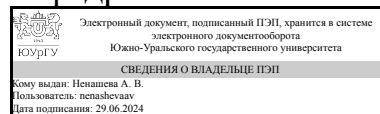


ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий выпускающей
кафедрой



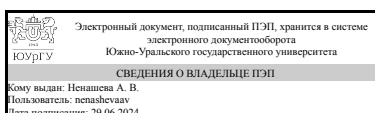
А. В. Ненашева

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины 1.Ф.П0.06.03 Теория и методика физической культуры
для направления 44.03.01 Педагогическое образование
уровень Бакалавриат
профиль подготовки Физкультурное образование
форма обучения очная
кафедра-разработчик Теория и методика физической культуры и спорта

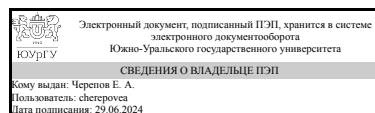
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, утверждённым приказом Минобрнауки от 22.02.2018 № 121

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



А. В. Ненашева

Разработчик программы,
д.пед.н., доц., профессор



Е. А. Черепов

1. Цели и задачи дисциплины

Цель: сформировать общие научно-методические основы профессионального мировоззрения бакалавра педагогики по вопросам, связанным с физической культурой и спортом, заложить необходимые для этого знания, научить плодотворно пользоваться ими. Задачи: добиться прочного усвоения студентами знаний, составляющих содержание современного преподавания физической культуры и спортивной тренировки на уровне, соответствующей квалификации бакалавра и специалиста; воспитать у будущих специалистов способность осмысливать информацию, относящуюся к научно-теоретическим основам, прикладным и методическим аспектам профессиональной деятельности и смежным дисциплинам профессионального образования; сформировать у студентов практического опыта использования приобретенных знаний для решения задач профессиональной деятельности специалиста по физической культуре и спорту в образовательных учреждениях; подбирать адекватные поставленным задачам средства и методы тренировки, определять величину нагрузок, адекватную возможностям индивида с установкой на достижение спортивного результата; обеспечивать уровень двигательной активности, соответствующий состоянию и потребностям обучающихся; способствовать осознанному использованию средств физической культуры как средства восстановления и укрепления здоровья, приобщения к здоровому образу жизни.

Краткое содержание дисциплины

Основные понятия и принципы физического воспитания. Теория и методика физического воспитания как дисциплина, введение в предмет. Система, принципы, средства и методы физического воспитания. Основы теории и методики развития физических качеств человека. Развитие силовых, скоростных, двигательных-координационных способностей, выносливости, формирование гибкости, воспитание навыков правильной осанки, регулирование массы тела в процессе физического воспитания. Теория и методика спортивной подготовки. Принципы, средства и методы спортивной тренировки. Адаптация организма к физическим нагрузкам. Процесс спортивной подготовки на этапах многолетнего цикла подготовки (средства, методы, планирование, виды подготовки, дозирование нагрузок, контроль). Подготовка в спорте: физическая, техническая, тактическая, функциональная, психическая, интегральная – соревновательная. Планирование микро-, мезо-, макроциклов, дозирование нагрузок, контроль, моделирование и управление в спорте. Оздоровительная физическая культура. Средства, методы и принципы оздоровительной физической культуры. Планирование, дозирование нагрузок в оздоровительной физической культуре. Частные методики оздоровительной физической культуры.

2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Планируемые результаты освоения ОП ВО (компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
УК-1 Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации,	Знает: семантику базовых понятий теории физической культуры, может на основе

применять системный подход для решения поставленных задач	системного и критического мышления аргументированно формировать собственную интерпретацию решения методических задач в процессе физического воспитания и спортивной тренировки, готов к оценке результатов педагогических процессов в сфере физической культуры. Умеет: выявить факторы, позволяющие решить педагогические задачи в физическом воспитании и спортивной тренировке, подобрать необходимые средства, методы и условия, на них воздействующие, и определить степень результативности применения выбранных средств и методов в практической педагогической деятельности в сфере физической культуры. Имеет практический опыт: анализа и синтеза информации из различных сфер знания в направлении повышения эффективности частных процессов физического воспитания и спортивной тренировки.
УК-5 Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах	Знает: исторические и социокультурные особенности формирования систем физической культуры в мировом пространстве и на территории России, основные философские методологические подходы к формированию теоретических и методических основ физической культуры с учетом религиозных учений и этических норм, принятых в тех или иных социальных стратах. Умеет: эффективно использовать исторический потенциал традиционных форм, средств и методов физического воспитания и спорта различных этно-культурных слоев общества. Имеет практический опыт: конструктивно взаимодействовать с занимающимися и коллегами с учетом их социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач и социальной интеграции; сознательно выбирает ценностные ориентиры и гражданскую позицию; аргументированно обсуждает и решает проблемы мировоззренческого, общественного и личностного характера.
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Знает: общие положения и понятия дисциплины, основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели. Умеет: самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; проводить занятия по общей физической подготовке; использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности.

	Имеет практический опыт: владения методами самоконтроля и анализа своего физического состояния, технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
ПК-1 Способен осваивать и использовать теоретические знания и практические умения и навыки в предметной области при решении профессиональных задач	Знает: основополагающие и частные принципы физического воспитания и спортивной тренировки, структуру, состав и особенности средств, методов и педагогических условий эффективного решения педагогических задач в сфере физической культуры. Умеет: осуществлять выбор образовательных стратегий в соответствии с требованиями ФГОС ОО, конкретными задачами и особенностями состояния занимающихся, осуществлять рефлексию эффективности применяемых средств и методов. Имеет практический опыт: осуществления планирования, организации и контроля эффективности различных форм занятий в рамках физического воспитания и спортивной тренировки.
ПК-5 Способен организовывать индивидуальную и совместную учебно-проектную деятельность обучающихся в соответствующей предметной области	Знает: основополагающие принципы проектирования, особенности проектных технологий в физическом воспитании и спортивной тренировке. Умеет: спланировать, замотивировать занимающихся и реализовать индивидуальную или совместную учебно-проектную деятельность в физическом воспитании и спортивной тренировке. Имеет практический опыт: использования передовых педагогических и информационных технологий в процессе реализации учебно-проектной деятельности обучающихся в физическом воспитании и спортивной тренировке.
ПК-7 Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности	Знает: правила безопасного поведения на занятиях физическими упражнениями в различных условиях, принципы дозирования адекватной возможностям занимающихся физической нагрузки, основы оказания первой доврачебной помощи при травмах. Умеет: применить на практике меры профилактики травматизма, грамотно дозировать параметры физической нагрузки, внедрить в практическую работу здоровьесформирующие педагогические технологии; оказать первую доврачебную помощь. Имеет практический опыт: оказания первой доврачебной помощи при травмах, реализации здоровьесформирующих педагогических технологий и оценки их эффективности.
ПК-9 Способен планировать, организовывать, контролировать и координировать	Знает: особенности планирования, организации и контроля образовательной и развивающей

образовательный процесс	деятельности в физическом воспитании и спортивной тренировке. Умеет: спланировать, осуществить и оценить эффективность деятельности субъектов образовательного процесса в различных педагогических условиях в физическом воспитании и спортивной тренировке. Имеет практический опыт: управления коллективом учащихся, формирования у них учебно-познавательной мотивации к физической активности в рамках урочной и внеурочной деятельности.
-------------------------	--

3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана	Перечень последующих дисциплин, видов работ
Адаптивная физическая культура и спорт, Физическая культура и спорт, Анатомия человека, Техника безопасности на занятиях физической культурой и спортом, История физической культуры	Физическая культура в общем образовании, Возрастные особенности физического воспитания, Спортивная метрология и контроль в физической культуре и спорте, Методы количественного и качественного анализа данных, Безопасность жизнедеятельности, Основы педагогического мастерства, Индивидуальные особенности физического воспитания, Физиология физического воспитания и спорта

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

Дисциплина	Требования
История физической культуры	Знает: принципы сбора, отбора и обобщения информации, специфику системного подхода для решения поставленных задач., основные категории истории физической культуры, историческое наследие, социокультурные традиции и основы межкультурной коммуникации., о накопленных в области физической культуры духовных ценностях, историческое наследие физической культуры и спорта, о способах передачи накопленных знаний в области физической культуры., как осуществлять и организовывать индивидуальную и совместную учебно-проектную деятельность обучающихся в сфере истории физической культуры и спорта., основные закономерности развития физической культуры в обществе, предпосылки развития и становления различных видов спорта. Умеет: находить, критически анализировать и выбирать информацию,

	необходимую для решения поставленной задачи, грамотно, логично, аргументированно формирует собственные суждения и оценки деятельности., взаимодействовать с людьми с учетом социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач и социальной интеграции., осуществлять целенаправленную воспитательную деятельность в области сохранения и преумножения накопленных духовных ценностей и исторического наследия в сфере физической культуры и спорта, осуществлять передачу накопленных знаний в области физической культуры и спорта., осуществлять и организовывать индивидуальную и совместную учебно-проектную деятельность обучающихся в сфере истории физической культуры и спорта., систематизировать полученные знания о закономерностях развития физической культуры и спорта в различных исторический период, устанавливать взаимосвязь развития физической культуры и спорта с конкретным историческим периодом. Имеет практический опыт: использования методики аналитико-синтетической обработки информации из различных информационнопоисковых систем., владения навыками оценки событий в социально-историческом, этическом и философском контекстах., владения способами передачи накопленных знаний в области физической культуры и спорта при осуществлении целенаправленной воспитательной деятельности., применения умения по организации совместной учебно-проектной деятельности обучающихся в сфере истории физической культуры и спорта., владения навыками анализа и выявления закономерностей и тенденций развития физической культуры в нашей стране и во всем мире.
Анатомия человека	Знает: анатомо-физиологические особенности разных возрастных групп населения., эффекты влияния физических упражнений на системы организма, организм в целом; предмет и задачи функциональной анатомии, способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; основные здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом анатомо-физиологических особенностей организма. Умеет: осуществлять трансформацию специальных научных знаний в соответствии с анатомо-физиологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями; осуществлять педагогическую

	деятельность на основе специальных научных знаний., в рамках изучаемой дисциплины определить способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; подбирать здоровьесберегающие технологии для повышения работоспособности с учетом анатомо-физиологических особенностей организма. Имеет практический опыт: владения анатомо-физиологическими методами исследования, методами анализа анатомо-физиологических исследований; осуществления педагогической деятельности на основе специальных научных знаний., применения навыков поддержания здоровья и физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
Физическая культура и спорт	Знает: значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели, требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности обучающихся., технику безопасности при проведении занятий по физической культуре., воспитательные задачи физического воспитания., значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; основы планирования и проведения занятий по физической культуре и спорту, основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования. Умеет: самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; проводить занятия по общей физической подготовке; определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем,

	оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности., использовать средства и методы физического воспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья, вести работу по предупреждению травматизма., осуществлять воспитание волевых качеств занимающихся., самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре и спорту с учетом особенностей профессиональной деятельности; проводить занятия по общей физической подготовке; определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием; поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Имеет практический опыт: проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; планирования и проведения занятий по физической культуре, самоконтроль и анализ своего физического состояния, физической подготовленности., применения рациональных приемов двигательных функций в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности., формирования потребности в ежедневных физических упражнениях., планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта; планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности; поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
Техника безопасности на занятиях физической культурой и спортом	Знает: принципы сбора, отбора и обобщения информации для решения поставленных задач., осуществляет анализ образовательной среды, определяет цель деятельности субъектов образовательного процесса и способы ее

достижения. , причины, признаки и последствия опасностей, способы защиты от чрезвычайных ситуаций; основы безопасности жизнедеятельности, телефоны служб спасения; правила по охране труда и требования к безопасности образовательной среды., структуру, состав и дидактические единицы предметной области при решении профессиональных задач., необходимые для осуществления профессиональной деятельности правовые нормы., основы охраны труда, безопасности жизнедеятельности, возможные последствия аварий, катастроф, стихийных бедствий. , способы организации индивидуальной и совместной учебно-проектной деятельности обучающихся в соответствующей предметной области. Умеет: применять принципы и методы поиска, анализа и синтеза информации; грамотно, логично, аргументированно формирует собственные суждения и оценки., планирует деятельность субъектов образовательного процесса на основе нормативно-правовых документов. , выявлять признаки, причины и условия возникновения чрезвычайных ситуаций; оценивать вероятность возникновения потенциальной опасности для обучающегося и принимать меры по ее предупреждению в условиях образовательного учреждения; оказывать первую помощь в чрезвычайных ситуациях., использовать различную структуру, состав и дидактические единицы предметной области при решении профессиональных задач., определять круг задач в рамках избранных видов профессиональной деятельности, планировать собственную деятельность исходя из имеющихся ресурсов; решать поставленные задачи в рамках избранных видов профессиональной деятельности., применять средства индивидуальной и коллективной защиты от вредностей и опасностей. Осуществлять мероприятия по защите учащихся и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного и природного характера. , использовать передовые педагогические технологии в процессе реализации учебно-проектной деятельности обучающихся в соответствующей предметной области. Имеет практический опыт: владения навыками поиска, анализа и синтеза информации для решения поставленных задач., управления коллективом учащихся, формирует учебно-познавательную мотивацию обучающихся к изучаемому предмету в рамках урочной и внеурочной деятельности, использует способы организации совместной деятельности., владения методами прогнозирования возникновения опасных или

	чрезвычайных ситуаций; навыками поддержания безопасных условий жизнедеятельности., демонстрирует умение разрабатывать различные формы учебных занятий, применять методы и приемы., применения нормативной базы и решения задач в области избранных видов профессиональной деятельности., владения основными методами защиты жизни и здоровья в условиях чрезвычайных ситуаций, оказания само- и взаимопомощи., передовыми педагогическими технологиями в процессе реализации учебно-проектной деятельности обучающихся в соответствующей предметной области.
Адаптивная физическая культура и спорт	Знает: современные методы и технологии обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья., основы адаптивной физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности., технику безопасности при проведении занятий по адаптивной физической культуре., социальную значимость адаптивной физической культуры и ее роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности, цель и задачи адаптивной физической культуры. Умеет: использовать здоровьесберегающие технологии в учебном процессе по адаптивной физической культуре., осознано выбирать и формировать комплексы физических упражнений с учётом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма., использовать средства и методы физического воспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья, вести работу по предупреждению травматизма в адаптивной физической культуре., осуществлять коррекцию физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами адаптивной физической культуры и спорта. Имеет практический опыт: использования средств адаптивной физической культуры в регулировании работоспособности и здоровьесбережения обучающихся, имеющих ограничения в состоянии здоровья., навыков поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдения норм здорового образа жизни., применения рациональных приемов двигательных функций в адаптивной физической культуре., проведения профилактической, оздоровительной и производственной

4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 9 з.е., 324 ч., 166 ч. контактной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах		
		Номер семестра		
		3	4	5
Общая трудоёмкость дисциплины	324	108	108	108
<i>Аудиторные занятия:</i>	144	48	48	48
Лекции (Л)	48	16	16	16
Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ)	96	32	32	32
Лабораторные работы (ЛР)	0	0	0	0
<i>Самостоятельная работа (СРС)</i>	158	53,75	53,75	50,5
Выполнение исследовательских и творческих заданий, презентаций	35,5	17,75	17,75	0
Изучение и конспектирование учебных пособий, хрестоматий и сборников документов	25,5	10	10	5,5
Подготовка к тестированию, зачету	20	10	10	0
Подготовка к экзамену	20	0	0	20
Написание тематических докладов, рефератов и эссе на проблемные темы, презентации	37	16	16	5
Написание курсовой работы	20	0	0	20
Консультации и промежуточная аттестация	22	6,25	6,25	9,5
Вид контроля (зачет, диф.зачет, экзамен)	-	зачет	зачет	экзамен, КР

5. Содержание дисциплины

№ раздела	Наименование разделов дисциплины	Объем аудиторных занятий по видам в часах			
		Всего	Л	ПЗ	ЛР
1	Основные понятия и принципы физического воспитания. Теория и методика физического воспитания как дисциплина, введение в предмет. Система, принципы, средства и методы физического воспитания.	38	14	24	0
2	Основы теории и методики развития физических качеств человека. Развитие силовых, скоростных, двигательных-координационных способностей, выносливости, формирование гибкости, воспитание навыков правильной осанки, регулирование массы тела в процессе физического воспитания.	42	14	28	0
3	Теория и методика спортивной подготовки. Принципы, средства и методы спортивной тренировки. Адаптация организма к физическим нагрузкам. Процесс спортивной подготовки на этапах многолетнего цикла подготовки (средства, методы, планирование, виды подготовки, дозирование нагрузок, контроль). Подготовка в спорте: физическая,	46	14	32	0

	техническая, тактическая, функциональная, психическая, интегральная – соревновательная. Планирование микро-, мезо-, макроциклов, дозирование нагрузок, контроль, моделирование и управление в спорте.				
4	Оздоровительная физическая культура. Средства, методы и принципы оздоровительной физической культуры. Планирование, дозирование нагрузок в оздоровительной физической культуре. Частные методики оздоровительной физической культуры.	18	6	12	0

5.1. Лекции

№ лекции	№ раздела	Наименование или краткое содержание лекционного занятия	Кол-во часов
1-4	1	Теория и методика физического воспитания как дисциплина, введение в предмет.	2
5-6	1	Система физического воспитания Российской Федерации	2
7-8	1	Средства физического воспитания. Физическое упражнение, нагрузка и отдых в процессе упражнения	2
9-10	1	Общепедагогические и специфические методы физического воспитания	2
11-12	1	Принципы физического воспитания: общие, дидактические, специфические	2
13-14	1	Основные формы занятий в физическом воспитании. Урок физического воспитания	2
15-16	1	Логика обучения двигательным действиям. Этапы обучения	2
17-18	2	Развитие силовых способностей. Понятие, средства и методы	2
19-22	2	Развитие скоростных способностей. Быстрота двигательных реакций, быстрота движений	2
23-24	2	Развитие двигательного-координационных способностей	2
25-26	2	Развитие выносливости. Общая и специальная выносливость	2
27-28	2	Содействие формированию гибкости	2
29-30	2	Воспитание правильной осанки. Понятие, виды нарушений, способы профилактики, исправления и коррекции	2
31-32	2	Регулирование массы тела в процессе физического воспитания	2
33-34	3	Общая характеристика спорта. Средства и методы спортивной тренировки	2
35-36	3	Принципы спортивной тренировки. Адаптация организма к физическим нагрузкам.	2
37-40	3	Процесс спортивной подготовки на этапах многолетнего цикла подготовки (средства, методы, планирование, виды подготовки, дозирование нагрузок, контроль)	2
41-42	3	Подготовка в спорте	2
43-44	3	Процесс подготовки на этапе раскрытия индивидуального спортивного мастерства и сохранения спортивного мастерства: средства, методы	2
45-46	3	Планирование в спорте, понятие о микро-, мезо- и макроциклах	2
47-48	3	Внетренировочные и внесоревновательные факторы. Спортивное питание. Допинги	2
49-52	4	Средства, методы и принципы оздоровительной физической культуры	2
53-58	4	Планирование, дозирование нагрузок в оздоровительной физической культуре	2
59-64	4	Частные методики оздоровительной физической культуры	2

5.2. Практические занятия, семинары

№ занятия	№ раздела	Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара	Кол-во часов
1-2	1	История зарождения и генезис физической культуры	4
3-6	1	Отечественная и зарубежные системы физической культуры	4
7-10	1	Техника физического упражнения. Компоненты и характеристики техники	4
11-12	1	Эффекты физического упражнения	4
13-16	1	Неспецифические средства физического воспитания	4
17-18	1	Внеурочные формы в физическом воспитании: крупные и малые. Умение и навык как основные формы реализации двигательных возможностей	4
19-22	2	Развитие силовых способностей. Понятие, средства и методы	4
23-26	2	Развитие скоростных способностей. Быстрота двигательных реакций, быстрота движений	4
27-28	2	Развитие двигательно-координационных способностей	4
29-32	2	Развитие выносливости. Общая и специальная выносливость. Содействие формированию гибкости	4
33-34	2	Воспитание правильной осанки. Понятие, виды нарушений, способы профилактики, исправления и коррекции	4
35-36	2	Регулирование массы тела в процессе физического воспитания	4
37-38	2	Спортивное состязание как ядро спорта. Виды, правила проведения, элементы состязаний	4
39-42	3	Спортивная подготовка как многолетний процесс. Этапы, стадии, их характеристика в различных видах спорта	4
43-44	3	Физическая подготовка спортсмена	4
45-48	3	Техническая подготовка спортсмена	4
49-52	3	Тактическая подготовка спортсмена	4
53-54	3	Психологическая подготовка спортсмена	4
55-56	3	Микроциклы в спортивной тренировке	2
57-58	3	Мезоциклы в спортивной тренировке	2
59-60	3	Макроциклы в различных видах спорта	2
61-64	3	Особенности питания спортсменов различных направлений	2
65-68	3	Допинги, борьба с ними. Восстановление в спорте	4
69-74	4	Планирование, дозирование нагрузок в оздоровительной физической культуре	6
75-80	4	Частные методики оздоровительной физической культуры	6

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
Выполнение исследовательских и творческих заданий, презентаций	ПУМД и ЭУМД, поиск информации в интернете	3	17,75
Выполнение исследовательских и творческих заданий, презентаций	ПУМД и ЭУМД, поиск информации в интернете	4	17,75
Изучение и конспектирование учебных	ПУМД осн. 1 стр. 292-408; ЭУМД осн. 1	4	10

пособий, хрестоматий и сборников документов	стр. 4-34; осн. 2 стр. 264-516; осн. 3 стр. 158-267; осн. 5 стр. 160-198.		
Подготовка к тестированию, зачету	ПУМД и ЭУМД осн. лит-ра	4	10
Подготовка к тестированию, зачету	ПУМД и ЭУМД осн. лит-ра	3	10
Подготовка к экзамену	ПУМД и ЭУМД осн. лит-ра	5	20
Написание тематических докладов, рефератов и эссе на проблемные темы, презентации	ПУМД осн. 1 стр. 97-268; ЭУМД осн. 1 стр. 4-34; осн. 2 стр.90-259; осн. 3 стр. 120-204; осн. 4 стр. 20-68; осн. 5 стр. 80-154.	5	5
Изучение и конспектирование учебных пособий, хрестоматий и сборников документов	ПУМД осн. 1 стр. 97-268; ЭУМД осн. 1 стр. 4-34; осн. 2 стр.90-259; осн. 3 стр. 120-204; осн. 4 стр. 20-68; осн. 5 стр. 80-154.	5	5,5
Изучение и конспектирование учебных пособий, хрестоматий и сборников документов	ПУМД осн. 1 стр. 8-112; ЭУМД осн. 2 стр. 6-84; осн. 3 стр. 6-114; осн. 4 стр. 3-35; осн. 5 стр. 6-94.	3	10
Написание тематических докладов, рефератов и эссе на проблемные темы, презентации	ПУМД осн. 1 стр. 292-408; ЭУМД осн. 1 стр. 4-34; осн. 2 стр. 264-516; осн. 3 стр. 158-267; осн. 5 стр. 160-198.	4	16
Написание курсовой работы	ПУМД и ЭУМД осн. лит-ра	5	20
Написание тематических докладов, рефератов и эссе на проблемные темы, презентации	ПУМД осн. 1 стр. 8-112; ЭУМД осн. 2 стр. 6-84; осн. 3 стр. 6-114; осн. 4 стр. 3-35; осн. 5 стр. 6-94.	3	16

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

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

6.1. Контрольные мероприятия (КМ)

№ КМ	Се-местр	Вид контроля	Название контрольного мероприятия	Вес	Макс. балл	Порядок начисления баллов	Учитывается в ПА
1	3	Текущий контроль	Тест НОК	1	10	Входной тест НОК по предшествующим дисциплинам ("Анатомия" и "Техника безопасности на занятиях физической культурой и спортом") содержит по 10 заданий. Время тестирования - 10 минут. Вам предоставляется две попытки для прохождения каждого теста. Максимальная оценка за каждый тест - 10 баллов. Тест считается успешно пройденным, если Вы дали не менее 60% правильных	зачет

						ответов (набрали не менее 6 баллов за каждый тест).	
2	3	Текущий контроль	Задание 1 Презентация	1	5	5 баллов: презентация соответствует теме; оформлен титульный слайд с заголовком (тема, план, автор); сформулированная тема ясно изложена и структурирована; использованы графические изображения (фотографии, картинки и т.п.), соответствующие теме; выдержан стиль, цветовая гамма, использована анимация, звук; работа оформлена и предоставлена в установленный срок. 4 балла: презентация соответствует теме; оформлен титульный слайд с заголовком (тема, план, автор); сформулированная тема ясно изложена и структурирована; использованы графические изображения (фотографии, картинки и т.п.), соответствующие теме; работа оформлена и предоставлена в установленный срок. 3 балла: презентация соответствует теме; техническая сторона презентации имеет много погрешностей и во многом не соответствует всем требованиям (количество, правила оформления слайдов, структура слайдов и т.д.). 2 балла: выставляется студенту, если работа не выполнена или содержит материал не по вопросу. 1 балл: работа содержит грубые ошибки или представлен материал не по заданию. 0 баллов: задание не выполнено.	зачет
3	3	Текущий контроль	Задание 2 Глоссарий	2	10	9-10 баллов: содержание тезауруса соответствует заданной профессиональной тематике, использованы релевантные источники, максимально полно и детально раскрыты ключевые слова (не менее 100%) 7-8 баллов: содержание тезауруса в целом соответствует заданной профессиональной тематике, но присутствуют избыточные, либо не совсем соответствующие теме, раскрыты ключевые слова (не менее 80%). 5-6 баллов: содержание тезауруса не в полной мере соответствует заданной профессиональной тематике, но присутствуют избыточные, либо не соответствующие профессиональной сфере, приведены ключевые слова в ограниченном количестве (менее 50%). 3-4 балла: содержание тезауруса не соответствует заданной профессиональной тематике, количество	зачет

						ключевых слов в ограниченном количестве (менее 20%). 1 балл: работа содержит грубые ошибки или представлен материал не по заданию. 0 баллов: задание не выполнено.	
4	3	Текущий контроль	Задание 3 Таблица физ упр.	2	10	9-10 баллов: оформление и содержание таблицы соответствует требованиям к оформлению; выполнен правильный отбор информации, представлена характеристика элементов в краткой форме; присутствует наличие обобщающего характера изложения информации. 7-8 баллов: выставляется студенту, если: оформление и содержание таблицы соответствует требованиям к оформлению; выполнен правильный отбор информации, установлена логичность структуры таблицы; представлена характеристика элементов в краткой форме; отсутствует наличие обобщающего характера изложения информации. 5-6 баллов: оформление и содержание таблицы соответствует требованиям к оформлению; не выполнен правильный отбор информации, нарушена логичность структуры таблицы; представлена характеристика элементов не в краткой форме; отсутствует наличие обобщающего характера изложения информации. 3-4 балла: выставляется студенту, если работа не выполнена или содержит материал не по вопросу. 1-2 балла: работа содержит грубые ошибки или представлен материал не по заданию. 0 баллов: задание не выполнено.	зачет
5	3	Текущий контроль	Задание 4 Таблица Методы ФВ	2	10	9-10 баллов: оформление и содержание таблицы соответствует требованиям к оформлению; выполнен правильный отбор информации, представлена характеристика элементов в краткой форме; присутствует наличие обобщающего характера изложения информации. 7-8 баллов: выставляется студенту, если: оформление и содержание таблицы соответствует требованиям к оформлению; выполнен правильный отбор информации, установлена логичность структуры таблицы; представлена характеристика элементов в краткой форме; отсутствует наличие обобщающего характера изложения	зачет

					информации. 5-6 баллов: оформление и содержание таблицы соответствует требованиям к оформлению; не выполнен правильный отбор информации, нарушена логичность структуры таблицы; представлена характеристика элементов не в краткой форме; отсутствует наличие обобщающего характера изложения информации. 3-4 балла: выставляется студенту, если работа не выполнена или содержит материал не по вопросу. 1-2 балла: работа содержит грубые ошибки или представлен материал не по заданию. 0 баллов: задание не выполнено.	
6	3	Текущий контроль	Тема 1-3	1	5 В данном задании студенту предлагается подготовить ответы на вопросы по теории и практике. 5 баллов: студент полно излагает материал (отвечает на вопрос), дает правильное определение основных понятий; обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только из учебника, но и самостоятельно составленные; излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка. 4 балла: студент дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «отлично», но допускает 1–2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1–2 недочета в последовательности и языковом оформлении излагаемого. 3 балла: студент обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил; не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; излагает материал непоследовательно и допускает ошибки в языковом оформлении излагаемого. 2 балла: студент обнаруживает незнание большей части соответствующего вопроса, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. 1 балл: допустил грубые ошибки. 0 баллов: не смог ответить на вопросы.	зачет

7	3	Текущий контроль	Тема 4-6	1	5	В данном задании студенту предлагается подготовить ответы на вопросы по теории и практике. 5 баллов: студент полно излагает материал (отвечает на вопрос), дает правильное определение основных понятий; обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только из учебника, но и самостоятельно составленные; излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка. 4 балла: студент дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «отлично», но допускает 1–2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1–2 недочета в последовательности и языковом оформлении излагаемого. 3 балла: студент обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил; не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; излагает материал непоследовательно и допускает ошибки в языковом оформлении излагаемого. 2 балла: студент обнаруживает незнание большей части соответствующего вопроса, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. 1 балл: допустил грубые ошибки. 0 баллов: не смог ответить на вопросы.	зачет
8	3	Текущий контроль	Тема 7-8	1	5	В данном задании студенту предлагается подготовить ответы на вопросы по теории и практике. 5 баллов: студент полно излагает материал (отвечает на вопрос), дает правильное определение основных понятий; обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только из учебника, но и самостоятельно составленные; излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка. 4 балла: студент дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «отлично», но	зачет

						допускает 1–2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1–2 недочета в последовательности и языковом оформлении излагаемого. 3 балла: студент обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил; не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; излагает материал непоследовательно и допускает ошибки в языковом оформлении излагаемого. 2 балла: студент обнаруживает незнание большей части соответствующего вопроса, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. 1 балл: допустил грубые ошибки. 0 баллов: не смог ответить на вопросы.	
9	3	Промежуточная аттестация	Итоговое тестирование	-	20	Тест содержит 20 вопросов. Максимальная оценка - 20 баллов. Время выполнения теста - 20 минут. Тест считается пройденным, если студент набрал не менее 12 баллов. Количество попыток - 2.	зачет
10	4	Текущий контроль	Тест НОК	1	10	Входной тест НОК по предыдущему семестру содержит 10 заданий. Время тестирования - 10 минут. Вам предоставляется две попытки для прохождения теста. Максимальная оценка за тест - 10 баллов. Тест считается успешно пройденным, если Вы дали не менее 60% правильных ответов.	зачет
11	4	Текущий контроль	Задание 1 Презентация	1	5	5 баллов: презентация соответствует теме; оформлен титульный слайд с заголовком (тема, план, автор); сформулированная тема ясно изложена и структурирована; использованы графические изображения (фотографии, картинки и т.п.), соответствующие теме; выдержан стиль, цветовая гамма, использована анимация, звук; работа оформлена и предоставлена в установленный срок. 4 балла: презентация соответствует теме; оформлен титульный слайд с заголовком (тема, план, автор); сформулированная тема ясно изложена и структурирована;	зачет

						использованы графические изображения (фотографии, картинки и т.п.), соответствующие теме; работа оформлена и предоставлена в установленный срок. 3 балла: презентация соответствует теме; техническая сторона презентации имеет много погрешностей и во многом не соответствует всем требованиям (количество, правила оформления слайдов, структура слайдов и т.д.). 2 балла: выставляется студенту, если работа не выполнена или содержит материал не по вопросу. 1 балл: работа содержит грубые ошибки или представлен материал не по заданию. 0 баллов: задание не выполнено.	
12	4	Текущий контроль	Задание 2 Таблица Физ. качества	2	10	9-10 баллов: оформление и содержание таблицы соответствует требованиям к оформлению; выполнен правильный отбор информации, представлена характеристика элементов в краткой форме; присутствует наличие обобщающего характера изложения информации. 7-8 баллов: выставляется студенту, если: оформление и содержание таблицы соответствует требованиям к оформлению; выполнен правильный отбор информации, установлена логичность структуры таблицы; представлена характеристика элементов в краткой форме; отсутствует наличие обобщающего характера изложения информации. 5-6 баллов: оформление и содержание таблицы соответствует требованиям к оформлению; не выполнен правильный отбор информации, нарушена логичность структуры таблицы; представлена характеристика элементов не в краткой форме; отсутствует наличие обобщающего характера изложения информации. 3-4 балла: выставляется студенту, если работа не выполнена или содержит материал не по вопросу. 1-2 балла: работа содержит грубые ошибки или представлен материал не по заданию. 0 баллов: задание не выполнено.	зачет
13	4	Текущий контроль	Задание 3 Творческая работа	4	20	18-20 баллов: студент предоставляет самостоятельно составленное творческое задание, дает развернутый комментарий, показывает глубокое знание материала, вносит обоснованные предложения, легко	зачет

						отвечает на поставленные вопросы 15-17 баллов : студент предоставляет составленное творческое задание, дает комментарий, показывает знание материала, без особых затруднений отвечает на поставленные вопросы. 12-14 баллов: составленное творческое задание не полностью соответствует требованиям, базируется на практическом материале, но имеет поверхностный результат, в работе просматривается непоследовательность изложения материала, представлены необоснованные положения, студент проявляет неуверенность, показывает слабое знание вопросов, не всегда дает исчерпывающие аргументированные ответы на заданные вопросы. 4-11 баллов: составленное творческое задание не соответствует требованиям, в работе нет последовательности. При представлении своей работы студент затрудняется отвечать. 0-3 баллов: работа не представлена.	
14	4	Текущий контроль	Задание 4 Формы ФВ	2	10	9-10 баллов: оформление и содержание таблицы соответствует требованиям к оформлению; выполнен правильный отбор информации, представлена характеристика элементов в краткой форме; присутствует наличие обобщающего характера изложения информации. 7-8 баллов: выставляется студенту, если: оформление и содержание таблицы соответствует требованиям к оформлению; выполнен правильный отбор информации, установлена логичность структуры таблицы; представлена характеристика элементов в краткой форме; отсутствует наличие обобщающего характера изложения информации. 5-6 баллов: оформление и содержание таблицы соответствует требованиям к оформлению; не выполнен правильный отбор информации, нарушена логичность структуры таблицы; представлена характеристика элементов не в краткой форме; отсутствует наличие обобщающего характера изложения информации. 3-4 балла: выставляется студенту, если работа не выполнена или содержит материал не по вопросу. 1-2 балла: работа содержит грубые ошибки или представлен материал не по	зачет

						заданию. 0 баллов: задание не выполнено.	
15	4	Текущий контроль	Темы 1-4 Вопросы	1	5	В данном задании студенту предлагается подготовить ответы на вопросы по теории и практике. 5 баллов: студент полно излагает материал (отвечает на вопрос), дает правильное определение основных понятий; обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только из учебника, но и самостоятельно составленные; излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка. 4 балла: студент дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «отлично», но допускает 1–2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1–2 недочета в последовательности и языковом оформлении излагаемого. 3 баллов: студент обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил; не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; излагает материал непоследовательно и допускает ошибки в языковом оформлении излагаемого. 2 балла: студент обнаруживает незнание большей части соответствующего вопроса, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. 1 балл: допустил грубые ошибки. 0 баллов: не смог ответить на вопросы.	зачет
16	4	Текущий контроль	Темы 5-8 Вопросы	1	5	В данном задании студенту предлагается подготовить ответы на вопросы по теории и практике. 5 баллов: студент полно излагает материал (отвечает на вопрос), дает правильное определение основных понятий; обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только из учебника, но и самостоятельно составленные; излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка. 4 балла: студент дает ответ,	зачет

					удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «отлично», но допускает 1–2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1–2 недочета в последовательности и языковом оформлении излагаемого. 3 балла: студент обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил; не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; излагает материал непоследовательно и допускает ошибки в языковом оформлении излагаемого. 2 балла: студент обнаруживает незнание большей части соответствующего вопроса, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. 1 балл: допустил грубые ошибки. 0 баллов: не смог ответить на вопросы.	
17	4	Текущий контроль	Темы 9-14 Вопросы	1	5 баллов: студент полно излагает материал (отвечает на вопрос), дает правильное определение основных понятий; обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только из учебника, но и самостоятельно составленные; излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка. 4 балла: студент дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «отлично», но допускает 1–2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1–2 недочета в последовательности и языковом оформлении излагаемого. 3 балла: студент обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил; не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; излагает материал непоследовательно и допускает ошибки в языковом оформлении излагаемого. 2 балла: студент обнаруживает незнание большей части соответствующего вопроса, допускает ошибки в формулировке определений и правил,	зачет

						искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. 1 балл: допустил грубые ошибки. 0 баллов: не смог ответить на вопросы.	
18	4	Промежуточная аттестация	Итоговое тестирование	-	20	Тест содержит 20 вопросов. Максимальная оценка - 20 баллов. Время выполнения теста - 20 минут. Тест считается пройденным, если студент набрал не менее 12 баллов. Количество попыток - 2.	зачет
19	5	Текущий контроль	Тест НОК	1	10	Входной тест НОК по дисциплине ТМФКС (3 и 4 семестры) содержит 10 заданий. Время тестирования - 10 минут. Вам предоставляется две попытки для прохождения теста. Максимальная оценка за тест - 10 баллов. Тест считается успешно пройденным, если Вы дали не менее 60% правильных ответов (набрали не менее 6 баллов).	экзамен
20	5	Текущий контроль	Задание 1 Презентация	1	5	5 баллов: презентация соответствует теме; оформлен титульный слайд с заголовком (тема, план, автор); сформулированная тема ясно изложена и структурирована; использованы графические изображения (фотографии, картинки и т.п.), соответствующие теме; выдержан стиль, цветовая гамма, использована анимация, звук; работа оформлена и предоставлена в установленный срок. 4 балла: презентация соответствует теме; оформлен титульный слайд с заголовком (тема, план, автор); сформулированная тема ясно изложена и структурирована; использованы графические изображения (фотографии, картинки и т.п.), соответствующие теме; работа оформлена и предоставлена в установленный срок. 3 балла: презентация соответствует теме; техническая сторона презентации имеет много погрешностей и во многом не соответствует всем требованиям (количество, правила оформления слайдов, структура слайдов и т.д.). 2 балла: выставляется студенту, если работа не выполнена или содержит материал не по вопросу. 1 балл: работа содержит грубые ошибки или представлен материал не по заданию. 0 баллов: задание не выполнено.	экзамен

21	5	Текущий контроль	Задание 2. Эссе	2	10	9-10 баллов: представлена собственная точка зрения при раскрытии проблемы; проблема раскрыта на теоретическом уровне, в связях и с обоснованиями, с корректным использованием обществоведческих терминов и понятий в контексте ответа; предоставлена аргументация своего мнения с опорой на факты общественной жизни или личный социальный опыт. 7-8 баллов: представлена собственная точка зрения при раскрытии проблемы; проблема раскрыта с корректным использованием обществоведческих терминов и понятий в контексте ответа (теоретические связи и обоснования не присутствуют или явно не прослеживаются); представлена аргументация своего мнения с опорой на факты общественной жизни или личный социальный опыт. 5-6 баллов: выставляется студенту, если представлена собственная точка зрения при раскрытии проблемы; проблема раскрыта при формальном использовании обществоведческих терминов; представлена аргументация своего мнения с опорой на факты общественной жизни или личный социальный опыт без теоретического обоснования. 3-4 балла: выставляется студенту, если не представлена собственная точка зрения (позиция, отношение) при раскрытии проблемы, проблема раскрыта на бытовом уровне; аргументация своего мнения слабо связана с раскрытием проблемы. 1-2 балла: представлен материал не по заданию. 0 баллов: задание не выполнено.	экзамен
22	5	Текущий контроль	Задание 3 Творческое	4	20	18-20 баллов: студент предоставляет самостоятельно составленное творческое задание в форме презентации (презентация соответствует теме; оформлен титульный слайд с заголовком (тема, план, автор); тема ясно и полностью изложена и структурирована; использованы графические изображения (фотографии, картинки и т.п.), соответствующие теме; выдержан стиль, цветовая гамма, использована анимация, звук; работа оформлена и предоставлена в установленный срок.; студент дает развернутый комментарий, показывает глубокое знание материала, вносит обоснованные предложения, легко	экзамен

					отвечает на поставленные вопросы 15-17 баллов: студент предоставляет составленное творческое задание в форме презентации (презентация соответствует теме; оформлен титульный слайд с заголовком (тема, план, автор); сформулированная тема ясно и полностью изложена и структурирована; использованы графические изображения (фотографии, картинки и т.п.), соответствующие теме; работа оформлена и предоставлена в установленный срок; студент дает комментарий, показывает знание материала, без особых затруднений отвечает на поставленные вопросы. 12-14 баллов: составленное творческое задание в форме презентации не полностью соответствует требованиям, базируется на практическом материале, но имеет поверхностный результат, в работе просматривается непоследовательность изложения материала, представлены необоснованные положения, студент проявляет неуверенность, показывает слабое знание вопросов, не всегда дает исчерпывающие аргументированные ответы на заданные вопросы. 0-11 баллов: составленное творческое задание в форме презентации не соответствует требованиям, в работе нет последовательности, при представлении своей работы студент затрудняется отвечать.	
23	5	Текущий контроль	Задание 4 Конспект	2	5 баллов: конспект составлен по плану, соблюдается логичность, последовательность изложения материала, использована правильная спортивная терминология, команды, правильное внешнее оформление, прописана деятельность учителя и ученика, даны методические указания, указана дозировка. 4 балла: конспект выполнен по плану, но некоторые вопросы раскрыты не полностью, есть небольшие недочеты в использовании спортивной терминологии, незначительные ошибки во внешнем оформлении и в деятельности учителя и ученика, методические указания, указана дозировка. 3 балла: наблюдается отклонение от плана, нарушена логичность, некоторые вопросы раскрыты не полностью, есть	экзамен

						недочеты в использовании спортивной терминологии, ошибки во внешнем оформлении, не полностью прописана деятельности учителя и ученика, мало методических указаний и не на всех этапах указана дозировка, удовлетворительное внешнее оформление. 2 балла: тема не раскрыта, не прописана деятельности учителя и ученика, ошибки в использовании спортивной терминологии, мало методических указаний, не на всех этапах указана дозировка, неудовлетворительное внешнее оформление. 1-2 балла: представлен материал не по заданию. 0 баллов: задание не выполнено.	
24	5	Текущий контроль	Задание 5 План подготовки	2	10	9-10 баллов: выставляется студенту, если демонстрируются: умения использовать системный и ситуативный подходы, представить аргументированное рассуждение по проблеме, получить и обработать дополнительные данные; определять цели, задачи, результаты предстоящей деятельности, причины возникновения ситуации, проблемы; понимать более широкий контекст, в рамках которого находится ситуация: её связи с другими проблемами, определять риски, трудности при разрешении проблемы, подготовить программу действий, 7-8 баллов: выставляется студенту, если демонстрируются: умения использовать системный и ситуативный подходы, представить определённые аргументы рассуждения по проблеме, получить и обработать дополнительные данные; определять цели, задачи, результаты предстоящей деятельности, причины возникновения ситуации, проблемы и её связи с другими проблемами, определять некоторые риски, трудности при разрешении проблемы, подготовить программу действий. 5-6 баллов: выставляется студенту, если демонстрируются: умения представить рассуждения по проблеме, определять цели, задачи, результаты предстоящей деятельности, определять возможные связи проблемы с другими проблемами, частично описать программу действий. 3-4 балла: выставляется студенту, если демонстрируются: разрозненные аргументы по проблеме или аргументы	экзамен

						отсутствуют, не умение определять цели, задачи, результаты предстоящей деятельности, связи проблемы с другими проблемами, программа действий содержит серьезные ошибки или отсутствует. 1-2 балла: представлен материал не по заданию. 0 баллов: задание не выполнено.	
25	5	Текущий контроль	Задание 6 Доклад	1	5	5 баллов: использованы дополнительные источники информации; содержание заданной темы раскрыто в полном объеме; присутствует аналитический подход; отражена структура доклада (вступление, основная часть, заключение, присутствуют выводы и примеры); оригинальность выполнения (работа сделана самостоятельно, грамотно представлена). 4 балла: содержание доклада включает в себя информацию из основных источников, дополнительные источники информации не использовались; содержание заданной темы раскрыто не в полном объеме; структура доклада сохранена, но отдельные части недостаточно полно сформулированы (вступление, основная часть, заключение, присутствуют выводы и примеры). 3 балла: ограниченно использованы источники базовой информации; содержание заданной темы раскрыто не в полном объеме; нечетко отражена структура доклада (вступление, основная часть, заключение, выводы и примеры не полностью соответствуют содержанию, либо частично отсутствуют). 2 балла: представлен материал не по заданию. 0 баллов: задание не выполнено. Менее 5 баллов: содержание доклада ограничено информацией только из отдельных пособий; содержание заданной темы раскрыто не в полном объеме.	экзамен
26	5	Курсовая работа/проект	Курсовая работа	-	30	Курсовая работа выполняется в соответствии с требованиями кафедры по содержанию и оформлению курсовых работ, требованиям к составлению докладов и презентаций 28-30 баллов - оценка "отлично": продемонстрировано блестящее владение проблемой исследования, материал выстроен логично, последовательно, обучающийся аргументированно	курсовые работы

					отстаивает свою точку зрения. Во введении приводится обоснование выбора конкретной темы, четко определены цель и задачи работы (проекта). Использован достаточный перечень источников и литературы для методологической базы исследования. Обучающийся грамотно использует профессиональные термины, актуальные исходные данные. Проведен самостоятельный анализ (исследование) объекта. По результатам работы сделаны логичные выводы. Оформление работы соответствует методическим рекомендациям. Объем и содержание работы соответствует требованиям. На защите обучающийся исчерпывающе отвечает на все дополнительные вопросы; 23-27 баллов - оценка «хорошо»: обучающийся демонстрирует повышенный уровень владения проблемой исследования, логично, последовательно и аргументированно отстаивает ее концептуальное содержание. Во введении содержатся небольшие неточности в формулировках цели, задач. В основной части допущены незначительные погрешности в расчетах (в исследовании). Выводы обоснованы, аргументированы. Оформление работы соответствует методическим рекомендациям. Объем работы соответствует требованиям. На защите обучающийся отвечает на все дополнительные вопросы; 18-22 балла - оценка «удовлетворительно»: обучающийся демонстрирует базовый уровень владения проблемой исследования. Во введении указаны цель и задачи исследования, но отсутствуют их четкие формулировки. Работа является компиляцией чужих исследований с попыткой формулировки собственных выводов в конце работы. Изложению материала логично и аргументировано. Наблюдается отступление от требований в оформлении и объеме работы. При ответе на вопросы обучающийся испытывает затруднения; менее 18 баллов - оценка «неудовлетворительно»: обнаруживается несамостоятельность выполнения курсовой работы, некомпетентность в исследуемой проблеме. Нарушена логика изложения. Работа не соответствует	
--	--	--	--	--	--	--

						требованиям, предъявляемым к оформлению и содержанию. На защите курсовой работы обучающийся не отвечает на вопросы.	
27	5	Промежуточная аттестация	Экзамен	-	5	Промежуточная аттестация проходит в форме устного экзамена: ответы на вопросы, два вопроса по теории и один практический. В аудитории, где проводится экзамен, должно одновременно присутствовать не более 6 – 8 студентов. Каждый студент берет билет и готовится в течение 20-30 минут. При неправильном ответе студенту могут быть заданы уточняющие или новые вопросы из этой темы. Тема считается освоенной, если студент смог ответить на 65% вопросов, заданных по этой теме. Отлично: заслуживает студент, обнаруживший всестороннее, систематическое и глубокое знание программного материала, усвоившим взаимосвязь основных понятий дисциплины в их значении для приобретаемой профессии, проявившим творческие способности в понимании, изложении и использовании учебного материала; Хорошо: заслуживает студент, обнаруживший полное знание программного материала, демонстрирует систематический характер знаний по дисциплине и способным к их самостоятельному пополнению и обновлению в ходе дальнейшей учебной работы и профессиональной деятельности. Удовлетворительно: выставляется студентам, допустившим погрешности не принципиального характера в ответе Неудовлетворительно: выставляется студенту, обнаружившему пробелы в знаниях основного программного материала.	экзамен

6.2. Процедура проведения, критерии оценивания

Вид промежуточной аттестации	Процедура проведения	Критерии оценивания
зачет	Итоговый рейтинг обучающегося может формироваться на основании только текущего контроля, путем сложения рейтинга за полученные оценки за контрольно-рейтинговые мероприятия текущего контроля. Студент вправе прийти на зачет для улучшения своего рейтинга. В этом случае оценивание учебной деятельности обучающихся по	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

	дисциплине производится на основании рейтинга, который рассчитывается как сумма рейтинга за текущий контроль, умноженного на 0,6 и рейтинга, полученного за ответ на зачете (промежуточная аттестация), умноженного на 0,4. Преподаватель проводит мероприятие промежуточной аттестации в форме компьютерного тестирования. Преподаватель открывает доступ к тесту, озвучивая это обучающимся. Итоговый тест содержит 20 заданий по всем темам курса. Время тестирования - 20 минут. Максимальная оценка за тест - 20 баллов. Тест считается успешно пройденным, если даны не менее 60% правильных ответов (не менее 12 баллов). Обучающиеся решают тест. По истечении времени тестирования преподаватель озвучивает результаты	
зачет	Итоговый рейтинг обучающегося может формироваться на основании только текущего контроля, путем сложения рейтинга за полученные оценки за контрольно-рейтинговые мероприятия текущего контроля. Студент вправе прийти на зачет для улучшения своего рейтинга. В этом случае оценивание учебной деятельности обучающихся по дисциплине производится на основании рейтинга, который рассчитывается как сумма рейтинга за текущий контроль, умноженного на 0,6 и рейтинга, полученного за ответ на зачете (промежуточная аттестация), умноженного на 0,4. Преподаватель проводит мероприятие промежуточной аттестации в форме компьютерного тестирования. Преподаватель открывает доступ к тесту, озвучивая это обучающимся. Итоговый тест содержит 20 заданий по всем темам курса. Время тестирования - 20 минут. Максимальная оценка за тест - 20 баллов. Тест считается успешно пройденным, если даны не менее 60% правильных ответов (не менее 12 баллов). Обучающиеся решают тест. По истечении времени тестирования преподаватель озвучивает результаты	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения
экзамен	Итоговый рейтинг обучающегося может формироваться на основании только текущего контроля, путем сложения рейтинга за полученные оценки за контрольно-рейтинговые мероприятия текущего контроля. Студент вправе прийти на экзамен для улучшения своего рейтинга. В этом случае оценивание учебной деятельности обучающихся по дисциплине производится на основании рейтинга, который рассчитывается как сумма рейтинга за текущий контроль, умноженного на 0,6 и рейтинга, полученного за ответ на экзамене (промежуточная аттестация), умноженного на 0,4. Экзамен проводится в форме ответов на вопросы билета. В билете три вопроса: два теоретического и один практического плана. В аудитории, где проводится экзамен, должно одновременно присутствовать не более 6 – 8 студентов. Каждый студент берет билет и готовится в течение 20-30 минут. При неправильном ответе студенту могут быть заданы уточняющие или новые вопросы из этой темы. Тема считается освоенной, если студент смог ответить на 65% вопросов, заданных по этой теме.	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения
курсовые работы	Курсовая работа допускается к защите при условии законченного оформления, допуска научного руководителя. В случае недопуска курсовой работы (проекта) к защите, руководитель курсовой работы (проекта) проставляет в экзаменационную ведомость студенту неудовлетворительную	В соответствии с п. 2.7 Положения

	оценку. Защита курсовых работ (проектов) должна быть проведена до начала экзаменационной сессии. проводится в установленное время в виде публичного выступления студента. На защите присутствуют, как правило, все студенты группы. Защита курсовой работы (проекта) включает краткий доклад студента, иллюстрированный презентацией. При защите студент должен обосновать свои выводы по избранной теме, ответить на уточняющие и дополнительные вопросы, возникшие при защите.	
--	---	--

6.3. Паспорт фонда оценочных средств

Компетенции	Результаты обучения	№ КМ																										
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
УК-1	Знает: семантику базовых понятий теории физической культуры, может на основе системного и критического мышления аргументированно формировать собственную интерпретацию решения методических задач в процессе физического воспитания и спортивной тренировки, готов к оценке результатов педагогических процессов в сфере физической культуры.	+									+									+								
УК-1	Умеет: выявить факторы, позволяющие решить педагогические задачи в физическом воспитании и спортивной тренировке, подобрать необходимые средства, методы и условия, на них воздействующие, и определить степень результативности применения выбранных средств и методов в практической педагогической деятельности в сфере физической культуры.	+									+									+								
УК-1	Имеет практический опыт: анализа и синтеза	+									+									+								

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

2. Методические рекомендации для самостоятельной работы студентов по дисциплине Теория и методика ФКиС

Электронная учебно-методическая документация

№	Вид литературы	Наименование ресурса в электронной форме	Библиографическое описание
1	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Черепов, Е. А. Теория и методика физической культуры : учебное пособие / Е. А. Черепов. — Челябинск : ЮУрГУ, 2015 — Часть 2 — 2020. — 36 с. https://e.lanbook.com/book/154151
2	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания) : учебник / Л. П. Матвеев. — 4-е изд. — Москва : Спорт-Человек, 2021. — 520 с. https://e.lanbook.com/book/165158
3	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Рыбакова, Е. О. Теория и методика физической культуры : учебное пособие / Е. О. Рыбакова, Т. В. Кугушева. — Чайковский : ЧГИФК, 2018. — 272 с. https://e.lanbook.com/book/152739
4	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Черепов, Е. А. Теория и методика физической культуры : учебное пособие / Е. А. Черепов. — Челябинск : ЮУрГУ, 2015 — Часть 1 — 2015. — 70 с. https://e.lanbook.com/book/154150
5	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Шиндина, И. В. Теория и методика физической культуры и спорта : учебное пособие / И. В. Шиндина, Е. А. Шуняева. — Саранск : МГПИ им. М.Е. Евсевьева, 2015. — 203 с. https://e.lanbook.com/book/74503

Перечень используемого программного обеспечения:

1. Microsoft-Windows(бессрочно)
2. Microsoft-Office(бессрочно)
3. ФГАОУ ВО "ЮУрГУ (НИУ)"-Портал "Электронный ЮУрГУ" (<https://edu.susu.ru>)(бессрочно)

Перечень используемых профессиональных баз данных и информационных справочных систем:

Нет

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Вид занятий	№ ауд.	Основное оборудование, стенды, макеты, компьютерная техника, предустановленное программное обеспечение, используемое для различных видов занятий
Зачет	101 (6)	Основное оборудование, рабочее место.
Практические занятия и семинары	202 (6)	Компьютерная техника: монитор, системный блок, проектор потолочного крепления, колонки, экран настенный с электроприводом, мышь, микрофон, клавиатура, пульт, ИБП.
Самостоятельная		Автоматизированное рабочее место: монитор, системный блок,

работа студента		колонки, мышь, клавиатура, сетевой фильтр. Зал с выходом в Интернет
Лекции	103 (6)	Компьютерная техника: монитор, системный блок, проектор потолочного крепления, колонки, экран настенный с электроприводом, мышь, микрофон, клавиатура, пульт, ИБП.
Экзамен	101 (6)	Основное оборудование, рабочее место.