Негосударственное частное образовательное учреждение
высшего образования
«Армавирский лингвистический социальный институт»

Факультет высшего образования
Кафедра гуманитарных, педагогических дисциплин и физической культуры

# РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Спортивные игры

| | |
|---|---|
| **Направление подготовки:** | 44.03.01 Педагогическое образование |
| **Направленность:** | Начальное образование |
| **Квалификация выпускника:** | бакалавр |
| **Форма обучения:** | Очная, заочная |

Подписан: Сакиева Фатима Нурдиновна
DN: C=RU, OU=Ректор, O=НЧОУ ВО АЛСИ, CN=Сакиева Фатима Нурдиновна, E=info@alsivuz.ru
Основание: я подтверждаю этот документ своей удостоверяющей подписью
Местоположение: Краснодарский край, г. Армавир, ул. Кирова, 22-24
Дата: 2024.05.24 11:21:28+03'00'

Армавир, 2024

## СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ


| № п/п | Наименование раздела РПД | Страница |
|---|---|---|
| 1. | Цели и задачи освоения учебной дисциплины | 3 |
| 2. | Место учебной дисциплины в структуре ОПОП ВО | 3 |
| 3. | Планируемые результаты обучения по дисциплине | 3 |
| 4. | Структура дисциплины и распределение ее трудоемкости | 4 |
| 5. | Содержание дисциплины | 5 |
| 6. | Оценочные материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине | 12 |
| 7. | Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины | 15 |
| 8. | Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины | 15 |
| 9. | Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины | 16 |

## 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

**Цель освоения дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре: спортивные игры»:** формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности

**Задачи:**

- понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- знание исторических, биологических, психолого-педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое 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.

## 2. МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО

Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы определяется учебным планом.

Дисциплина относится к обязательной части, Блока 1 «Дисциплины (модули)», здоровьесберегающему модулю.

Освоение дисциплины является основой для изучения последующих дисциплин учебного плана, успешной реализации программ практик и подготовки к государственной итоговой аттестации.

## 3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ЭЛЕКТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ: СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций обучающегося:

| Код компетенций | Содержание компетенции в соответствии с ФГОС ВО/ ПООП/ ОПОП | Индикаторы достижения компетенций |
|---|---|---|
| **УК-7** | Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | УК-7.1. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности. |

| | | |
|---|---|---|
| | | УК-7.2. Владеет технология здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья. |

## 4. СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ И РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЕЕ ТРУДОЕМКОСТИ

| **Семестр** | **Трудоемкость** | | **Контактная работа при проведении учебных занятий по дисциплинам** | | | | **СРС** | | **Форма промежуточной аттестации** |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | ЗЕ | часов | Лекции, *часов* | Практические занятия, *часов* | Лабораторные занятия, *часов* | Иные вид ы, *часов* | В период теоретического обучения, *часов* | В период сессии (контроль), *часов* | |
| *Очная форма обучения* | | | | | | | | | |
| *2* | - | 76 | - | 54 | - | - | *20* | *2* | Зачет |
| *Зачная форма обучения* | | | | | | | | | |
| *2* | - | 76 | - | 54 | - | - | *20* | *2* | Зачет |

*Примечания:*

***2 ч** - итоговое занятие (коллективная контактная работа) по подведению итогов освоения дисциплины при проведении промежуточной аттестации в форме зачета или зачета с оценкой;

**** 3 ч** - контактная работа при проведении промежуточной аттестации в форме экзамена, **из них:**

*2 ч* - консультация перед экзаменом для потока учебных групп (коллективная контактная работа);

*0,7 ч* - организационные процедуры при проведении экзамена для учебной группы - инструктирование по порядку проведения экзамена, сообщения критериев и шкал оценивания, подведения итогов (коллективная контактная работа);

*0,3 ч* - устный ответ студента/ собеседование с преподавателем по итогам письменного экзамена или компьютерного тестирования *(указывается нужное для соответствующей формы проведения экзамена)*.

## 5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 5.1.1. Тематический план учебной дисциплины по очной форме обучения

| № п/п | Разделы курса, темы | Общая трудоем-кость, *часов* | Из них аудиторно й контактно й работы (для проведения учебных занятий лекционного и семинарско го типа) *часов* | Контактная аудиторная работа по видам учебных занятий, отраженная в учебном плане *часов* | | | СРС, *часов* | Текущий рубежный контроль |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | лекции | практичес кие | лаборатор ные | | |
| 1. | Правила техники безопасности при занятиях физическими упражнениями | *4* | *2* | - | 2 | | *2* | |
| 2. | Баскетбол | *70* | 52 | - | 52 | | 18 | Выполнение контрольных нормативов |
| | контроль | *2* | | | | | | |
| | Всего | *76* | *54* | | 54 | | 20 | |

* указывается без учета времени, отведенного на проведение мероприятий промежуточной аттестации в виде групповой и индивидуальной контактной работы;

** указывается без учета времени, отведенного на подготовку к проведению мероприятий промежуточной аттестации в период экзаменационных сессий по очной форме обучения и учебно-экзаменационных сессий по заочной форме.

**5.1.2. Тематический план учебной дисциплины по зпочной форме обучения**

| № п/п | Разделы курса, темы | Общая трудоем-кость, *часов* | Из них аудиторно й контактно й работы (для проведения учебных занятий лекционного и семинарско го типа) *часов* | Контактная аудиторная работа по видам учебных занятий, отраженная в учебном плане *часов* | | | СРС, *часов* | Текущий рубежный контроль |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | лекции | практичес кие | лаборатор ные | | |
| 1. | Правила техники безопасности при занятиях физическими упражнениями | *4* | *2* | - | 2 | | *2* | |
| 2. | Баскетбол | *70* | 52 | - | 52 | | 18 | Выполнение контрольных нормативов |
| | контроль | *2* | | | | | | |
| | Всего | *76* | *54* | | 54 | | 20 | |

* указывается без учета времени, отведенного на проведение мероприятий промежуточной аттестации в виде групповой и индивидуальной контактной работы;

Экзаменационных сессий по заочной форме обучения и промежуточной аттестации в период

### 4.1. Виды занятий и их содержание

### 4.1.1. Тематика и краткое содержание лекционных занятий

**Лекционные занятия не предусмотрены учебным планом**

### 1.2.2. Тематика и краткое содержание практических занятий

***ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 1.***

*Тема*: Правила техники безопасности и профилактика травматизма на занятиях спортивными играми

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

1) Подготовка мест занятий и инвентаря.
2) Спортивная экипировка.
3) Общие правила поведения во время занятий физической культурой и спортом.
4) Требования безопасности при проведении занятий в тренажерном зале.

***ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 2-4.***

*Тема*: Баскетбол

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

1) Стойки баскетболиста, держание мяча.
2) Прием и различные передачи мяча на месте.
3) Ведение мяча по прямой
4) Подводящие подвижные игры

***ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 5-6.***

*Тема*: Баскетбол

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

1) Остановки шагом и прыжком по сигналу с мячом и без мяча.
2) Повторение передач мяча на месте.
3) Ведение мяча по прямой с передачей после остановки.
4) Подводящие подвижные игры

***ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 7-10.***

*Тема*: Баскетбол

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

1) Повороты на месте после остановки.
2) Ведение мяча по прямой.
3) Встречная передача мяча в движении после ведения.
4) Передача мяча в движении в парах с последующим броском в кольцо.
5) Броски мяча в кольцо с места.
6) Штрафной бросок.

***ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 11-12.***

*Тема*: Баскетбол

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

1) Ознакомление с площадкой для игры в баскетбол и правилами игры.
2) Двусторонняя игра по упрощенным правилам с объяснениями допущенных ошибок и жестами судьи.
3) Подводящие подвижные игры.

***ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 13-15.***

*Тема*: Баскетбол

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

1) Бросок мяча после ведения в движении.
2) Двусторонняя игра по упрощенным правилам.
3) Формирование курсовой команды для участия в университетских соревнованиях по баскетболу.

***ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 16-17.***

*Тема:* Баскетбол.

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

1) Повторение изученных передач, бросков и ведения мяча.
2) Подбор мяча в прыжке.
3) Двусторонняя игра.

***ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 18-19.***

*Тема:* Баскетбол.

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

1) Двусторонняя игра с применением изученных передач.
2) Подвижные игры-эстафеты.
3) Выполнение контрольных нормативов.

***ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 20-21.***

*Тема:* Баскетбол.

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

1) Двусторонняя игра с применением зоны защиты и изученных приемов.
2) Подвижные игры-эстафеты.
3) Выполнение контрольных нормативов.

***ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 22-23.***

*Тема:* Баскетбол.

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

1) Повторение приемов: стойки, передачи мяча на месте, косков, бросков с места из под кольца, остановок, поворотов с мячом.
2) Методика проведения разминки на занятиях по спортивным играм.

***ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 24-25.***

*Тема:* Баскетбол

*. Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

1) Ведение мяча по прямой и с изменением направления.
2) Передача мяча в парах на месте и в движении.
3) Штрафные броски.

***ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 26-27.***

*Тема*: Баскетбол.

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

1) Передачи в движении в парах и в тройках с последующим броском в кольцо.
2) Индивидуальные действия в нападении и в защите.
3) Игра «Борьба за мяч».
4) Выполнение контрольных нормативов

**5.2.3. Тематика и краткое содержание лабораторных занятий** Лабораторные занятия не предусмотрены учебным планом.

**5.2.4. Примерная тематика курсовых работ (проектов)** Курсовые работы (проекты) не предусмотрены учебным планом

**5.2.5. Самостоятельная работа и контроль успеваемости**

В рамках указанного в учебном плане объёма самостоятельной работы по данной дисциплине (в часах) предусматривается выполнение следующих видов учебной деятельности *(очная форма обучения)*:

| Вид самостоятельной работы | Примерная трудоемкость |
|---|---|
| Проработка учебного материала занятий лекционного и семинарского типа | 10 |
| Опережающая самостоятельная работа (изучение нового материала до его изложения на занятиях) | - |
| Самостоятельное изучение отдельных вопросов тем дисциплины, не рассматриваемых на занятиях лекционного и семинарского типа | 8 |
| Подготовка к текущему контролю | 2 |
| Поиск, изучение и презентация информации по заданной теме, анализ научных источников по заданной проблеме | - |
| Исследовательская работа по темам дисциплины: участие в конференциях, круглых столах, семинарах и пр. | - |
| Проектная деятельность по темам дисциплины | - |
| Решение кейсов, задач, расчетных работ | - |
| Подготовка к промежуточной аттестации | - |
| ИТОГО СРО: | 20 |

В рамках указанного в учебном плане объёма самостоятельной работы по данной дисциплине (в часах) предусматривается выполнение следующих видов учебной деятельности *(заочная форма обучения)*:

| Вид самостоятельной работы | Примерная трудоемкость |
|---|---|
| Проработка учебного материала занятий лекционного и семинарского типа | 10 |
| Опережающая самостоятельная работа (изучение нового материала до его изложения на занятиях) | - |
| Самостоятельное изучение отдельных вопросов тем дисциплины, не рассматриваемых на занятиях лекционного и семинарского типа | 8 |
| Подготовка к текущему контролю | 2 |
| Поиск, изучение и презентация информации по заданной теме, анализ научных источников по заданной проблеме | - |
| Исследовательская работа по темам дисциплины: участие в конференциях, круглых столах, семинарах и пр. | - |
| Проектная деятельность по темам дисциплины | - |
| Решение кейсов, задач, расчетных работ | - |
| Подготовка к промежуточной аттестации | - |
| ИТОГО СРО: | 20 |

**5.2.6. Развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений и лидерских качеств при проведении учебных занятий**

Практические (семинарские) занятия относятся к интерактивным методам обучения и обладают значительными преимуществами по сравнению с традиционными методами обучения, главным недостатком которых является известная изначальная пассивность субъекта и объекта обучения.

Практические занятия могут проводиться в форме групповой дискуссии, «мозговой атаки», разбора кейсов, решения практических задач и др. Прежде, чем дать группе информацию, важно подготовить участников, активизировать их ментальные процессы, включить их внимание, развивать кооперацию и сотрудничество при принятии решений.

Ниже приводятся методические рекомендации по проведению различных видов практических (семинарских) занятий.

**1. Обсуждение в группах**

Групповое обсуждение какого-либо вопроса направлено на нахождении истины или достижение лучшего взаимопонимания. Групповые обсуждения способствуют лучшему усвоению изучаемого материала.

На первом этапе группового обсуждения перед обучающимися ставится проблема, выделяется определенное время, в течение которого обучающиеся должны подготовить аргументированный развернутый ответ.

Преподаватель может устанавливать определенные правила проведения группового обсуждения:

- задавать определенные рамки обсуждения (например, указать не менее 5...10 ошибок);

- ввести алгоритм выработки общего мнения (решения);

- назначить модератора (ведущего), руководящего ходом группового обсуждения и др.

На втором этапе группового обсуждения вырабатывается групповое решение совместно с преподавателем (арбитром).

Разновидностью группового обсуждения является круглый стол, который проводится с целью поделиться проблемами, собственным видением вопроса, познакомиться с опытом, достижениями.

**2. Публичная презентация проекта**

Презентация - самый эффективный способ донесения важной информации как в разговоре «один на один», так и при публичных выступлениях. Слайд-презентации с использованием мультимедийного оборудования позволяют эффективно и наглядно представить содержание изучаемого материала, выделить и проиллюстрировать сообщение, которое несет поучительную информацию, показать ее ключевые содержательные пункты. Использование интерактивных элементов позволяет усилить эффективность публичных выступлений.

**3. Дискуссия**

Как интерактивный метод обучения означает исследование или разбор. Образовательной дискуссией называется целенаправленное, коллективное обсуждение конкретной проблемы (ситуации), сопровождающееся обменом идеями, опытом, суждениями, мнениями в составе группы обучающихся.

Как правило, дискуссия обычно проходит три стадии: ориентация, оценка и консолидация. Последовательное рассмотрение каждой стадии позволяет выделить следующие их особенности.

Стадия ориентации предполагает адаптацию участников дискуссии к самой проблеме (ситуации), друг другу, что позволяет сформулировать проблему, цели дискуссии; установить правила, регламент дискуссии.

В стадии оценки происходит выступление участников дискуссии, их ответы на

возникающие вопросы, сбор максимального объема идей (знаний), предложений, пресечение преподавателем (арбитром) личных амбиций отклонений от темы дискуссии.

Стадия консолидации заключается в анализе результатов дискуссии, согласовании мнений и позиций, совместном формулировании решений и их принятии.

В зависимости от целей и задач занятия, возможно, использовать следующие виды дискуссий: классические дебаты, экспресс-дискуссия, текстовая дискуссия, проблемная дискуссия, ролевая (ситуационная) дискуссия.

## 6. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

### 6.1. Оценочные материалы для проведения текущего контроля

Текущий контроль знаний обучающихся осуществляется проводимыми по основным темам дисциплины следующими контрольными оценочными мероприятиями:

- Выполнение контрольных нормативов по баскетболу. —

**Примеры оценочных материалов для проведения текущей аттестации обучающихся по дисциплине**

*Примерный перечень заданий контрольных работ для оценки сформированности компетенций УК-7 «Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности»*

Контрольные нормативы по баскетболу

| Тесты | Выполнение | Количество | | Оценка |
|---|---|---|---|---|
| | | м | ж | |
| Штрафной бросок | в соответствии с правилами из 10 попыток | 5-9 | | зачет |
| | | менее 5 | | не зачет |
| 3-х очковый бросок | в соответствии с правилами из 10 попыток | 5-9 | | зачет |
| | | менее 5 | | не зачет |
| Передача в стену | выполнение передачи двумя руками от груди с расстояния 3 м за 20 секунд | 15-18 | | зачет |
| | | менее 15 | | не зачет |
| Обводка 3- секундной зоны | ведение мяча вокруг 3-секукндной зоны с бросками в кольцо с обеих сторон (при непопадании в кольцо еще 1 попытка) | 13-14,5 | 14-15,3 | зачет |
| | | более 14,6 | более 15,4 | зачет |

**Темы рефератов (презентаций) для самостоятельной работы**

1. Баскетбол - как средство физического воспитания.
2. Баскетбол в школьной программе.

3. Организация и проведение соревнований по баскетболу в школе.
4. Баскетбол в программе ВУЗа (структура, содержание).
5. Классификация техники игры (общие понятия).
6. Анализ техники и методика обучения перемещений баскетболиста.
7. Анализ техники и методика обучения передач:
а) двумя руками от груди (с отскоком об пол);
б) одной рукой от плеча (с отскоком об пол);
в) двумя руками от головы;
г) одной рукой «крюком».
12. Анализ техники и методика обучения:
а) бросок - проход - бросок;
б) проход - проход - бросок;
в) бросок - бросок.
13. Анализ техники и методика обучения ведению мяча:
а) ведение с изменением скорости;
б) ведение с изменением направления (переводы).
14. Анализ техники и методика обучения броском по корзине:
а) бросок одной рукой в движении;
б) бросок одной рукой от плеча (штрафной);
в) бросок одной рукой сверху в прыжке;
г) бросок одной рукой «крюком»;
д) броски сверху - вниз (одной и двумя руками).

15. Анализ техники и методика обучения защитных действий:
а) отбора мяча;
б) перехвата;
в) овладение мячом после отскока;
г) блок - шот (блокирование)
16. Классификация тактики игры.
а) индивидуальная тактика нападения (игра 1х1)
б) групповая тактика нападения (двойка, тройка, заслон).
в) командная тактика нападения (позиционное нападение через основного центрового).
17. Организация и проведение соревнований:
а) виды соревнования и способы их проведения;
б) оценка и учет результатов соревнований.

### 6.2 Контрольные вопросы для проведения промежуточной аттестации (зачет)

1 .Баскетбол в системе физического воспитания России.
2 .Характеристика баскетбола как средства физического воспитания.
3 .Влияние занятий баскетбола на организм занимающихся.
4 .История возникновения и развития баскетбола.
5 .Актуальные проблемы развития баскетбола.
6 .Правила техники безопасности при проведении занятий по баскетболу.
7 . Оборудование залов и спортивных сооружений. Инвентарь для игры в баскетбол.
8 .Особенности проведения занятий по баскетболу с различным контингентом занимающихся.
9 .Классификация техники баскетбола.
10 .Техника передвижений в нападении. Методика обучения.
11 .Ловля мяча. Классификация ловли. Фазовый анализ. Методика обучения.
12 .Передача мяча. Классификация передач. Фазовый анализ. Методика обучения.
13 .Ведение мяча. Классификация ведения. Методика обучения.
14 .Броски в корзину. Классификация бросков. Методика обучения.

15 .Бросок одной рукой сверху в прыжке. Фазовый анализ. Методика обучения.
16 .Бросок одной рукой от плеча. Фазовый анализ. Методика обучения.
17 .Техника передвижений в защите. Методика обучения.
18 .Выбивание мяча и перехват. Методика обучения.
19 .Накрывание и отбивание мяча при броске. Методика обучения.
20 .Овладение мячом в борьбе за отскок у своего щита. Методика обучения.
21.Сочетание приемов при игре в нападении. Методика обучения.
22.Общая структура изучения приема в баскетболе.
23.Определение основных понятий тактики игры в баскетбол.
24 .Классификация тактики баскетбола.
25 .Индивидуальные тактические действия в нападении.
26 .Индивидуальные тактические действия в защите.
27 .Групповые взаимодействия двух игроков «передай мяч и выходи» при численном меньшинстве и при численном равенстве противника, при развитии и завершении атаки.
28 .Заслоны на месте: передний, боковой, задний. Заслоны в движении: наведением, пересечением, с сопровождением («экран») - для броска, для ухода, для выхода и получении мяча.
29 .Взаимодействие трех игроков: «тройка», «восьмерка», «скрестный выход», «сдвоенный заслон», «наведение на двух».
30 .Правила игры в баскетбол.
31 .Характеристика систем соревнований в баскетболе. Виды соревнований и способы розыгрыша.
32 .Положение о соревновании и методика его составления.
33 .Методика организации и проведения соревнований.
34 .Основы методики судейства в поле.
35. Фолы в баскетболе.

### 6.3. Описание шкал оценивания степени сформированности компетенций

#### 6.3.1. Текущая аттестация

*Шкала оценивания степени сформированности компетенций УК-7 «Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности»*

| Оценка | Характеристика сформированности компетенций |
|---|---|
| *УК-7.1. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.* | |
| «зачтено» | двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно, уверенно, в надлежащем ритме, легко и четко, учащийся овладел формой движения; в играх проявил большую активность, находчивость, ловкость, умение действовать в коллективе, точно соблюдать правила |
| «не зачтено» | двигательное действие не выполнено или выполнено неправильно, неуверенно, небрежно; допущены значительные ошибки; в играх учащийся обнаружил неловкость, нерасторопность, неумение играть в коллективе (команде). |
| *УК-7.2. Владеет технология здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.* | |

| | |
|---|---|
| «зачтено» | Обучающийся объясняет и показывает упражнения, владеет терминологией; подбор упражнений соотнесен с предстоящей основной деятельностью на занятии, а в основу предложенного комплекса положены нестандартные идеи. |
| «не зачтено» | нет логической последовательности в подборе упражнений, обучающийся не владеет специальной терминологией; низкое качество демонстрации упражнений. |

**6.3.2. Промежуточная аттестация (зачет)**

| Оценка | Характеристика сформированности компетенций |
|---|---|
| *УК-7.1. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.* | |
| «зачтено» | Знает методы и процедуры оценки и самооценки уровня физического развития и физической (как общей, так и специальной) подготовленности лиц, умеет оценивать |
| | эффективность занятий физической культурой с позиции ее воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья. |
| «не зачтено» | Не знает методы и процедуры оценки и самооценки уровня физического развития и физической (как общей, так и специальной) подготовленности лиц, не умеет оценивать эффективность занятий физической культурой с позиции ее воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья. |
| *УК-7.2. Владеет технология здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.* | |
| «зачтено» | Знает основные принципы, средства и методы обучения начальной (оздоровительно-кондиционной и спортивной) тренировки, владеет навыками и опытом составления комплексов физических упражнений с учётом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья |
| «не зачтено» | Не знает основные принципы, средства и методы обучения начальной (оздоровительно-кондиционной и спортивной) тренировки, не владеет навыками и опытом составления комплексов физических упражнений с учётом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья |

## 7. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

*ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА:*

1. Быченков С.В. Физическая культура [Электронный ресурс] : учебник для студентов высших учебных заведений / С.В. Быченков, О.В. Везеницын. — Электрон. текстовые данные. — Саратов: Вузовское образование, 2016. — 270 c. — 2227-8397. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/49867.html

2. Ветков Н.Е. Курс лекций по физической культуре [Электронный ресурс] : учебное пособие для вузов / Н.Е. Ветков. — Электрон. текстовые данные. — Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2015. — 306 c. — 2227-8397. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/61053.html

3. Витун, Е.В. Современные системы физических упражнений, рекомендованные для студентов : учебное пособие / Е.В. Витун, В.Г. Витун ; Оренбургский государственный университет. - Оренбург : Оренбургский государственный университет, 2017. - 111 с. : ил. - Режим доступа: по подписке. - URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=481819 . - Библиогр. в кн. - ISBN 978-57410-1674-9. - Текст : электронный.

4. Минникаева, Н.В. Теория и методика физической культуры: избранные лекции : [16+] / Н.В. Минникаева, С.В. Шабашева ; Кемеровский государственный университет. - Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2016. - 144 с. : ил. - Режим доступа: по подписке. - URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=481577 . - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-8353-1921-3. - Текст : электронный.

5. Самостоятельные занятия студентов физической культурой и спортом [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / С.Н. Зуев [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — М. : Российская таможенная академия, 2016. — 132 c. — 978-5-95900882-6. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/69779.html

6. Учебно-методическое пособие по курсу Физическая культура по теме Практические рекомендации для студентов, временно освобожденных от занятий физкультурой [Электронный ресурс] / . — Электрон. текстовые данные. — М. : Московский технический университет связи и информатики, 2016. — 16 c. — 2227-8397. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/63352.html

*ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА:*

1. Мрочко О.Г. Физическая культура [Электронный ресурс] : методические рекомендации по подготовке рефератов / О.Г. Мрочко. — Электрон. текстовые данные. — М. : Московская государственная академия водного транспорта, 2016. — 30 c. — 2227-8397. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/65688.html

2. Токарева А.В. Самоконтроль и методы оценки физического и функционального состояния студентов [Электронный ресурс] : учебное пособие / А.В. Токарева, В.Д. Гетьман, Л.Б. Ефимова-Комарова. — Электрон. текстовые данные. — СПб. : Санкт- Петербургский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2016. — 104 c. — 978-5-9227-0636-0. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/63642.html

## 8. ТРЕБОВАНИЯ К УСЛОВИЯМ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

### 8.1. Общесистемные требования

*Электронно-библиотечные системы (электронные библиотеки)*

1. Электронно-библиотечная система Znanium — это информационно-образовательная среда для колледжей, вузов и библиотек.

*Электронная информационно-образовательная среда НЧОУ ВО АЛСИ* https://alsivuz.ru/eios/.

Адрес официального сайта НЧОУ ВО АЛСИ https://alsivuz.ru/.

**8.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины (модуля)**

Для осуществления образовательного процесса по дисциплине используются специальные помещения, которые представляют собой учебные аудитории для проведения учебных занятий, предусмотренных ОПОП, оснащенные оборудованием и техническими средствами обучения.

Состав оборудования и технических средств обучения отражен в сведениях о наличии оборудованных учебных кабинетов / объектов для практических занятий в НЧОУ ВО АЛСИ и размещен на официальном сайте вуза в открытом доступе.

Для проведения учебных занятий предлагаются наборы демонстрационного оборудования, в том числе цифрового и учебно-наглядных пособий, обеспечивающие тематические иллюстрации в соответствии с содержанием данной рабочей программы.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети Интернет и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду НЧОУ ВО АЛСИ.

**8.3. Необходимый комплект лицензионного программного обеспечения.**

НЧОУ ВО АЛСИ обеспечен необходимым комплектом лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства. Его состав отражен в реестре программных продуктов, используемых в процессе реализации основных образовательных программ высшего образования - программ бакалавриата, программ магистратуры, программ подготовки кадров высшей квалификации - программ аспирантуры на основании открытого лицензионного соглашения, а также в соответствии с заключенными договорами. Реестр размещается в ЭИОС и вуза и подлежит обновлению (при необходимости), но не реже одного раза в год.

**8.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы**

*Современные профессиональные базы данных:*

1. Федеральный портал «Российское образование» / http://www.edu.ru
2. Национальная Электронная Библиотека (нэб.рф) http://xn--90ax2c.xn--p1ai/
3. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) - http://school-collection.edu.ru
4. Базы данных издательства Springer https://link.springer.com/
5. Базы данных ScienceDirect (книги и журналы) издательства Elsevier https://www.sciencedirect.com/
6. Базы данных Scopus издательства Elsevier https://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic

*Информационные справочные системы*

7. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования http://fgosvo.ru.
8. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (ФЦИОР) - http://eor.edu.ru/
9. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) - http://school- collection.edu.ru.
10. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» (ИС «Единое окно») - http://window.edu.ru.
11. Российская государственная библиотека. http://www.rsl.ru
12. Государственная публичная историческая библиотека. http: //www .shpl.ru

13. Национальная Электронная Библиотека (нэб.рф).

## 9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

В процессе изучения учебной дисциплины (модуля) следует:

1. Ознакомиться с рабочей программой дисциплины (модуля). Рабочая программа дисциплины содержит перечень разделов и тем, которые необходимо изучить, планы лекционных и семинарских занятий, вопросы к текущей и промежуточной аттестации, перечень основной, дополнительной литературы и ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», определиться с темой курсовой работы (при наличии).
2. Ознакомиться с планом самостоятельной работы обучающихся.
3. Посещать теоретические (лекционные) и практические (семинарские, лабораторные) занятия.
4. При подготовке к практическим (семинарским, лабораторным) занятиям, а также при выполнении самостоятельной работы следует использовать методические указания для обучающихся.
5. Тестирование выступает одним из наиболее эффективных методов оценки знаний, обучающихся, используется для оценки уровня подготовленности обучаемых по дисциплине. Тестирование является важнейшим дополнением к традиционной системе контроля уровня обучения. Тестирование способствует развитию логического мышления, целенаправленности: обучаемый при письменном контроле более сосредоточен, обдумывает варианты решения и построения ответа.

Тесты - это вопросы или задания, предусматривающие конкретный, краткий, четкий ответ на имеющиеся эталоны ответов. При самостоятельной подготовке к тестированию студенту необходимо:

- проработать информационный материал по дисциплине, выбрать учебную литературу;
- внимательно и до конца прочитать вопрос и предлагаемые варианты ответов, правильных ответов может быть несколько.
- в процессе решения желательно применять несколько подходов в решении задания, что позволит максимально гибко оперировать методами решения, находя каждый раз оптимальный вариант.

Работа с рефератами на этапе анализа может быть представлена следующим образом: в первую очередь следует выявить ключевые проблемы темы реферата и понять, какие именно из представленных данных важны для решения; войти в ситуационный контекст реферата, определить, кто его главные действующие лица, отобрать информацию необходимую для анализа, понять, какие трудности могут возникнуть при написании реферата; выписать из соответствующих разделов учебной дисциплины ключевые идеи, для того, чтобы освежить в памяти теоретические концепции и подходы, которые предстоит использовать при анализе темы реферата; бегло прочитать реферат, чтобы составить о нем общее представление, внимательно прочитать реферат фиксируя все факторы или проблемы, имеющие отношение к поставленным вопросам; продумать, какие идеи и концепции соотносятся с проблемами, которые предлагается рассмотреть при написании реферата.

-