

МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ИНСТИТУТ ВЕТЕРИНАРНОЙ МЕДИЦИНЫ

УТВЕРЖДАЮ
Декан факультета ветеринарной медицины
 Д.М. Максимович
«14» №1 мая А. 2020 г.

Кафедра Педагогики и социально-экономических дисциплин

Рабочая программа дисциплины
Б1.О.38 Элективные курсы по физической культуре и спорту

Специальность **36.05.01 Ветеринария**
Направленность программы – **Диагностика, лечение и профилактика болезней животных**
Уровень высшего образования – **специалитет**
Квалификация – **ветеринарный врач**
Форма обучения – **очно-заочная**

Троицк
2020

Рабочая программа дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС ВО), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 974 от 22.09.2017. Рабочая программа предназначена для подготовки специалиста по специальности 36.05.01 Ветеринария.

Настоящая рабочая программа дисциплины составлена в рамках основной профессиональной образовательной программы (ОПОП) и учитывает особенности обучения при инклюзивном образовании лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ).

Составитель – кандидат технических наук, доцент Улитин Е.В.

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры Педагогика и социально-экономических дисциплин «14» мая 2020 г. (протокол № 7).

И.о. заведующего кафедрой Педагогика
и социально-экономических дисциплин,
кандидат педагогических наук, доцент

 Н.П. Тропникова

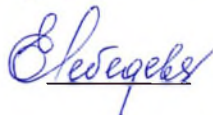
Рабочая программа дисциплины одобрена методической комиссией факультета ветеринарной медицины «14» мая 2020 г. (протокол № 9).

Председатель методической комиссии
факультета ветеринарной медицины,
кандидат ветеринарных наук, доцент

 Н.А. Журавель

Директор Научной библиотеки



 Е.Л. Лебедева

СОДЕРЖАНИЕ

1.	Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения ОПОП	4
	1.1. Цель и задачи дисциплины	4
	1.2. Компетенции и индикаторы их достижений	4
2.	Место дисциплины в структуре ОПОП	5
3.	Объем дисциплины и виды учебной работы	5
	3.1. Распределение объема дисциплины по видам учебной работы	5
	3.2. Распределение учебного времени по разделам и темам	5
4.	Структура и содержание дисциплины	6
	4.1. Содержание дисциплины	6
	4.2. Содержание лекций	7
	4.3. Содержание лабораторных занятий	7
	4.4. Содержание практических занятий	7
	4.5. Виды и содержание самостоятельной работы обучающихся	8
5.	Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине	8
6.	Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине	9
7.	Основная и дополнительная учебная литература, необходимая для освоения дисциплины	9
8.	Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимые для освоения дисциплины	9
9.	Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	10
10.	Информационные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем	10
11.	Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине	10
	Приложение. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости и проведения промежуточной аттестации обучающихся	12
	Лист регистрации изменений	25

1. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения ОПОП

1.1. Цель и задачи дисциплины

Специалист по специальности 36.05.01 Ветеринария должен быть подготовлен к решению задач профессиональной деятельности следующих типов: врачебной, экспертно-контрольной.

Цель дисциплины – формирование компетенции, обеспечивающей готовность к поддержанию должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности в соответствии с формируемой компетенцией.

Задачи дисциплины: осознание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности; освоение научно-биологических, педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни; формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом; овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте; приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту; создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

1.2. Компетенции и индикаторы их достижений

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Формируемые ЗУН	
ИД-1 УК-7 Распределяет нагрузку и вырабатывает программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития организма.	знания	Обучающийся должен знать: нагрузку и программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития организма (Б1.О.38, УК -7 -3.1)
	умения	Обучающийся должен уметь: применить нагрузку и программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития организма (Б1.О.38, УК -7 -У.1)
	навыки	Обучающийся должен владеть: навыками распределения нагрузки и выработки программы физической подготовки, учитывающей индивидуальные особенности развития организма (Б1.О.37, УК -7 -Н.1)
ИД-2 УК-7 Использует базовые приемы пропаганды здорового образа жизни.	знания	Обучающийся должен знать: основы физической культуры и здорового образа жизни. (Б1.О.38, УК -7 -3.2)
	умения	Обучающийся должен уметь: применять систему практических умений и навыков, обеспечивающих развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств (с выполнением установленных нормативов по общей физической подготовке) (Б1.О.38, УК -7 -У.2)
	навыки	Обучающийся должен владеть: методикой самостоятельных занятий и самоконтроля за состоянием своего организма для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных, жизненных и профессиональных целей (Б1.О.38, УК -7 -Н.2)

2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Элективные курсы по физической культуре и спорту» относится к обязательной части основной профессиональной образовательной программы специалитета.

3. Объём дисциплины и виды учебной работы

Объём дисциплины составляет 328 академических часа (далее часов). Дисциплина изучается на 3,4 курсе 5,6,7,8 семестре.

3.1. Распределение объема дисциплины по видам учебной работы

Вид учебной работы	Количество часов
Контактная работа (всего)	328
<i>В том числе:</i>	
<i>Лекции (Л)</i>	-
<i>Практические занятия (ПЗ)</i>	40
<i>Контроль самостоятельной работы (КСР)</i>	-
Самостоятельная работа обучающихся (СР)	288
Контроль	-
Итого	328

3.2. Распределение учебного времени по разделам и темам

№ темы	Наименование разделов и тем	Всего часов	в том числе				
			контактная работа			СР	контроль
			Л	ЛЗ	ПЗ		
1	2	3	4	5	6	7	8
Раздел 1. Легкая атлетика							
1.1.	Техника бега на средние дистанции.	16			2	14	x
1.2.	Техника бега на короткие дистанции.	14			2	12	x
1.3.	Стартовый разбег, бег по прямой, финиширование.	14			2	12	x
1.4.	Низкий старт. Бег 20,60,100 метров.	14			2	12	x
1.5.	Эстафетный бег. Передача эстафетной палочки. Бег на виражах.	14			2	12	x
Раздел 2. Волейбол							
2.1.	Подача мяча. Нижние передачи.	14			2	12	x
2.2.	Нападающий удар. Блокирование. Страховка	14			2	12	x

2.3.	Общеразвивающие и специальные упражнения для развития быстроты, координации движения, прыгучести, силы, выносливости и гибкости.	14			2	12	x
2.4	Правила игры, судейство.	14			2	12	x
2.5	Учебная игра.	14			2	12	x
Раздел 3. Баскетбол							
3.1	Передача мяча. Броски в корзину.	16			2	14	x
3.2	Ведение мяча. Финты. Заслоны.	14			2	12	x
3.3.	Индивидуальные тактические действия.	14			2	12	x
3.4.	Групповые тактические действия. Командные действия.	14			2	12	x
3.5	Правила игры, судейство.	14			2	12	x
Раздел 4. Настольный теннис							
4.1	Правила игры, судейство.	14			2	12	x
	Обучение технике игры: стойки, перемещения, хватки ракетки	14			2	12	x
	Игра «откидной», «подрезка» справа, слева	14			2	12	x
	Подача и прием подач, подача «накатом» слева, справа	14			2	12	x
	Учебная игра 2*2	14			2	12	x
	Контроль	зачёт	x	x	x	x	x
	Общая трудоёмкость	328	-	-	40	288	x

4. Структура и содержание дисциплины

4.1 Содержание дисциплины

Раздел Легкая атлетика

Техника бега на короткие, средние дистанции, стартовый разбег, бег по прямой, финиширование. Эстафетный бег. Общефизическая подготовка. Общеобразовательные упражнения. Техника прыжков. Кроссовая подготовка. Техника метания мяча и гранаты. Метание с разбега способом «из-за спины, через плечо». Техника бега при метании.

Раздел Волейбол

Техника передвижений в волейболе. Специальная подготовка волейболиста. Овладение техникой владения мячом. Овладение техникой нападающего удара в волейболе. Отработка техники подачи. Упражнения по специальной физической подготовке волейболиста. Совершенствование связок в защите, нападении, обороне. Работа в парах с мячом. Игровые комбинации. Парные упражнения в защите, обороне, нападении. Тренировочные игры, встречи с различными командами. Правила соревнований по волейболу.

Раздел Баскетбол

Ловля и передача мяча двумя руками от груди. Ведение – два шага – бросок. Ведение мяча. Ведение мяча одной рукой, двумя руками попеременно, высокое, низкое. Броски в корзину. Техника игры в защите. ОРУ. Учебная игра. Техника игры в нападении. Техника игры в защите. Бросок со средней дистанции, трехочковый бросок. Сдача контрольных нормативов.

Раздел Настольный теннис

Обучение технике игры: стойки, перемещения, хваты ракетки. Обучение технике игры: стойки, перемещения, хваты ракетки. Игра «откидной», «подрезка» справа, слева. Подача и прием подач, подача «накатом» слева, справа. Обучение тактическим действиям в настольном теннисе: действия в нападении, действия в защите (индивидуальные, командные). Правила игры судейство.

4.2. Содержание лекций

Не предусмотрено.

4.3. Содержание лабораторных занятий

Лабораторные занятия не предусмотрены.

4.4. Содержание практических занятий

№ п/п	Наименование практических занятий	Количество часов
	Раздел 1. Легкая атлетика	
1.	Техника бега на средние дистанции.	2
2.	Техника бега на короткие дистанции.	2
3.	Стартовый разбег, бег по прямой, финиширование.	2
4.	Низкий старт. Бег 20,60,100 метров.	2
5.	Эстафетный бег. Передача эстафетной палочки. Бег на виражах.	2
	Раздел 2. Волейбол	
1.	Подача мяча. Нижние передачи.	2
2.	Нападающий удар. Блокирование. Страховка	2
3.	Общеразвивающие и специальные упражнения для развития быстроты, координации движения, прыгучести, силы, выносливости и гибкости.	2
4.	Правила игры, судейство.	2
5.	Учебная игра.	2
	Раздел 3. Баскетбол	
1.	Передача мяча. Броски в корзину.	2
2.	Ведение мяча. Финты. Заслоны.	2
3.	Индивидуальные тактические действия.	2
4.	Групповые тактические действия. Командные действия.	2
5.	Правила игры, судейство.	2
	Раздел 4. Настольный теннис	
1.	Правила игры, судейство.	2
2.	Обучение технике игры: стойки, перемещения, хваты ракетки	2
3.	Игра «откидной», «подрезка» справа, слева	2
4.	Подача и прием подач, подача «накатом» слева, справа	2
5.	Учебная игра 2*2	2
	Итого	40

4.5. Виды и содержание самостоятельной работы обучающихся

4.5.1. Виды самостоятельной работы обучающихся

Название раздела дисциплины	Тема СР	Виды СР	Объём (акад. часов)	КСР (акад. часов)
1. Легкая атлетика	1. Техника бега на средние дистанции. 2. Техника бега на короткие дистанции.	Подготовка к выполнению контрольных тестов профессиональ-но-прикладной физической подготовки и упражнений	62	
2. Волейбол	Общеразвивающие и специальные упражнения для развития быстроты, координации движения, прыгучести, силы, выносливости и гибкости. Правила игры, судейство.	Подготовка к выполнению контрольных тестов профессиональ-но-прикладной физической подготовки и упражнений	80	
3. Баскетбол	1. Правила игры, судейство.	Подготовка к выполнению контрольных тестов профессиональ-но-прикладной физической подготовки и упражнений	62	
4. Настольный теннис	1. Правила игры, судейство. 2. Обучение тактическим действиям в настольном теннисе: действия в нападении, действия в защите (индивидуальные, командные)	Подготовка к выполнению контрольных тестов профессиональ-но-прикладной физической подготовки и упражнений	84	
Итого:			288	

5. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Учебно-методические разработки имеются в Научной библиотеке ФГБОУ ВО Южно-Уральский ГАУ:

1. Улитин Е.В., Элективные курсы по физической культуре и спорту [Текст]: Методические рекомендации по организации самостоятельной работы для обучающихся по программе специалитета 36.05.01 Ветеринария. Уровень высшего образования – специалитет. Форма обучения: очно-заочная. / Е.В. Улитин, Ш.С. Валиева – Троицк: Южно-Уральский государственный аграрный университет, 2020. - 15 с. — Режим доступа: <http://nb.sursau.ru:8080/localdocs/ivm/01032.pdf>
<https://edu.sursau.ru/course/view.php?id=2867>

2. Рекомендации по подготовке легкоатлетов на средние и длинные дистанции [Электронный ресурс] : метод. рекомендации для студ., преподавателей и тренеров / Салобуто Р. Г. [и др.] ; Троицк: ФГБОУ ВО Южно-Уральский ГАУ, 2016. — 80 с. — Библиогр.: с. 76 (8 назв.) .— 2 МВ .— Режим доступа: <https://edu.sursau.ru/course/view.php?id=2867>

6. Фонд оценочных средств для проведения

промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Для установления соответствия уровня подготовки обучающихся требованиям ФГОС ВО разработан фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости и проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине. Фонд оценочных средств, представлен в Приложении.

7. Основная и дополнительная учебная литература, необходимая для освоения дисциплины

Основная и дополнительная учебная литература имеется в Научной библиотеке и электронной информационно-образовательной среде ФГБОУ ВО Южно-Уральский ГАУ.

1. Завьялов, А.В. Физическая культура и спорт в вузе : учебное пособие : [16+] / А.В. Завьялов, М.Н. Абраменко, И.В. Щербаков, И.Г. Евсева. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. – 106 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=572425>

2. Захарова, Л.В. Физическая культура: учебник [Электронный ресурс]. / Л.В. Захарова, Н.В. Люлина, М.Д. Кудрявцев и др.; - Красноярск: СФУ, 2017. - 612 с. - Доступ к полному тексту с сайта ЭБС Университетская библиотека online: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497151>

3. Тычинин, Н.В. Элективные курсы по физической культуре и спорту : учебное пособие / Н.В. Тычинин ; Министерство образования и науки РФ, Воронежский государственный университет инженерных технологий. – Воронеж : Воронежский государственный университет инженерных технологий, 2017. – 65 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=482033>

7.2 Дополнительная литература

1. Мельникова, Н.Ю. История физической культуры и спорта : учебник : [12+] / Н.Ю. Мельникова, А.В. Трескин. – 2-е изд. – Москва : Спорт, 2017. – 432 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=475389>

2. Чертов, Н. В. Физическая культура [Электронный ресурс] / Н.В. Чертов - Ростов-н/Д: Издательство Южного федерального университета, 2012 - 118 с. - Доступ к полному тексту с сайта ЭБС Университетская библиотека online: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=241131>

3. Чеснова, Е. Л. Практикум по физической культуре [Электронный ресурс] / Е.Л. Чеснова; В.В. Варинев - Москва: Директ-Медиа, 2013 - 68 с. - Доступ к полному тексту с сайта ЭБС Университетская библиотека online: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210956>

8. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимые для освоения дисциплины

1. Единое окно доступа к учебно-методическим разработкам <https://юургау.рф>
2. ЭБС «Издательство «Лань» – <http://e.lanbook.com>
3. ЭБС «Университетская библиотека online» – <http://biblioclub.ru>
4. Научная электронная библиотека «eLIBRARY.ru»

9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Учебно-методические разработки имеются в Научной библиотеке и электронной информационно-образовательной среде ФГБОУ ВО Южно-Уральский ГАУ:

1. Улитин Е.В. Элективные курсы по физической культуре и спорту [Текст]: Методические указания к практическим занятиям для обучающихся по программе специалитета 36.05.01 Ветеринария. Уровень высшего образования – специалитет. Форма обучения: очно-заочная. /

Е.В. Улитин, Ш.С. Валиева – Троицк: Южно-Уральский государственный аграрный университет, 2020. - 13 с.— Режим доступа: <http://nb.sursau.ru:8080/localdocs/ivm/01030.pdf>
<https://edu.sursau.ru/course/view.php?id=2867>

2. Улитин Е.В., Элективные курсы по физической культуре и спорту [Текст]: Методические рекомендации по организации самостоятельной работы для обучающихся по программе специалитета 36.05.01 Ветеринария. Уровень высшего образования – специалитет. Форма обучения: очно-заочная. / Е.В. Улитин, Ш.С. Валиева – Троицк: Южно-Уральский государственный аграрный университет, 2020. - 15 с. — Режим доступа: <http://nb.sursau.ru:8080/localdocs/ivm/01032.pdf> <https://edu.sursau.ru/course/view.php?id=2867>

3. Рекомендации по подготовке легкоатлетов на средние и длинные дистанции [Электронный ресурс] : метод. рекомендации для студ., преподавателей и тренеров / Салобуто Р. Г. [и др.] ; Троицк: ФГБОУ ВО Южно-Уральский ГАУ, 2016. — 80 с. — Библиогр.: с. 76 (8 назв.) .— 2 МВ .— Режим доступа: <https://edu.sursau.ru/course/view.php?id=2867>

10. Информационные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

В Научной библиотеке с терминальных станций предоставляется доступ к базам данных:

- Электронный каталог Института ветеринарной медицины - http://nb.sursau.ru:8080/cgi/zgate.exe?Init+IVM_rus1.xml,simpl_IVM1.xml+rus.

Программное обеспечение:

- Microsoft Office Basic 2007 w/Ofc Pro Tri (MLK) OEM Software S 55-02293
- Windows XP Home Edition OEM Software № 09-0212 X12-53766
- MyTestXPro 11.0
- Антивирус KasperskyEndpointSecurity

11. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Учебные аудитории для проведения занятий, предусмотренных программой, оснащенные оборудованием и техническими средствами обучения

1. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа(практические занятия), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации:

- Игровой спортивный зал для проведения практических занятий № 117;
- Тренажерный зал для женщин для проведения практических занятий № 117 А;
- Тренажерный зал для проведения практических занятий № 027;
- Зал борьбы № 044 для проведения практических занятий.

2. Помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования (тренерская, душевая) № 036, № 040.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся

1. Помещение № 420 для самостоятельной работы, оснащенное компьютерной техникой с подключением к сети «Интернет» и обеспечением доступа в информационно-образовательную среду Южно-Уральского ГАУ с лицензированным программным обеспечением:

- 1) Windows XP Home Edition OEM Software № 09-0212 X12-53766
- 2) Microsoft Office Basic 2007 w/Ofc Pro Tri (MLK) OEM Software S 55-02293

Перечень основного оборудования

1. т - гриф;
2. горизонтальная скамья для жима лёжа;
3. скамья для жима под углом;
4. тренажер для проработки икр стоя;
5. горизонтальная скамья;
6. скамья с изменяющимся углом;
7. верхний блок;
8. нижний блок;
9. беговая дорожка;
10. вело-тренажеры;
11. гребля;
12. тренажер для растяжки позвоночника;
13. шведская стена;
14. тренажер армспорта;
15. комплексный тренажер («Универсал»);
16. штанга w обр;
17. тренажеры для проработки мышц пресса;
18. ковер татами

Прочие средства обучения

1. Летняя спортивная площадка - для проведения практических занятий.
2. Площадка для воркаута - для проведения практических занятий.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

для текущего контроля успеваемости и проведения промежуточной аттестации
обучающихся

СОДЕРЖАНИЕ

1. Компетенции и их индикаторы, формируемые в процессе освоения дисциплины	14
2. Показатели, критерии и шкала оценивания индикаторов достижения сформированности компетенций	14
3. Типовые контрольные задания и (или) иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих сформированность компетенций в процессе освоения дисциплины	16
4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих сформированность компетенций	17
4.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости	17
4.1.1. Контрольные тесты	17
4.1.2. Тесты профессионально-прикладной физической подготовки	17
4.1.3. Контрольные нормативы, упражнения	18
4.1.4. Тестовые задания	19
4.2. Процедуры и оценочные средства для проведения промежуточной аттестации	22
4.2.1. Зачет	22

1. Компетенции и их индикаторы, формируемые в процессе освоения дисциплины

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Формируемые ЗУН			Наименование оценочных средств	
	знания	умения	навыки	Текущая аттестация	Промежуточная аттестация
ИД-1 УК-7 Распределяет нагрузку и вырабатывает программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития организма.	Обучающийся должен знать: нагрузку и программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития организма (Б1.О.37, УК -7 - 3.1)	Обучающийся должен уметь: применить нагрузку и программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития организма (Б1.О.37, УК -7 - У.1)	Обучающийся должен владеть: навыками распределения нагрузки и выработки программы физической подготовки, учитывающей индивидуальные особенности развития организма (Б1.О.37, УК -7 - Н.1)	Текущая аттестация: - Контрольные тесты; - Тесты профессионально-прикладной физической подготовки - Контрольные нормативы, упражнения	зачет
ИД-2 УК-7 Использует базовые приемы пропаганды здорового образа жизни.	Обучающийся должен знать: основы физической культуры и здорового образа жизни. (Б1.О.37, УК -7 - 3.2)	Обучающийся должен уметь: применять систему практических умений и навыков, обеспечивающих развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств (с выполнением установленных нормативов по общей физической подготовке) (Б1.О.37, УК -7 - У.2)	Обучающийся должен владеть: методикой самостоятельных занятий и самоконтроля за состоянием своего организма для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных, жизненных и профессиональных целей (Б1.О.37, УК -7 - Н.2)	Текущая аттестация: - Контрольные тесты; - Тесты профессионально-прикладной физической подготовки - Контрольные нормативы, упражнения	зачет

2. Показатели, критерии и шкала оценивания индикаторов достижения компетенций

ИД-1 УК-7

Распределяет нагрузку и вырабатывает программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития организма.

Формируемые	Критерии и шкала оценивания результатов обучения по дисциплине
-------------	--

ЗУН	Недостаточный уровень	Достаточный уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Б1.О.37, УК -7 -3.1	Обучающийся не знает нагрузку и программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития	Обучающийся слабо знает нагрузку и программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития	Обучающийся с незначительными ошибками и отдельными пробелами знает нагрузку и программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития	Обучающийся с требуемой степенью полноты и точности знает нагрузку и программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития
Б1.О.37, УК -7 -У.1	Обучающийся не умеет применить нагрузку и программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития организма	Обучающийся слабо умеет применить нагрузку и программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития организма	Обучающийся с незначительными затруднениями умеет применить нагрузку и программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития организма	Обучающийся умеет применить нагрузку и программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития организма
Б1.О.37, УК -7 -Н.1	Обучающийся не владеет навыками распределения нагрузки и выработки программы физической подготовки, учитывающей индивидуальные особенности развития организма	Обучающийся слабо владеет навыками распределения нагрузки и выработки программы физической подготовки, учитывающей индивидуальные особенности развития организма	Обучающийся с небольшими затруднениями владеет навыками распределения нагрузки и выработки программы физической подготовки, учитывающей индивидуальные особенности развития организма	Обучающийся свободно владеет навыками распределения нагрузки и выработки программы физической подготовки, учитывающей индивидуальные особенности развития организма

ИД-2 УК-7 Использует базовые приемы пропаганды здорового образа жизни

Формируемые ЗУН	Критерии и шкала оценивания результатов обучения по дисциплине			
	Недостаточный уровень	Достаточный уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Б1.О.37, УК -7 -3.2	Обучающийся не знает основы физической культуры и здорового образа жизни.	Обучающийся слабо знает основы физической культуры и здорового образа жизни.	Обучающийся с незначительными ошибками и отдельными пробелами знает основы физической культуры и здорового образа жизни.	Обучающийся с требуемой степенью полноты и точности знает основы физической культуры и здорового образа жизни.
Б1.О.37, УК -7 -У.2	Обучающийся не умеет применять систему практических умений и навыков, обеспечивающих развитие и	Обучающийся слабо умеет применять систему практических умений и навыков, обеспечивающих развитие и совершенствование	Обучающийся с незначительными затруднениями умеет применять систему практических умений и навыков, обеспечивающих	Обучающийся умеет применять систему практических умений и навыков, обеспечивающих развитие и совершенствование

	совершенствование психофизических способностей и качеств (с выполнением установленных нормативов по общей физической подготовке)	психофизических способностей и качеств (с выполнением установленных нормативов по общей физической подготовке)	развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств (с выполнением установленных нормативов по общей физической подготовке)	психофизических способностей и качеств (с выполнением установленных нормативов по общей физической подготовке)
Б1.О.37, УК -7 -Н.2	Обучающийся не владеет методикой самостоятельных занятий и самоконтроля за состоянием своего организма для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных, жизненных и профессиональных целей	Обучающийся слабо владеет методикой самостоятельных занятий и самоконтроля за состоянием своего организма для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных, жизненных и профессиональных целей	Обучающийся с небольшими затруднениями владеет методикой самостоятельных занятий и самоконтроля за состоянием своего организма для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных, жизненных и профессиональных целей	Обучающийся свободно владеет методикой самостоятельных занятий и самоконтроля за состоянием своего организма для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных, жизненных и профессиональных целей

3. Типовые контрольные задания и (или) иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих сформированность компетенций в процессе освоения дисциплины

Типовые контрольные задания и материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков, содержатся в учебно-методических разработках, приведенных ниже.

1. Улитин Е.В. Элективные курсы по физической культуре и спорту [Текст]: Методические указания к практическим занятиям для обучающихся по программе специалитета 36.05.01 Ветеринария. Уровень высшего образования – специалитет. Форма обучения: очно-заочная. / Е.В. Улитин, Ш.С. Валиева – Троицк: Южно-Уральский государственный аграрный университет, 2020. - 13 с.— Режим доступа: <http://nb.sursau.ru:8080/localdocs/ivm/01030.pdf> <https://edu.sursau.ru/course/view.php?id=2867>

2. Улитин Е.В., Элективные курсы по физической культуре и спорту [Текст]: Методические рекомендации по организации самостоятельной работы для обучающихся по программе специалитета 36.05.01 Ветеринария. Уровень высшего образования – специалитет. Форма обучения: очно-заочная. / Е.В. Улитин, Ш.С. Валиева – Троицк: Южно-Уральский государственный аграрный университет, 2020. - 15 с. — Режим доступа: <http://nb.sursau.ru:8080/localdocs/ivm/01032.pdf> <https://edu.sursau.ru/course/view.php?id=2867>

3. Рекомендации по подготовке легкоатлетов на средние и длинные дистанции [Электронный ресурс] : метод. рекомендации для студ., преподавателей и тренеров / Салобуто Р. Г. [и др.] ; Троицк: ФГБОУ ВО Южно-Уральский ГАУ, 2016. — 80 с. — Библиогр.: с. 76 (8 назв.) .— 2 МВ .— Режим доступа: <https://edu.sursau.ru/course/view.php?id=2867>

4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих сформированность компетенций

В данном разделе методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков, характеризующих базовый этап формирования компетенций по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту», приведены применительно к каждому из используемых видов текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся.

4.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости

4.1.1. Контрольные тесты

Оценочные средства						Код и наименование индикатора компетенции
Критерии оценивания						
Женщины	Шкала (баллы)					ИД-1 УК-7
	5	4	3	2	1	
1. Бег 500 м. (мин., сек.)	1.43	1.53	2.03	2.13	2.23	Распределяет нагрузку и
2. Бег на лыжах 3000 м. (мин., сек.)	18.00	18.30	19.30	20.00	21.00	
3. Плавание: 50 м. (мин., сек.) 100 м. (мин., сек.)	0.54 2.15	1.03 2.40	1.14 3.05	1.24 3.35	б/вр 4.10	вырабатывает программ
Подтягивание в висе лёжа (перекладина на высоте 90 см.) (кол-во раз)	20	16	10	6	4	у физической подготовки,
Приседание на одной ноге, опора о стену (кол-во раз на каждый)	12	10	8	6	4	учитывающую индивидуальные особенности развития организма.
Мужчины						
1. Бег 1000 м. (мин., сек.)	3.10	3.20	3.30	3.40	3.50	ИД-2 УК-7
2. Бег на лыжах 5000 м. (мин., сек.)	23.50	25.00	26.25	27.45	28.30	
3. Плавание 50 м. (мин., сек.) 100 м. (мин., сек.)	40.0 1.40	44.0 1.50	48.0 2.00	57.0 2.15	б/вр 2.30	Использует базовые приемы пропаганды здорового образа жизни
Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (кол-во раз)	15	12	9	7	5	
В висе поднимание ног до касания перекладины (кол-во раз)	10	7	5	3	2	

Контрольные тесты сдаются обучающимися в течение семестра. Критерии оценки (табл.) доводятся до сведения обучающегося в начале занятий. Оценка объявляется студенту непосредственно после сдачи тестов. Обучающиеся специальной медицинской группы сдают тесты допустимые при их заболеваниях и оцениваются «выполнил» и «не выполнил».

4.1.2 Тесты профессионально-прикладной физической подготовки

Тесты профессионально-прикладной физической (ППФП) подготовки сдаются обучающимися в конце каждого семестра. Критерии оценки (табл.) доводятся до сведения обучающегося в начале занятий. Оценка объявляется непосредственно после сдачи тестов.

Обучающиеся специальной медицинской группы сдают тесты допустимые при их заболеваниях и оцениваются «выполнил» и «не выполнил».

Оценочные средства					Код и наименование индикатора компетенции
Критерии оценивания					
Женщины	Курс	Шкала (баллы)			ИД-1 УК-7 Распределяет нагрузку и вырабатывает программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития организма. ИД-2 УК-7 Использует базовые приемы пропаганды здорового образа жизни
		5	4	3	
1. В висе на шведской стенке, сгибание и разгибание ног до 90 ⁰ (кол-во раз)	1	20	16	14	
	2	22	18	16	
	3	26	24	18	
2. Лёжа на бёдрах на скамейке, сгибание и разгибание туловища (кол-во раз)	1	35	30	25	
	2	38	32	28	
	3	40	35	30	
3. Прыжки на двух ногах по лестнице вверх (8 ступеней вверх и вниз в сек.)	1	6.4	6.6	6.8	
	2	6.2	6.4	6.6	
	3	6.0	6.2	6.4	
Челночный бег 4 x 10 м. (сек.)	1	7.7	7.8	8.0	
	2	7.5	7.7	7.8	
	3	7.3	7.4	7.6	
Мужчины					
1. Подтягивание на руках в висе лёжа, ноги выше туловища (кол-во раз)	1	14	11	9	
	2	15	13	11	
	3	17	15	13	
2. Отжимание лёжа, ноги выше туловища (кол-во раз)	1	24	22	20	
	2	26	24	22	
	3	30	27	25	
3. Лёжа на скамейке на бёдрах, сгибание разгибание туловища (кол-во раз)	1	40	35	30	
	2	45	40	35	
	3	50	45	40	
4. Прыжки на двух ногах по лестнице вверх (8 ступеней вверх и вниз в сек.)	1	5.6	5.8	6.0	
	2	5.4	5.6	5.8	
	3	5.0	5.2	5.4	
5. Челночный бег 3 x 10 м. (сек.)	1	6.4	6.6	7.0	
	2	6.2	6.4	6.8	
	3	6.0	6.2	6.6	

4.1.3 Контрольные нормативы, упражнения

Контрольные нормативы, сдаются обучающимися первого курса в начале первого семестра как характеризующие физическую подготовленность при поступлении в вуз и учитываются при выборе вида спорта (элективного курса). Во втором и последующих семестрах контрольные нормативы сдаются в конце каждого семестра. Критерии оценки (табл.) доводятся до сведения обучающегося в начале занятий. Оценка объявляется непосредственно после сдачи тестов.

Оценочные средства											
Критерии оценивания	Женщины					Мужчины					Код и наименование индикатора компетенции
	Шкала (баллы)										
	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	
1. Тест на скоростно-силовую подготовленность бег 100 м. (сек.)	15.7	16.0	17.0	17.9	18.7	13.2	13.6	14.0	14.3	14.6	ИД-1 УК-7 Распределяет нагрузку и вырабатывает программу

2. Тест на силовую подготовленность - сед из положения лёжа, ноги закреплены, руки за головой (кол-во раз) - подтягивание на перекладине (кол-во раз)	60	50	40	30	20	15	12	9	7	5	физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития организма. ИД-2 УК-7 Использует базовые приемы пропаганды здорового образа жизни
3. Тест на общую выносливость - бег 1000м. (мин., сек.) - бег 500м. (мин., сек.)	1.43	1.53	2.03	2.13	2.23	3.10	3.20	3.30	3.40	3.50	

Контрольные упражнения, разработанные для студентов специальной медицинской группы (мужчины и женщины) сдаются в конце каждого семестра и оцениваются «выполнил» и «не выполнил»:

1. Сгибание и выпрямление рук в упоре лежа (для женщин руки на опоре высотой до 50 см).
2. Подтягивание на перекладине (мужчины).
3. Поднимание туловища (сед) из положения лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены (женщины).
4. Прыжки в длину с места.
5. Бег 100 м.
6. Бег: мужчины – 1000 м, женщины – 500 м. (без учета времени).
7. Тест Купера (12- минутное передвижение).
8. Плавание 10 минут.
9. Бег на лыжах: мужчины - 3 км, женщины - 2 км (без учета времени).
10. Упражнения с мячом.
11. Упражнения на гибкость.
12. Упражнения со скакалкой.

4.1.4 Тестовые задания

№	Оценочные средства	Код и наименование индикатора компетенции
	Тестирование	
1	<p><u>1. Как называются упражнения, при которых действия подвергаются мышцы, их оболочка, сухожилия, связки, суставы?</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Растягивающие 2) Силовые 3) Аэробные 4) Анаэробные <p><u>2. Какие упражнения улучшают устойчивость к холоду?</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Силовые 2) Координационные 3) Растягивающие 4) Дыхательные <p><u>3. Какой вид выносливости вырабатывает способность человека противостоять неспецифическому утомлению?</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Общая 2) Специальная 3) Силовая 4) Скоростная 	ИД-1 УК-7 Распределяет нагрузку и вырабатывает программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития организма.

<p><u>4. Нарастание физической нагрузки в течение времени бывает ...</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Прямое, короткое, прерывистое 2) Непрерывное, длительное 3) Смешанное 4) Линейное, ступенчатое, волнообразное <p><u>5. При помощи каких упражнений развиваются скоростные способности?</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Выполняемых с максимальной скоростью 2) Выполняемых с минимальной скоростью 3) Упражнений на силу 4) Аэробных упражнений <p><u>6. Что значит «покладистый режим работы мышц»?</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Длина мышечного волокна уменьшается (мышца сокращается) 2) Длина мышечного волокна не меняется 3) Длина мышечного волокна увеличивается (мышца растягивается) 4) Длина мышечного волокна то увеличивается, то уменьшается <p><u>7. Какая способность развивается с помощью упражнений, выполняемых с максимальной скоростью?</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Скоростная 2) Силовая 3) Гибкость 4) Общая выносливость <p><u>8. Какой принцип не относится к принципам занятий физическими упражнениями?</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Сознание 2) Трудолюбие 3) Активность 4) Доступность <p><u>9. Что не относится к физическим способностям?</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Сила 2) Выносливость 3) Гибкость 4) Сила воли <p><u>10. Укажите принципы применения физических упражнений ...</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Все перечисленные 2) Рациональное распределение во времени 3) Доступность и прогрессирование 4) Сознание и активность 	
--	--

№	Оценочные средства	Код и наименование индикатора компетенции
	Тестирование	
1	<p>1. Выберите правильное определение способности человека преодолевать внешнее сопротивление за счет собственных мышечных усилий</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Координационные 2) Силовые 3) Скоростные 4) Выносливость <p>2. При каком виде физических упражнений происходит массаж межпозвоночных дисков?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Ходьба 2) Шпагат 3) Метание 	<p>ИД-2 УК-7 Использует базовые приемы пропаганды здорового образа жизни</p>

<p>4) Стрельба из лука</p> <p>3. С помощью каких упражнений возможно развитие скоростных способностей?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Упражнения, выполняемые с максимальной скоростью 2) С помощью упражнений аэробных 3) Упражнения смешанного типа 4) С помощью координационных упражнений <p>4. К положительным эффектам занятия бегом НЕ относится?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Улучшается кислородоснабжение мозга 2) Появляется ощущение эйфории 3) Появляется одышка 4) Улучшается микроциркуляция крови <p>5. Какой возраст является наиболее благоприятным для развития силы?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 11-12 лет 2) 13-15 лет 3) 16-18 лет 4) 5-7 лет <p>6. При болевых ощущениях в растягивающих упражнениях активизируется</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Белковый компонент 2) Углеводный компонент 3) Водородный компонент 4) Жировой компонент <p>7. Способность человека длительное время выполнять какую-либо деятельность без снижения ее эффективности — это ...</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Гибкость 2) Выносливость 3) Сила 4) Скорость <p>8. Режим физической работы, при котором работа выполняется без доступа кислорода или в условиях кислородного долга, называется ...</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Анаэробный режим 2) Абсолютный режим 3) Режим аэробный 4) Относительный режим <p>9. Нецелесообразно перед тренировочными нагрузками употреблять ...</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Углеводы 2) Витамины 3) Жиры 4) Продукты повышенной биологической ценности <p>10. При интенсивных физических нагрузках в крови накапливаются кислые соединения и для создания в буферной системе необходимого избытка щелочных запасов требуется пища, содержащая ...</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Минеральные элементы (кальций, фосфор, железо, фтор) 2) Мясо, рыба, яйца 3) Овощи, фрукты, молоко 4) Сахар, крупы, картофель 	
--	--

По результатам теста обучающемуся выставляется оценка «отлично», «хорошо», «удовлетворительно» или «неудовлетворительно».

Критерии оценивания ответа (табл.) доводятся до сведения обучающихся до начала тестирования. Результат тестирования объявляется обучающемуся непосредственно после его сдачи.

Шкала	Критерии оценивания (% правильных ответов)
Оценка 5 (отлично)	80-100
Оценка 4 (хорошо)	70-79
Оценка 3 (удовлетворительно)	50-69
Оценка 2 (неудовлетворительно)	менее 50

Тестовые задания, используемые для оценки качества дисциплины с помощью информационных технологий, приведены в РПД: «10. Информационные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем» - My TestX10.2.

4.2. Процедуры и оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

4.2.1. Зачет

Зачет является формой оценки качества освоения обучающимся основной профессиональной образовательной программы по разделам дисциплины. По результатам зачета обучающемуся выставляется оценка «зачтено» или «не зачтено».

Зачет проводится по окончании чтения лекций и выполнения практических занятий. Зачетным является последнее занятие по дисциплине. Зачет принимается преподавателем, проводившим практические занятия, или читающим лекции по данной дисциплине. В случае отсутствия ведущего преподавателя зачет принимается преподавателем, назначенным распоряжением заведующего кафедрой. С разрешения заведующего кафедрой на зачете может присутствовать преподаватель кафедры, привлеченный для помощи в приеме зачета.

Присутствие на зачете преподавателей с других кафедр без соответствующего распоряжения ректора, проректора по учебной работе или декана факультета не допускается.

Форма проведения зачета (*устный опрос по билетам, письменная работа, тестирование и др.*) определяются кафедрой и доводятся до сведения обучающихся в начале семестра.

Для проведения зачета ведущий преподаватель накануне получает в деканате зачетно-экзаменационную ведомость, которая возвращается в деканат после окончания мероприятия в день проведения зачета или утром следующего дня.

Обучающиеся при явке на зачет обязаны иметь при себе зачетную книжку, которую они предъявляют преподавателю.

Во время зачета обучающиеся могут пользоваться с разрешения ведущего преподавателя справочной и нормативной литературой, другими пособиями и техническими средствами.

Время подготовки ответа в устной форме при сдаче зачета должно составлять не менее 20 минут (по желанию обучающегося ответ может быть досрочным). Время ответа - не более 10 минут.

Преподавателю предоставляется право задавать обучающимся дополнительные вопросы в рамках программы дисциплины.

Качественная оценка «зачтено», внесенная в зачетную книжку и зачетно-экзаменационную ведомость, является результатом успешного усвоения учебного материала.

Результат зачета в зачетную книжку выставляется в день проведения зачета в присутствии самого обучающегося. Преподаватели несут персональную ответственность за своевременность и точность внесения записей о результатах промежуточной аттестации в зачетно-экзаменационную ведомость и в зачетные книжки.

Если обучающийся явился на зачет и отказался от прохождения аттестации в связи с неподготовленностью, то в зачетно-экзаменационную ведомость ему выставляется оценка «не зачтено».

Неявка на зачет отмечается в зачетно-экзаменационной ведомости словами «не явился».

Нарушение дисциплины, списывание, использование обучающимися неразрешенных печатных и рукописных материалов, мобильных телефонов, коммуникаторов, планшетных компьютеров, ноутбуков и других видов личной коммуникационной и компьютерной техники во время зачета запрещено. В случае нарушения этого требования преподаватель обязан удалить обучающегося из аудитории и проставить ему в ведомости оценку «не зачтено».

Обучающимся, не сдавшим зачет в установленные сроки по уважительной причине, индивидуальные сроки проведения зачета определяются приказом ректора Университета.

Обучающиеся, имеющие академическую задолженность, сдают зачет в сроки, определяемые Университетом. Информация о ликвидации задолженности отмечается в экзаменационном листе.

Допускается с разрешения деканата и досрочная сдача зачета с записью результатов в зачетно-экзаменационную ведомость.

Инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья могут сдавать зачеты в сроки, установленные индивидуальным учебным планом. Инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья, имеющие нарушения опорно-двигательного аппарата, допускаются на аттестационные испытания в сопровождении ассистентов-сопровождающих.

Процедура проведения промежуточной аттестации для особых случаев изложена в «Положении о текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по ОПОП бакалавриата, специалитета и магистратуры» ФГБОУ ВО Южно-Уральский ГАУ (ЮУрГАУ-П-02-66/02-16 от 26.10.2016 г).

№	Оценочные средства	Код и наименование индикатора компетенции
	Зачет Вопросы к зачету	
1	<ol style="list-style-type: none"> 1. Осуществление начального спортивного отбора для занятий легкой атлетикой 2. Особенности проведения занятий по легкой атлетике в помещении, на воздухе при низкой температуре 3. Анализ техники и методика обучения метанию гранаты. Типичные ошибки в технике и способы их исправления 4. Типовая схема обучения технике бега, прыжков, метаний 5. Основы техники метаний: кинематика звеньев тела и ОЦТ, динамика 6. Какие составляющие включает в себя техника защиты в баскетболе? 7. Какие действия включает в себя техника нападения в баскетболе? 8. Какая передача мяча наиболее эффективна, когда баскетболисту необходимо послать мяч партнеру на среднюю или дальнюю дистанцию через поднятые руки плотно опекающего соперника? 9. Каким простым упражнением можно проверить умение правильно держать баскетбольный мяч? 10. Какие виды ракеток для настольного тенниса существуют, как выбрать оптимальную ракетку? 11. Какие стойки существуют в настольном теннисе? 12. Где бить по мячу? 13. На что смотреть во время игры? 14. Опишите основную стойку волейболиста. 15. Опишите основную стойку баскетболиста. 16. Опишите основную стойку теннисиста. 17. Опишите основную стойку легкоатлета перед прыжком в длину. 	<p>ИД-1 УК-7 Распределяет нагрузку и вырабатывает программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития организма.</p> <p>ИД-2 УК-7 Использует базовые приемы пропаганды здорового образа жизни</p>

Шкала и критерии оценивания ответа обучающегося представлены в таблице

Шкала	критерии оценивания
Оценка «зачтено»	<ul style="list-style-type: none"> - студент полно усвоил учебный материал; - показывает знание основных понятий дисциплины, грамотно пользуется терминологией; - проявляет умение анализировать и обобщать информацию, навыки связного описания явлений и процессов; - демонстрирует умение излагать материал в определенной логической последовательности; - показывает умение иллюстрировать теоретические положения конкретными примерами; - демонстрирует сформированность и устойчивость знаний, умений и навыков; - усвоении учебного материала допущены пробелы, не искажившие содержание ответа; - в изложении материала допущены незначительные неточности.
оценка «не зачтено»	<ul style="list-style-type: none"> - пробелы в знаниях основного программного материала, принципиальные ошибки при ответе на вопросы; - обнаружено незнание или непонимание большей, или наиболее важной части учебного материала; - допущены ошибки в определении понятий, при использовании терминологии, в описании явлений и процессов, которые не исправлены после нескольких наводящих вопросов; - не сформированы компетенции, отсутствуют соответствующие знания, умения и навыки.

