2 Значение оздоровительных видов гимнастики в поддержании активного долголетия. Учебно-методическая литература: 10, 13, 14	4
8.7. Методика организации и проведения занятий оздоровительными видами гимнастики 1 Подготовка зала для занятий оздоровительными видами гимнастики. 2 Оборудование и сертификация для занятий оздоровительной гимнастикой. 3 Физическая подготовка на занятиях оздоровительными видами гимнастики. Учебно-методическая литература: 9, 10, 14	4
9. Методика занятий спортивным ориентированием и туризмом	56
Формируемые компетенции, образовательные результаты: УК-7: У.2 (УК.7.2), 3.2 (УК.7.1) ОПК-7: В.1 (ОПК.7.3), 3.1 (ОПК.7.1)	
9.1. Спортивный туризм в России 1 История и этапы развития спортивного туризма в России. 2 Значение спортивного туризма в физкультурно-спортивном движении России. 3 Спортивный туризм как массовый вид спорта. Учебно-методическая литература: 16, 17, 18, 19, 20	4
9.2. Характеристика спортивного и рекреационного туризма 1 Характеристика спортивного туризма как вида спорта. 2 Характеристика рекреационного туризма. Учебно-методическая литература: 16, 17, 22, 23	4
9.3. Пешеходный туризм 1 Основные препятствия в пешеходном туризме. 2 Правила переноски грузов. 3 Ориентирование на местности по карте и с использованием компаса. Учебно-методическая литература: 16, 17, 18, 22, 23	4

9.4. Водный туризм 1 Способы преодоления водных преград. 2 Сплав по реке. 3 Сплав по озеру. 4 Инвентарь для проведения водного туризма. Учебно-методическая литература: 16, 17, 18, 19, 20	4
9.5. Горный туризм 1 Преодоление каменистой местности. 2 Техника горного туризма. 3 Снаряжение для горного туризма. Учебно-методическая литература: 16, 17, 18, 19, 20 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4
9.6. Лыжный туризм 1 Техника лыжного хода. 2 Особенности туристских маршрутов в заснеженный период. 3 Техника безопасности в лыжном туризме. 4 Снаряжение в лыжном туризме. Учебно-методическая литература: 16, 17, 18, 19 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4
9.7. Ориентирование на местности 1 Ориентирование на местности по карте. 2 Спортивное ориентирование. 3 Использование компаса в ориентировании. Учебно-методическая литература: 16, 17 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4
9.8. Тренировочный процесс в туризме 1 Принципы построения тренировочного процесса в спортивном ориентировании и туризме. 2 Особенности подготовки детей школьного возраста. 3 Построение тренировочного процесса на различных этапах спортивной подготовки. Учебно-методическая литература: 16, 17, 19	4
9.9. Особенности подготовки в туризме и спортивном ориентировании 1 Методика обучения спортивному ориентированию. 2 Особенности спортивной подготовки детей младшего школьного возраста. 3 Особенности спортивной подготовки детей среднего школьного возраста. 4 Подготовка детей старшего школьного возраста. Учебно-методическая литература: 16, 17, 19, 20 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4
9.10. Техническая и физическая подготовка в спортивном ориентировании 1 Техника преодоления препятствий в летний период. 2 Техника преодоления препятствий в зимний период. 3 Физическая подготовка и воспитание физических качеств в спортивном ориентировании. Учебно-методическая литература: 16, 17 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4
9.11. Туристский инвентарь и оборудование 1 Лыжный инвентарь. 2 Палатки и рюкзак. 3 Карабины и веревки. Учебно-методическая литература: 16, 17, 21 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 2	4
9.12. Правила поведения в лесу 1 Особенности обеспечения безопасности в лыжном туризме. 2 Особенности обеспечения безопасности в водном туризме. 3 Безопасность в процессе преодоления горных преград. 4 Защита от встречающихся в лесу насекомых и животных. Учебно-методическая литература: 16, 17 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 2	4

9.13. Составление маршрута в ориентировании 1 Ориентирование по компасу. 2 Чтение карты местности. 3 Предварительный маршрут. Учебно-методическая литература: 16, 17 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 2	4
9.14. Программа по спортивному ориентированию и туризму в школах дополнительного образования 1 Занятие спортивным ориентированием на базе общеобразовательной школы. 2 Программа подготовки в спортивном ориентировании. 3 Программа подготовки в спортивном туризме. Учебно-методическая литература: 16, 17 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 2	4

3.2 CPC

Наименование раздела дисциплины (модуля)/ Тема для самостоятельного изучения	Трудоемкость (кол-во часов)
1. Методика занятий спортивными видами гимнастики	4
Формируемые компетенции, образовательные результаты: ОПК-7: У.1 (ОПК.7.2) УК-7: 3.2 (УК.7.1), У.2 (УК.7.2), В.2 (УК.7.3)	
1.1. Гимнастика в системе физического воспитания Задание для самостоятельного выполнения студентом: 1 Задачи, средства и методические особенности гимнастики. 2 Классификация видов гимнастики. Задание. Подготовить реферат на тему: "История становления спортивной гимнастики в России"; "Роль и значение гимнастики в программе общеобразовательной школы"; "Гимнастика в спорте высших достижений". Учебно-методическая литература: 10, 11, 12 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1, 2	4
2. Методика занятий спортивным ориентированием и туризмом	4
Формируемые компетенции, образовательные результаты: УК-7: У.2 (УК.7.2), 3.2 (УК.7.1) ОПК-7: В.1 (ОПК.7.3), 3.1 (ОПК.7.1)	
2.1. Спортивный туризм в России Задание для самостоятельного выполнения студентом: 1 История и этапы развития спортивного туризма в России. 2 Значение спортивного туризма в физкультурно-спортивном движении России. 3 Спортивный туризм как массовый вид спорта. Задание. Написать конспект на тему: "Спортивный туризм как средство досуга"; "Спортивный туризм и соревновательная деятельность в нем"; "Тренировка по спортивному туризму". Учебно-методическая литература: 16, 17	4

4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Учебно-методическая литература

№ п/п	Библиографическое описание (автор, заглавие, вид издания, место, издательство, год издания, количество страниц)	Ссылка на источник в ЭБС
Основная литература		
1	Мельникова Ю.А. Основы прикладной физической культуры [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Мельникова Ю.А., Спиридонова Л.Б.— Электрон. текстовые данные.— Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2003.— 68 с.	http://www.iprbookshop.ru/64995.html
2	Кузнецов И.А. Прикладная физическая культура для студентов специальных медицинских групп [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Кузнецов И.А., Буров А.Э., Качанов И.В.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2019.— 154 с.	http://www.iprbookshop.ru/79436.html
3	Легкая атлетика [Электронный ресурс]: учебное пособие/ А.В. Караван [и др].— Электрон. текстовые данные.— Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2015.— 85 с.	http://www.iprbookshop.ru/49959.html
4	Онгарбаева Д.Т. Легкая атлетика с методикой преподавания [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Онгарбаева Д.Т., Мадиева Г.Б., Алимханов Е.А.— Электрон. текстовые данные.— Алматы: Казахский национальный университет им. аль-Фараби, 2014.— 100 с.	http://www.iprbookshop.ru/58702.html
5	Готовцев Е.В. Баскетбол [Электронный ресурс]: вариативная часть физической культуры. Учебно-методическое пособие для студентов и преподавателей/ Готовцев Е.В., Войтович Д.И., Петько В.А.— Электрон. текстовые данные.— Воронеж: Воронежский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2016.— 99 с.	http://www.iprbookshop.ru/59110.html
6	Баскетбол [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие/ — Электрон. текстовые данные.— Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2016.— 37 с.	http://www.iprbookshop.ru/65708.html
7	Шулятьев В.М. Студенческий волейбол [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Шулятьев В.М.— Электрон. текстовые данные.— Москва: Российский университет дружбы народов, 2011.— 196 с.	http://www.iprbookshop.ru/11555.html
8	Волейбол: теория и практика [Электронный ресурс]: учебник для высших учебных заведений физической культуры и спорта/ С.С. Даценко [и др].— Электрон. текстовые данные.— Москва: Издательство «Спорт», 2016.— 456 с.	http://www.iprbookshop.ru/43905.html
9	Фитнес и физическая культура [Электронный ресурс]: методические указания/ — Электрон. текстовые данные.— Самара: Самарский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2013.— 44 с.	http://www.iprbookshop.ru/22630.html
10	Методические рекомендации «Фитнес – залог красоты и здоровья» [Электронный ресурс]/ — Электрон. текстовые данные.— Липецк: Липецкий государственный технический университет, ЭБС АСВ, 2012.— 28 с.	http://www.iprbookshop.ru/22960.html
11	Спорт высших достижений. Спортивная гимнастика [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Л.А. Савельева [и др].— Электрон. текстовые данные.— Москва: Человек, 2014.— 148 с.	http://www.iprbookshop.ru/27600.html
12	Теория и методика художественной гимнастики. Подготовка спортивного резерва [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Р.Н. Терехина [и др].— Электрон. текстовые данные.— Москва: Издательство «Спорт», 2018.— 360 с.	http://www.iprbookshop.ru/77243.html
13	Шулятьев В.М. Коррекция фигуры студенток различными видами гимнастики в вузе [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Шулятьев В.М.— Электрон. текстовые данные.— Москва: Российский университет дружбы народов, 2012.— 320 с.	http://www.iprbookshop.ru/11557.html
14	Буш-Остерман Э. Гимнастика для позвоночника [Электронный ресурс]/ Буш-Остерман Э.— Электрон. текстовые данные.— Москва: Человек, Олимпия, 2008.— 56 с.	http://www.iprbookshop.ru/27554.html
15	Пельменев В.К. Основы спортивного ориентирования [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие/ Пельменев В.К., Юшков В.Ю.— Электрон. текстовые данные.— Калининград: Балтийский федеральный университет им. Иммануила Канта, 2006.— 52 с.	http://www.iprbookshop.ru/23899.html

16	Подпорина С.Г. Спортивное ориентирование в вузе [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Подпорина С.Г.— Электрон. текстовые данные.— Алматы: Казахский национальный университет им. аль-Фараби, 2013.— 152 с.	http://www.iprbookshop.ru/70417.html
17	Зеленский К.Г. Туризм и спортивное ориентирование [Электронный ресурс]: учебное пособие (курс лекций)/ Зеленский К.Г., Абрамов А.В., Безлепкин Д.Н.— Электрон. текстовые данные.— Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2018.— 132 с.	http://www.iprbookshop.ru/92614.html
Дополнительная литература		
18	Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты [Электронный ресурс]: учебник для вузов физической культуры и спорта/ Матвеев Л.П.— Электрон. текстовые данные.— Москва: Издательство «Спорт», 2019.— 344 с.	http://www.iprbookshop.ru/88519.html
19	Бабушкин Г.Д. Общая теория спорта: современные концепции подготовки спортсменов [Электронный ресурс]: учебник/ Бабушкин Г.Д.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Вузовское образование, 2020.— 294 с.	http://www.iprbookshop.ru/91118.html
20	Никитушкин В.Г. Спорт высших достижений. Теория и методика [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Никитушкин В.Г., Суслов Ф.П.— Электрон. текстовые данные.— Москва: Издательство «Спорт», 2018.— 320 с.	http://www.iprbookshop.ru/74302.html
21	Ишмухаметов М.Г. Теория и методика оздоровительно-рекреационной физической культуры и спорта. Йога в физической культуре и спорте [Электронный ресурс]: учебное пособие. Специальность 050720 – «Физическая культура». Направление подготовки 050100 – «Педагогическое образование». Профиль подготовки – «Физическая культура»/ Ишмухаметов М.Г.— Электрон. текстовые данные.— Пермь: Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2013.— 160 с.	http://www.iprbookshop.ru/32103.html
22	Панов Г.А. Врачебно-педагогический контроль в процессе физического воспитания студентов [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Панов Г.А.— Электрон. текстовые данные.— Москва: Российский университет дружбы народов, 2012.— 192 с.	http://www.iprbookshop.ru/11449.html
23	Психология спорта [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие/ — Электрон. текстовые данные.— Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2019.— 170 с.	http://www.iprbookshop.ru/95422.html

4.2. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

№ п/п	Наименование базы данных	Ссылка на ресурс
1	Яндекс-Энциклопедии и словари	http://slovari.yandex.ru
2	База данных Научной электронной библиотеки eLIBRARY.RU	https://elibrary.ru/default.aspx

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

5.1. Описание показателей и критерии оценивания компетенций

Код компетенции по ФГОС										Промежуточная аттестация	
Код образовательного результата дисциплины	Текущий контроль										
	Доклад/сообщение	Конспект по теме	Контрольная работа по разделу/теме	Опрос	Проект	Реферат	Таблица по теме	Упражнения	Зачет/Экзамен		
ОПК-7											
3.1 (ОПК.7.1)	+	+		+		+	+	+	+		
У.1 (ОПК.7.2)	+	+	+	+		+	+	+	+		
В.1 (ОПК.7.3)	+	+	+	+		+		+	+		
УК-7											
3.2 (УК.7.1)	+	+	+	+	+	+					
У.2 (УК.7.2)	+	+		+	+	+	+	+	+		
В.2 (УК.7.3)		+		+	+	+	+	+	+		

5.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

5.2.1. Текущий контроль.

Типовые задания к разделу "Теоретические основы занятий физической культурой и спортом":

1. Доклад/сообщение

- 1 Средства общей физической подготовки.
- 2 Средства специальной физической подготовки.
- 3 Оздоровительные силы природы и закаливание.
- 4 Методы воспитания физических качеств.
- 5 Методы обучения двигательным действиям.
- 6 Методы управления физической нагрузкой.

Количество баллов: 5

2. Конспект по теме

- 1 Методы физического воспитания.
- 2 Средства физической подготовки.
- 3 Формы проведения занятий физической культурой и спортом.

Количество баллов: 10

3. Контрольная работа по разделу/теме

- 1 Принципы физического воспитания детей и подростков.
- 2 Оценка качества проведения занятий физической культурой и спортом.
- 3 Этапы спортивной подготовки.

Количество баллов: 10

Типовые задания к разделу "Прикладная физическая подготовка":

1. Конспект по теме

- 1 Методика проведения занятий физической культурой и спортом.
- 2 Методические основы занятий прикладной физической культурой.
- 3 Оценка эффективности занятий прикладной физической культурой.

Количество баллов: 10

2. Опрос

- 1 Технология воспитательной деятельности педагога по прикладной физической культуре.
- 2 Характеристика прикладной физической культуры.
- 3 Структура физического воспитания, ее составные части и подсистемы: цель, задачи, принципы, направления, организационные формы.
- 4 Развитие физических качеств, двигательных умений и навыков, функциональных возможностей.
- 5 Воспитание профессионально важных психофизических качеств.

Количество баллов: 5

Типовые задания к разделу "Организация и методика занятий легкой атлетикой":

1. Таблица по теме

- 1 Характеристика легкоатлетического многоборья.
- 2 Силовая подготовка многоборцев.
- 3 Воспитание выносливости в многоборцах.
- 4 Специальная физическая подготовка в многоборье.
- 5 Характеристика метания копья и его особенности.
- 6 Характеристика ведущих физических качеств.
- 7 Воспитание скоростной выносливости.
- 8 Специально-подготовительные упражнения в беге на средние дистанции.

Количество баллов: 5

2. Упражнения

- 1 Бег 1 км.
- 2 Тройной прыжок с места (3 раза).
- 3 Десятерной прыжок с места (3 раза).
- 4 Бег 110 м с барьерами.

Количество баллов: 10

Типовые задания к разделу "Организация и методика занятий баскетболом":

1. Опрос

- 1 Теоретико-методические основы построения тренировочного процесса в баскетболе.
- 2 Определение объема и интенсивности физических нагрузок.
- 3 Особенности технико-тактической подготовки баскетболистов.

Количество баллов: 5

2. Упражнения

- 1 Вполнение броска в кольцо (10 попаданий).
- 2 Пробегание "восьмерки" (4 раза).
- 3 Передачи мяча (20 раз).

Количество баллов: 10

Типовые задания к разделу "Методика занятий волейболом":

1. Опрос

- 1 Игровое поле.
- 2 Сетки и стойки.
- 3 Мячи.
- 4 Участники игры.
- 5 Игровой формат.
- 6 Игровые действия.
- 7 Судьи, их обязанности и официальные сигналы.
- 8 Организация и проведение соревнований.
- 9 Виды соревнований.
- 10 Особенности проведения соревнований.
- 11 Подготовка волейболистов разной квалификации.

Количество баллов: 5

2. Упражнения

- 1 Передачи мяча (20 раз).
- 2 Набивание мяча над собой (20 раз).
- 3 Подача мяча через сетку (10 раз).

Количество баллов: 10

Типовые задания к разделу "Методика занятий фитнесом":

1. Проект

- 1 Фитнес в античной концепции здоровья.
- 2 Оздоровительные системы Востока.
- 3 Оздоровительные системы в Европе XIX–XX вв.
- 4 Оздоровительная физическая культура в Америке.
- 5 Первые системы аэробики и их эволюция.
- 6 Групповые программы фитнеса.
- 7 Понятие и содержание занятий акваэробикой.
- 8 Плавание как средство кондиционной тренировки.
- 9 Расчет калорийности питания на вес тела и интенсивность физической нагрузки.
- 10 Соотношение белков, жиров и углеводов в питании спортсмена.

Количество баллов: 20

Типовые задания к разделу "Методика занятий спортивными видами гимнастики":

1. Опрос

- 1 Упражнения на снарядах гимнастического многоборья.
- 2 Составление комбинации.
- 3 Отработка соединений гимнастических и акробатических элементов.
- 4 Упражнения художественной гимнастики.
- 5 Упражнения на гимнастической стенке.
- 6 Упражнения на батуте.
- 7 Акробатическая подготовка в спортивной гимнастике.

Количество баллов: 5

2. Реферат

- 1 История становления спортивной гимнастики в России.
- 2 Роль и значение гимнастики в программе общеобразовательной школы.
- 3 Гимнастика в спорте высших достижений.

Количество баллов: 10

Типовые задания к разделу "Методика занятий оздоровительной гимнастикой":

1. Опрос

- 1 Понятие рекреационной гимнастики.
- 2 Применение рекреационной гимнастики.
- 3 Комплексы и методика проведения занятий рекреационной гимнастики.
- 4 Оздоровительные виды гимнастики.
- 5 Физиологическое значение занятий оздоровительной гимнастикой.
- 6 Значение оздоровительных видов гимнастики в поддержании активного долголетия.

Количество баллов: 5

2. Реферат

- 1 Упражнения оздоровительной гимнастики.
- 2 Упражнения лечебной физической культуры.
- 3 Методика проведения занятий оздоровительной гимнастикой.

Количество баллов: 10

Типовые задания к разделу "Методика занятий спортивным ориентированием и туризмом":

1. Доклад/сообщение

- 1 Принципы построения тренировочного процесса в спортивном ориентировании и туризме.
- 2 Особенности подготовки детей школьного возраста.
- 3 Построение тренировочного процесса на различных этапах спортивной подготовки.
- 4 Характеристика спортивного туризма как вида спорта.
- 5 Характеристика рекреационного туризма.

Количество баллов: 5

2. Конспект по теме

- 1 Спортивный туризм как средство досуга.
- 2 Спортивный туризм и соревновательная деятельность в нем.
- 3 Тренировка по спортивному туризму.

Количество баллов: 10

5.2.2. Промежуточная аттестация

Промежуточная аттестация проводится в соответствии с Положением о текущем контроле и промежуточной аттестации в ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ».

Первый период контроля

1. Зачет

Вопросы к зачету:

1. Место и роль физической культуры в современном обществе.
2. Физическая культура и здоровый образ жизни.
3. Определение понятия функции физической культуры.
4. Общекультурные функции физической культуры.
5. Общевоспитательные функции физической культуры.
6. Положение физической культуры на современном этапе развития общества.
7. Методологические основы теории обучения двигательным действиям.
8. Предпосылки успешного обучения двигательным действиям.
9. Структура процесса обучения двигательным действиям.
10. Принципы обучения в физическом воспитании.
11. Обучение двигательным действиям (практическое освоение).
12. Двигательные умения и навыки.
13. Характеристика форм организации физического воспитания студентов, многообразие форм.
14. Формы организации физического воспитания в вузе.
15. Формы организации физического воспитания студентов по месту жительства.
16. Принципы и методы дифференцированного подхода в процессе обучения двигательным действиям.
17. Врачебно-педагогический контроль на учебных занятиях по физическому воспитанию.
18. Средства и методы работы на учебных занятиях со студентами, освобождёнными от физической культуры.
19. Воспитание у студентов привычки систематически заниматься упражнениями.
20. Роль самостоятельных занятий в решении задач физического воспитания студентов.
21. Виды самостоятельных занятий физической культурой студентов.
22. Подбор физических упражнений для самостоятельных занятий.

Второй период контроля

1. Зачет

Вопросы к зачету:

1. Классификация и характеристика легкоатлетических упражнений
2. Место и значение легкой атлетики в системе физического воспитания
3. Возникновение и развитие легкой атлетики
4. Достижения российских легкоатлетов на Олимпийских играх
5. Характеристика основных принципов, применяемых в процессе обучения легкоатлетическим видам
6. Характеристика основных методов обучения двигательным действиям
7. Характеристика специально-подводящих и специально-развивающих упражнений
8. Основы техники ходьбы и бега
9. Основы техники легкоатлетических прыжков
10. Основы техники метаний
11. Основы техники спортивной ходьбы
12. Анализ техники бега на средние дистанции
13. Анализ техники бега на 100 м.
14. Особенности бега на 200 м.
15. Анализ техники прыжка в высоту способом «перешагивание»
16. Анализ техники прыжка в длину способом «согнув ноги»
17. Анализ техники метания малого мяча
18. Анализ техники толкания ядра «со скачка»
19. Особенности выполнения «обгона снаряда» в толкании ядра и метании малого мяча
20. Анализ техники метания малого мяча в цель
21. Сравнительный анализ техники спортивной ходьбы и бега
22. Сравнительный анализ техники бега по прямой и по виражу в беге на средние дистанции
23. Сравнительный анализ выполнения «высокого» и «низкого» старта
24. Сравнительный анализ техники бега на короткие и средние дистанции
25. Анализ техники низкого старта и стартового разбега в беге на 100 и 200 м.
26. Сравнительный анализ техники бега по прямой и по виражу в беге на короткие дистанции
27. Сравнительный анализ прыжка в длину и в высоту
28. Сравнительный анализ техники разбега и отталкивания в прыжках в длину и в высоту
29. Эволюция техники прыжков в высоту
30. Сравнительный анализ техники предварительного разгона снаряда в толкании ядра способом «со скачка» и метания малого мяча с разбега
31. Методика обучения технике спортивной ходьбы

32. Методика обучения технике бега по дистанции в беге на средние дистанции
33. Методика обучения технике бега по дистанции в спринтерском беге. Методика обучения технике старта и стартового разгона в беге на короткие дистанции.
34. Методика обучения разбегу и отталкиванию в прыжках в высоту способом «перешагивание»
35. Методика обучения перехода через планку и приземление в прыжках в высоту способом «перешагивание»
36. Методика обучения технике прыжка в длину способом «согнув ноги»
37. Методика обучения метанию малого мяча в цель
38. Методика обучения бросковым шагам в метании малого мяча с разбега
39. Методика обучения метанию малого мяча с разбега
40. Методика обучения толкания ядра «со скачка»
41. Судейство соревнований по спортивной ходьбе на стадионе и на шоссе

Третий период контроля

1. Зачет

Вопросы к зачету:

1. Методы обучения в баскетболе.
2. Принципы обучения в баскетболе.
3. Способы организации занимающихся на занятиях по баскетболу.
4. Этапы процесса обучения технике игровых приемов.
5. Классификация техники игры в баскетбол.
6. Классификация техники нападения.
7. Виды передвижений в нападении. Последовательность изучения.
8. Анализ техники и методика обучения стойке в нападении. Основные ошибки.
9. Анализ техники и методика обучения бегу. Основные ошибки.
10. Анализ техники и методика обучения остановкам. Основные ошибки.
11. Анализ техники и методика обучения поворотам. Основные ошибки.
12. Анализ техники и методика обучения прыжкам. Основные ошибки.
13. Способы владения мячом в нападении. Последовательность изучения.
14. Анализ техники и методика обучения ловле мяча одной рукой. Основные ошибки.
15. Анализ техники и методика обучения ловле мяча двумя руками. Основные ошибки.
16. Классификация способов передач мяча. Последовательность изучения.
17. Передачи мяча двумя руками. Последовательность изучения.
18. Анализ техники и методика обучения передаче мяча двумя руками от груди. Основные ошибки.
19. Анализ техники и методика обучения передаче мяча двумя руками сверху (от головы). Основные ошибки.
20. Анализ техники и методика обучения передаче мяча двумя руками снизу. Основные ошибки.
21. Передачи мяча одной рукой. Последовательность изучения.
22. Анализ техники и методика обучения передачам мяча одной рукой от плеча. Основные ошибки.
23. Анализ техники и методика обучения передачам мяча одной рукой от головы (сверху). Основные ошибки.
24. Анализ техники и методика обучения передачам мяча одной рукой снизу. Основные ошибки.
25. Анализ техники и методика обучения передачам мяча одной рукой сбоку. Основные ошибки.

Четвертый период контроля

1. Зачет

Вопросы к зачету:

1. Характеристика волейбола как одного из средств и методов физического воспитания.
2. Сущность, характеристика, основные правила игры в волейбол.
3. Возникновение волейбола. Первые правила.
4. Развитие волейбола до включения его в программу Олимпийских игр. Эволюция правил.
5. Достижения советских волейболистов на Олимпийских играх, мировых и европейских первенствах.
6. Достижения российских волейболистов последних лет. Изменения в правилах.
7. Правила игры в волейбол, их связь с техникой и тактикой игры.
8. Последовательность обучения технико-тактическим приемам в волейболе.
9. Урок как основная форма занятий по волейболу в школе. Структура, разновидности, типы уроков и общие требования к ним.
10. План-конспект урока по волейболу и требования к его составлению.
11. Подбор средств и методов на разных этапах обучения приемам игры в волейбол.
12. Причины возникновения травм на занятиях по волейболу, способы их предупреждения. Оказание первой помощи.
13. Оценка успеваемости в ходе урока по волейболу, ее значение.
14. Характеристика методов педагогического контроля на занятиях по волейболу.

15. Классификация техники игры в волейболе.
16. Стретчинг и его применение в системах спортивной тренировки.
17. Структура занятий оздоровительной аэробикой.
18. Виды аэробики.
19. Основные виды растяжки.
20. Основные принципы занятий аэробикой, требования к тренировке.
21. Программа Степ-аэробики.
22. Базовые шаги аэробики. Методы определения интенсивности тренировки.
23. Способы регулирования нагрузки на занятиях стэп-аэробики.
24. Противопоказанные упражнения при занятиях аэробикой
25. Понятие «Фитнес».
26. Правильная осанка при занятиях аэробикой и ее значение.
27. Платформа Степ-Рибок, ее характеристики.
28. Задачи, продолжительность и основное содержание подготовительной части комплекса оздоровительной аэробики.
29. Задачи, продолжительность и основное содержание основной части комплекса базовой аэробики
30. Задачи, продолжительность и основное содержание заключительной части комплекса базовой аэробики

Пятый период контроля

1. Зачет

Вопросы к зачету:

1. Характеристика отдельных форм оздоровительной физической культуры.
2. Понятие об утомлении и переутомлении. Средства восстановления.
3. Гигиенические основы закаливания организма.
4. Здоровый образ жизни и факторы его определяющие.
5. Средства физического воспитания.
6. Физическая культура и ее роль в решении социальных проблем.
7. Техника выполнения кувырка вперед, его разновидности. Нарисовать, применяя графическую форму записи и рассказать. Помощь при выполнении кувырка вперед.
8. Техника выполнения кувырка назад, его разновидности. Нарисовать, применяя графическую форму записи и рассказать. Помощь при выполнении кувырка назад.
9. Снаряды и инвентарь, используемые на уроке гимнастики. Переноска, установка и правила обращения с ними.
10. Меры безопасности и предупреждения травм, предпринимаемые учителем на уроке физкультуры гимнастической направленности.
11. Методические особенности гимнастики.
12. Значение гимнастики как средства физического воспитания.
13. Техника выполнения наклона вперед, наклона прогнувшись, наклона назад. Нарисовать, применяя графическую форму записи и рассказать.
14. Техника выполнения приседа, выпада. Нарисовать, применяя графическую форму записи и рассказать.
15. Техника выполнения равновесия на правой (левой), равновесия «крестом», бокового равновесия. Нарисовать, применяя графическую форму записи и рассказать.
16. Техника выполнения размахивания изгибами, размахиваний в висе на перекладине. Нарисовать, применяя графическую форму записи и рассказать.
17. Техника выполнения размахиваний в упоре на руках, в упоре на параллельных брусьях. Нарисовать, применяя графическую форму записи и рассказать.
18. Техника выполнения упора на руках, упора на предплечьях, упора на параллельных брусьях. Нарисовать, применяя графическую форму записи и рассказать.
19. Условия сохранения равновесия при выполнении упражнений на бревне.
20. Техника выполнения группировки, ее разновидности. Нарисовать, применяя графическую форму записи и рассказать.

Шестой период контроля

1. Зачет

Вопросы к зачету:

1. Этапы развития туризма в России, их характеристика.
2. Развитие детско-юношеского туризма
3. Организация самодеятельного туризма в СССР
4. Современное состояние индустрии туризма в России.
5. Современное состояние мирового туризма. Туристские регионы, их характеристика.
6. Рекреационный туризм, его содержание и формы.

7. Курортный туризм, компоненты санаторно-курортной сети.
8. Курортные зоны и курортные агломерации в России.
9. Зарубежные курорты, их характеристика и перспективность для российского туризма.
10. Экологический туризм, его основные принципы. Национальные парки.
11. Экологический поход, маршруты и особенности.
12. Религиозный туризм, его разновидности. Основные направления религиозного туризма в России и в мире.
13. Образовательный туризм, его разновидности.
14. Деловой туризм, его разновидности. Понятие business travel.
15. Содержание и формы спортивного туризма, особенности туризма как вида спорта.
16. Экстремальный туризм, его особенности и разновидности.
17. Характеристика спортивного ориентирования.
18. Особенности ориентации на местности.
19. Передвижение и ориентация по карте.
20. Тренировка в спортивном ориентировании.

5.3. Примерные критерии оценивания ответа студентов на экзамене (зачете):

Отметка	Критерии оценивания
"Отлично"	<ul style="list-style-type: none"> -дается комплексная оценка предложенной ситуации -демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять -последовательное, правильное выполнение всех заданий -умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы
"Хорошо"	<ul style="list-style-type: none"> -дается комплексная оценка предложенной ситуации -демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять -последовательное, правильное выполнение всех заданий -возможны единичные ошибки, исправляемые самим студентом после замечания преподавателя -умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы
"Удовлетворительно" ("зачтено")	<ul style="list-style-type: none"> - затруднения с комплексной оценкой предложенной ситуации - неполное теоретическое обоснование, требующее наводящих вопросов преподавателя - выполнение заданий при подсказке преподавателя - затруднения в формулировке выводов
"Неудовлетворительно" ("не зачтено")	<ul style="list-style-type: none"> -неправильная оценка предложенной ситуации -отсутствие теоретического обоснования выполнения заданий

6. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

1. Практические

Практические (семинарские занятия) представляют собой детализацию лекционного теоретического материала, проводятся в целях закрепления курса и охватывают все основные разделы.

Основной формой проведения практических занятий и семинаров является обсуждение наиболее проблемных и сложных вопросов по отдельным темам, а также решение задач и разбор примеров и ситуаций в аудиторных условиях.

При подготовке к практическому занятию необходимо, ознакомиться с его планом; изучить соответствующие конспекты лекций, главы учебников и методических пособий, разобрать примеры, ознакомиться с дополнительной литературой (справочниками, энциклопедиями, словарями). К наиболее важным и сложным вопросам темы рекомендуется составлять конспекты ответов. Следует готовить все вопросы соответствующего занятия: необходимо уметь давать определения основным понятиям, знать основные положения теории, правила и формулы, предложенные для запоминания к каждой теме.

В ходе практического занятия надо давать конкретные, четкие ответы по существу вопросов, доводить каждую задачу до окончательного решения, демонстрировать понимание проведенных расчетов (анализов, ситуаций), в случае затруднений обращаться к преподавателю.

2. Зачет

Цель зачета – проверка и оценка уровня полученных студентом специальных знаний по учебной дисциплине и соответствующих им умений и навыков, а также умения логически мыслить, аргументировать избранную научную позицию, реагировать на дополнительные вопросы, ориентироваться в массиве информации.

Подготовка к зачету начинается с первого занятия по дисциплине, на котором обучающиеся получают предварительный перечень вопросов к зачету и список рекомендуемой литературы, их ставят в известность относительно критерии выставления зачета и специфике текущей и итоговой аттестации. С самого начала желательно планомерно осваивать материал, руководствуясь перечнем вопросов к зачету и списком рекомендуемой литературы, а также путем самостоятельного конспектирования материалов занятий и результатов самостоятельного изучения учебных вопросов.

По результатам сдачи зачета выставляется оценка «зачтено» или «не зачтено».

3. Доклад/сообщение

Доклад – развернутое устное (возможен письменный вариант) сообщение по определенной теме, сделанное публично, в котором обобщается информация из одного или нескольких источников, представляется и обосновывается отношение к описываемой теме.

Основные этапы подготовки доклада:

1. четко сформулировать тему;
2. изучить и подобрать литературу, рекомендуемую по теме, выделив три источника библиографической информации:
 - первичные (статьи, диссертации, монографии и т. д.);
 - вторичные (библиография, реферативные журналы, сигнальная информация, планы, граф-схемы, предметные указатели и т. д.);
 - третичные (обзоры, компилятивные работы, справочные книги и т. д.);
3. написать план, который полностью согласуется с выбранной темой и логично раскрывает ее;
4. написать доклад, соблюдая следующие требования:
 - структура доклада должна включать краткое введение, обосновывающее актуальность проблемы; основной текст; заключение с краткими выводами по исследуемой проблеме; список использованной литературы;
 - в содержании доклада общие положения надо подкрепить и пояснить конкретными примерами; не пересказывать отдельные главы учебника или учебного пособия, а изложить собственные соображения по существу рассматриваемых вопросов, внести свои предложения;
5. оформить работу в соответствии с требованиями.

4. Опрос

Опрос представляет собой совокупность развернутых ответов студентов на вопросы, которые они заранее получают от преподавателя. Опрос может проводиться в устной и письменной форме.

Подготовка к опросу включает в себя:

- изучение конспектов лекций, раскрывающих материал, знание которого проверяется опросом;
- повторение учебного материала, полученного при подготовке к семинарским, практическим занятиям и во время их проведения;
- изучение дополнительной литературы, в которой конкретизируется содержание проверяемых знаний;
- составление в мысленной форме ответов на поставленные вопросы.

5. Таблица по теме

Таблица – форма представления материала, предполагающая его группировку и систематизированное представление в соответствии с выделенными заголовками граф.

Правила составления таблицы:

1. таблица должна быть выразительной и компактной, лучше делать несколько небольших по объему, но наглядных таблиц, отвечающих задаче исследования;
2. название таблицы, заглавия граф и строк следует формулировать точно и лаконично;
3. в таблице обязательно должны быть указаны изучаемый объект и единицы измерения;
4. при отсутствии каких-либо данных в таблице ставят многоточие либо пишут «Нет сведений», если какое-либо явление не имело места, то ставят тире;
5. числовые значения одних и тех же показателей приводятся в таблице с одинаковой степенью точности;
6. таблица с числовыми значениями должна иметь итоги по группам, подгруппам и в целом;
7. если суммирование данных невозможно, то в этой граfe ставят знак умножения;
8. в больших таблицах после каждой пяти строк делается промежуток для удобства чтения и анализа.

6. Проект

Проект – это самостоятельное, развёрнутое решение обучающимся, или группой обучающихся какой-либо проблемы научно-исследовательского, творческого или практического характера.

Этапы в создании проектов.

1. Выбор проблемы.
2. Постановка целей.
3. Постановка задач (подцелей).
4. Информационная подготовка.
5. Образование творческих групп (по желанию).
6. Внутригрупповая или индивидуальная работа.
7. Внутригрупповая дискуссия.
8. Общественная презентация – защита проекта.

7. Реферат

Реферат – теоретическое исследование определенной проблемы, включающее обзор соответствующих литературных и других источников.

Реферат обычно включает следующие части:

1. библиографическое описание первичного документа;
2. собственно реферативная часть (текст реферата);
3. справочный аппарат, т.е. дополнительные сведения и примечания (сведения, дополнительно характеризующие первичный документ: число иллюстраций и таблиц, имеющихся в документе, количество источников в списке использованной литературы).

Этапы написания реферата

1. выбрать тему, если она не определена преподавателем;
2. определить источники, с которыми придется работать;
3. изучить, систематизировать и обработать выбранный материал из источников;
4. составить план;
5. написать реферат:
 - обосновать актуальность выбранной темы;
 - указать исходные данные реферируемого текста (название, где опубликован, в каком году), сведения об авторе (Ф. И. О., специальность, учченая степень, ученое звание);
 - сформулировать проблематику выбранной темы;
 - привести основные тезисы реферируемого текста и их аргументацию;
 - сделать общий вывод по проблеме, заявленной в реферате.

При оформлении реферата следует придерживаться рекомендаций, представленных в документе «Регламент оформления письменных работ».

8. Конспект по теме

Конспект – это систематизированное, логичное изложение материала источника.

Различаются четыре типа конспектов.

План-конспект – это развернутый детализированный план, в котором достаточно подробные записи приводятся по тем пунктам плана, которые нуждаются в пояснении.

Текстуальный конспект – это воспроизведение наиболее важных положений и фактов источника.

Свободный конспект – это четко и кратко сформулированные (изложенные) основные положения в результате глубокого осмысливания материала. В нем могут присутствовать выписки, цитаты, тезисы; часть материала может быть представлена планом.

Тематический конспект – составляется на основе изучения ряда источников и дает более или менее исчерпывающий ответ по какой-то теме (вопросу).

В процессе изучения материала источника, составления конспекта нужно обязательно применять различные выделения, подзаголовки, создавая блочную структуру конспекта. Это делает конспект легко воспринимаемым, удобным для работы.

Этапы выполнения конспекта:

1. определить цель составления конспекта;
2. записать название текста или его части;
3. записать выходные данные текста (автор, место и год издания);
4. выделить при первичном чтении основные смысловые части текста;
5. выделить основные положения текста;
6. выделить понятия, термины, которые требуют разъяснений;
7. последовательно и кратко изложить своими словами существенные положения изучаемого материала;
8. включить в запись выводы по основным положениям, конкретным фактам и примерам (без подробного описания);
9. использовать приемы наглядного отражения содержания (абзацы «ступеньками», различные способы подчеркивания, шрифт разного начертания, ручки разного цвета);
10. соблюдать правила цитирования (цитата должна быть заключена в кавычки, дана ссылка на ее источник, указана страница).

9. Упражнения

Лексические и грамматические упражнения проверяют словарный запас студента и умение его эффективно применять, а также то, насколько хорошо студент усвоил грамматические явления, разбираемые в соответствующем семестре, и может использовать их для достижения коммуникативных целей.

Упражнение – специально организованное многократное выполнение языковых (речевых) операций или действий с целью формирования или совершенствования речевых навыков и умений, восприятия речи на слух, чтения и письма.

Типология упражнений для формирования лексико-грамматических навыков:

- 1) восприятие (упражнения на узнавание нового грамматического явления в знакомом контексте);
- 2) имитация (упражнения на воспроизведение речевого образца без изменений);
- 3) подстановка (характеризуются тем, что в них происходит подстановка лексических единиц в какой-либо речевой образец);
- 4) трансформация (грамматическое изменение образца)
- 5) репродукция (воспроизведение грамматических форм самостоятельно и осмысленно);
- 6) комбинирование (соединение в речи новых и ранее усвоенных лексико-грамматических образцов).

Типология упражнений для формирования коммуникативных умений

- 1) языковые упражнения – тип упражнений, предполагающий анализ и тренировку языковых явлений вне условий речевой коммуникации;
- 2) условно-речевые упражнения – тип упражнения, характеризующийся ситуативностью, наличием речевой задачи и предназначенный для тренировки учебного материала в рамках учебной (условной) коммуникации;
- 3) речевые упражнения – тип упражнений, используемый для развития умений говорения.

10. Контрольная работа по разделу/теме

Контрольная работа выполняется с целью проверки знаний и умений, полученных студентом в ходе лекционных и практических занятий и самостоятельного изучения дисциплины. Написание контрольной работы призвано установить степень усвоения студентами учебного материала раздела/темы и формирования соответствующих компетенций.

Подготовку к контрольной работе следует начинать с повторения соответствующего раздела учебника, учебных пособий по данному разделу/теме и конспектов лекций.

Контрольная работа выполняется студентом в срок, установленный преподавателем в письменном (печатном или рукописном) виде.

При оформлении контрольной работы следует придерживаться рекомендаций, представленных в документе «Регламент оформления письменных работ».

7. ПЕРЕЧЕНЬ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

1. Развивающее обучение

8. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ

1. компьютерный класс – аудитория для самостоятельной работы
2. спортивный зал
3. тацевальный зал
4. Лицензионное программное обеспечение:
 - Операционная система Windows 10
 - Microsoft Office Professional Plus
 - Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Russian Edition
 - Справочная правовая система Консультант плюс
 - 7-zip
 - Adobe Acrobat Reader DC