

**РО: ООВО «Северо-Кавказский  
Исламский университет имени Имама Абу Ханифы»**

«Утверждаю»  
Проректор по учебной работе  
*М.М. Шибзухов* М.М. Шибзухов



Рабочая программа дисциплины  
**«Элективные курсы по физической культуре и спорту»**  
(направление – 48.03.01. Теология,  
Профиль - Исламская теология)

Составитель: ст.преподаватель  
Долов З.М.

Согласовано с заведующей  
учебно-методическим кабинетом  
Кумыковой С.Г.

**Нальчик 2021**



## **1. Пояснительная записка**

### **1.1. Код и наименование направления и профиля подготовки**

48.03.01. «Геология», профиль - «Исламская теология»

### **1.2. Код и наименование дисциплины**

Элективные курсы по физической культуре и спорту

#### **1.3. Цель и задачи дисциплины:**

**Целью** физического воспитания студентов является освоение теоретических знаний для формирования физической культуры личности, приобретение умений и компетенций направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

#### **Задачи дисциплины:**

- понимание социальной роли физической культуры в развитии личности, обеспечении качества жизни и подготовке к профессиональной деятельности;
- знание научно-биологических, педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, самосовершенствование 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;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;
- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, использования средств физической культуры в профессиональной деятельности и повседневной жизни.

#### **1.4. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина «Элективные курсы по физической культуре и спорту» относится к циклу Б.1.

#### **1.5. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины**

способностью использовать методы и инструменты физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8).

**В результате изучения дисциплины студент должен**

***Знать:***

- социальную роль физической культуры в жизни современного человека и общества в целом, ее возможности в восстановлении генофонда нации и возрождении трудового потенциала, повышении качества трудовых ресурсов;
- научно-теоретические и практические основы здорового образа и стиля жизни;
- роль оптимальной двигательной активности в повышении функциональных и двигательных возможностей (тренированности) организма человека, общей и профессиональной работоспособности;
- методику самостоятельного использования средств физической культуры и спорта для рекреации в процессе учебной и профессиональной деятельности.

**Уметь:**

- использовать средства и методы физического воспитания для повышения адаптационных резервов организма, укрепления здоровья, коррекции физического развития и телосложения, предупреждения профессиональных заболеваний и травматизма;
- применять физические упражнения, различные виды спорта для формирования и развития психических свойств личности, необходимых в социально-культурной и профессиональной деятельности (нравственно-волевых, коммуникативных, организаторских, лидерских, уверенности в своих силах, самодисциплины, гражданственности, патриотизма и др.).

**Владеть:**

- понятийным аппаратом в сфере физической культуры и спорта: «Физическая культура личности» (ее содержание, структура, критерии и уровни проявления в социуме и личной жизни); «Здоровье» (его физическое, психическое, социальное и профессиональное проявления); «Здоровый образ жизни» (его составляющие и мотивация) и др.;
- личным опытом, умениями и навыками повышения своих функциональных и двигательных способностей;
- должным уровнем физической подготовленности и физического развития, необходимых для освоения профессиональных умений и навыков в процессе обучения в вузе, а также для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности после окончания учебного заведения;
- навыками рефлексии и самокоррекции, с использованием методов и средств самоконтроля за своим состоянием;
- широким спектром ценностей физической культуры, спорта, оздоровительных систем для самоопределения, профессионально-личностного и субъективного развития в физическом воспитании и самосовершенствовании.

**2. Структура и содержание дисциплины**

**2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы**

| Виды учебной работы | Все<br>го | Семестр |   |   |   |   |   |
|---------------------|-----------|---------|---|---|---|---|---|
|                     |           | 1       | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|                     |           |         |   |   |   |   |   |

|  |                   |           |           |           |           |           |           |
|--|-------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
|  | час<br>ов<br>(ч.) | ч.        | ч.        | ч.        | ч.        | ч.        | ч.        |
| Общая трудоемкость дисциплины          | 328               |           |           |           |           |           |           |
| Аудиторные занятия                     | 328               | 54        | 54        | 54        | 54        | 54        | 58        |
| Практических занятий                   | 328               | 54        | 54        | 54        | 54        | 54        | 58        |
| Вид итогового контроля (зачет/экзамен) |                   | зач<br>ет | зач<br>ет | зач<br>ет | зач<br>ет | зач<br>ет | зач<br>ет |

## 2.2. Содержание дисциплины

| Разделы / темы дисциплины              | Пр.занятия<br>(в часах) |    |    |    |    |    |
|--|-------------------------|----|----|----|----|----|
|  | семестры                |    |    |    |    |    |
|  | 1                       | 2  | 3  | 4  | 5  | 6  |
| <b>Модуль 1.</b>                       |                         |    |    |    |    |    |
| Тема 1. Легкая атлетика                | 4                       | 4  | 4  | 4  | 4  | 6  |
| Тема 2. Гимнастика                     | 6                       | 6  | 6  | 6  | 6  | 6  |
| Тема 3. Комплексные занятия.           | 6                       | 6  | 6  | 6  | 6  | 6  |
| Тема 4. Методико-практические занятия. | 2                       | 2  | 2  | 2  | 2  | 4  |
| Модуль 2.                              |                         |    |    |    |    |    |
| Тема 1. Гимнастика                     | 6                       | 6  | 6  | 6  | 6  | 6  |
| Тема 2. Комплексные занятия.           | 6                       | 6  | 6  | 6  | 6  | 6  |
| Тема 3. Методико-практические занятия. | 6                       | 6  | 6  | 6  | 6  | 6  |
| Модуль 3.                              |                         |    |    |    |    |    |
| Тема 1. Спортивные и подвижные игры    | 6                       | 6  | 6  | 6  | 6  | 6  |
| Тема 2. Комплексные занятия.           | 6                       | 6  | 6  | 6  | 6  | 6  |
| Тема 3. Методико-практические занятия. | 6                       | 6  | 6  | 6  | 6  | 6  |
|  | 54                      | 54 | 54 | 54 | 54 | 58 |

## 2.3. Содержание разделов и тем дисциплины

Практический раздел реализуется на учебно-тренировочных и методико-практических занятиях.

Учебно-тренировочные занятия направлены на овладение техникой физических упражнений, повышение уровня физической тренированности, формирование морально-психологических качеств.

Методико-практические занятия предполагают освоение методов и способов формирования учебных, профессиональных и жизненных умений и навыков физической культуры и спорта.

Каждое методико-практическое занятие согласуется с соответствующей теоретической темой. При проведении методико-практических занятий рекомендуется придерживаться следующей примерной схемы:

- в соответствии с планируемой темой занятия преподаватель заблаговременно выдает студентам задание по ознакомлению с рекомендуемой литературой и необходимые указания по ее освоению;

- преподаватель кратко объясняет методику обучения и при необходимости показывает соответствующие приемы, способы выполнения физических упражнений, двигательных действий, специальных приемов для достижения необходимых результатов;

- студенты практически при взаимоконтроле воспроизводят тематические задания под наблюдением преподавателя;

- студентам выдаются индивидуальные рекомендации по практическому самосовершенствованию тематических действий, приемов, способов. Под руководством преподавателя обсуждаются и анализируются итоги выполнения задания.

### **Тема. Легкая атлетика.**

На занятиях осуществляется развитие выносливости, быстроты и ловкости; воспитание волевых качеств.

Упражнения, подлежащие разучиванию и совершенствованию:

- прыжок в длину с места – быстрота и ловкость.

### **Тема. Гимнастика.**

На занятиях осуществляется развитие силы, силовой выносливости, координации, ловкости и гибкости, ритмических и двигательных действий; воспитание настойчивости и упорства, смелости и решительности, совершенствование осанки.

Упражнения, подлежащие разучиванию и совершенствованию

#### ***для юношей:***

- подтягивание на перекладине;
- поднимание гири 16 кг (рывок);
- сгибание и разгибание рук в упоре лёжа;
- поднимание туловища из положения лёжа на спине;
- прыжки со скакалкой – выносливость и ловкость;
- упражнения на тренажерах;

#### ***для девушек:***

- подтягивание в висе лежа с опорой на пятки (перекладина на высоте 90 см);
- сгибание и разгибание рук в упоре лёжа;
- поднимание туловища из положения лёжа на спине;
- приседания на двух ногах за 30 с;
- прыжки со скакалкой – выносливость и ловкость;
- упражнения на тренажерах.

### **Тема. Спортивные и подвижные игры.**

На занятиях осуществляется развитие быстроты, ловкости; формирование навыков в коллективных действиях и снятие эмоционального напряжения.

Игры, подлежащие разучиванию и совершенствованию:

бадминтон и настольный теннис, подвижные игры и эстафеты.

### **Тема. Комплексные занятия.**

На занятиях осуществляется повышение общей и специальной физической подготовленности обучаемых. В содержание занятий входят упражнения из

легкой атлетики и гимнастики; гимнастики и спортивных игр; упражнений на тренажерах и легкой атлетики; подвижных игр и др.

Вначале применяются упражнения на развитие быстроты, ловкости и действия, связанные с тонкой двигательной координацией, затем упражнения на силу, а в конце – на выносливость. Конкретный вариант комплексного занятия определяется в соответствии с периодом и задачами обучения, уровнем физической подготовленности студентов и состоянием учебно-материальной базы.

### **Тема. Методико-практические занятия. (Практическое занятие).**

#### Для студентов первого курса:

1. Методики эффективных и экономичных способов овладения жизненно важными умениями и навыками (ходьба, бег, прыжки).
2. Простейшие методики самооценки работоспособности, усталости, утомления и применения средств физической культуры для их направленной коррекции.
3. Методика составления индивидуальных программ физического самовоспитания и занятия с оздоровительной рекреационной и восстановительной направленностью (медленный бег, и т.д.).
4. Основы методики самомассажа.
5. Методика корригирующей гимнастики для глаз.
6. Методика составления и проведения простейших самостоятельных занятий физическими упражнениями гигиенической или тренировочной направленности.

#### Для студентов второго курса:

1. Методы оценки и коррекции осанки и телосложения.
2. Методы самоконтроля состояния здоровья и физического развития (стандарты, индексы, программы, формулы и др.).
3. Методы самоконтроля за функциональным состоянием организма (функциональные пробы).
4. Методика проведения учебно-тренировочного занятия.
5. Методы самооценки специальной физической и спортивной подготовленности по избранному виду спорта (тесты, контрольные задания).
6. Методика индивидуального подхода и применение средств для направленного развития отдельных физических качеств.
7. Основы методики организации судейства по избранному виду спорта.

#### Для студентов третьего курса:

1. Методы регулирования психоэмоционального состояния, применяемые при занятиях физической культурой и спортом.
2. Средства и методы мышечной релаксации в спорте.
3. Методика самостоятельного освоения отдельных элементов профессионально-прикладной физической подготовки.
4. Методика проведения производственной гимнастики с учетом заданных условий и характера труда.

## **2.4. Образовательные технологии**

### **Инновационные технологии, используемые в преподавании курса:**

1. Доклад (презентация) – публичное сообщение, представляющее собой развернутое изложение определенной темы, вопроса программы. Доклад может быть представлен приглашенным экспертом – руководителем крупного спортивного сооружения. Форма проведения – очное представление доклада, когда группа и докладчик находятся в лекционной аудитории.

2. Игровое обучение – это форма учебного процесса в условных ситуациях, направленная на воссоздание и усвоение общественного опыта во всех его проявлениях: знаниях, навыках, умениях, эмоционально-оценочной деятельности.

Реализация данной формы происходит в процессе освоения техники спортивных движений в различных видах спорта на этапе разучивания и совершенствования. Используются спортивные и подвижные игры по упрощенным правилам, эстафеты, соревнования на первенство учебной группы.

3. Игровые технологии – образовательные технологии, основанные в практике физического воспитания в большей степени на следующих видах педагогических игр: обучающих, тренировочных, воспитательных, развивающих и контролирующих.

## **3. Учебно-методическое и информационное обеспечение**

### **дисциплины**

#### **а) основная литература**

1. Муллер, А. Б. **Физическая культура студента** [Электронный ресурс]: учеб. пособие / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко, А. Ю. Близневский. - Красноярск: Сибирский федеральный университет, 2011. - 172 с. - ISBN 978-5-7638-2126-0. - Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/443255>

#### **б) дополнительная литература**

2. **Валеология: Учебное пособие** / Э.М. Прохорова; Российский государственный университет туризма и сервиса (ГОУВПО "РГУТИС"). - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2014. - 255 с.: 60x90 1/16. - (Высшее образование). (переплет) ISBN 978-5-16-003569-7 - Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/437288>

3. **Здоровье и физическая культура студента: Учебное пособие** / В.А. Бароненко, Л.А. Рапопорт. - 2-е изд., перераб. - М.: Альфа-М: НИЦ ИНФРА-М, 2013. - 336 с.: ил.; 60x90 1/16. (переплет) ISBN 978-5-98281-157-8 - Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/417975>

## **4. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

1. Беговая дорожка «Аэрофит» - 1шт.

2. Велотренажер «Аэрофит» - 1 шт.
3. Мат борцовский – 1 шт.
4. Гребной тренажер «Кеттлер» - 1 шт.
5. Силовой тренажер «Кеттлер» - 1 шт.
6. Мешок(вес 80 кг.) – 1 шт.
7. Шведская стенка – 2 шт.
8. Турник разборный – 1 шт.
9. Стол для занятий настольным теннисом – 1 шт.
10. Скамья для жима штанги – 2 шт.
11. Гриф от штанги – 3 шт.
12. Блины к штанге – 8 шт.
13. Гантели разборные(15 кг.) – 2 шт.
14. Обруч гимнастический – 2 шт.
15. Скакалки – 4 шт.
16. Ракетка бадминтонная – 2 шт.
17. Воланчик – 3 шт
18. Перчатки боксерские – 3 пары.
19. Шлем боксерский спарринговый – 2 шт.
20. Кукла для занятий борьбой (50 кг.) – 1 шт.
21. Кукла для занятий борьбой(80 кг.) – 1 шт.

## **5. Методические рекомендации и указания для преподавателей и студентов**

### **5.1. Методические рекомендации для преподавателя**

Критерием успешности освоения учебного материала (зачета) является экспертная оценка преподавателя, учитывающая:

- регулярность посещения обязательных учебных занятий;
- аттестацию по программе обучения;
- выполнение установленных на данный семестр тестов общей физической и спортивно-технической подготовки для отдельных групп различной спортивной направленности.

В каждом семестре студенты выполняют не менее 5 тестов, характеризующих такие физические качества, как общую и специальную выносливость, силу, ловкость, быстроту, координацию. Контроль физической подготовленности проводится после завершения каждой темы практического раздела.

Студенты, с ограниченными возможностями, поступившие на общих основаниях и студенты, освобожденные по состоянию здоровья от практических занятий на длительный период, выполняют письменную тематическую работу (реферат) и сдают теоретический раздел программы.

Примерные критерии оценки теоретической подготовки

Оценка знаний по физической культуре на зачете предполагает дифференцированный подход к студенту, учет его индивидуальных способностей, степень усвоения и систематизации основного понятийного

аппарата, знаний курса. Оценивается как глубина знаний основных проблем физической культуры, так и умение использовать в практической деятельности основные средства и методы физического воспитания, направленные на формирование здорового образа и стиля жизни.

## **5.2. Методические указания для студентов**

Студентам необходимо регулярно посещать учебные занятия и выполнять установленные тесты общей физической и спортивно-технической подготовки. В каждом семестре студенты выполняют не менее 5 тестов, характеризующих такие физические качества, как общую и специальную выносливость, силу, ловкость, быстроту, координацию.

Студенты, с ограниченными возможностями, поступившие на общих основаниях и студенты, освобожденные по состоянию здоровья от практических занятий на длительный период, выполняют письменную тематическую работу (реферат) и сдают теоретический раздел программы.

Методические рекомендации студентам по написанию рефератов. Обычно реферат для выполнения требует не меньше месячного срока. План работы и ее текущий ход обсуждается с преподавателем. Кроме предложенных в списке тем рефератов, можно по согласованию предлагать и выбирать и другие темы. Содержание реферата должно быть логичным; изложение материала носить проблемно-тематический характер.

Прежде чем выбрать тему, автору необходимо выяснить свой интерес, определить, над какой проблемой он хотел бы поработать, более глубоко ее изучить. Тема работы выбирается, с учетом личного интереса, самостоятельно после общего знакомства с литературой по проблеме, что позволит избежать непроизводительных временных затрат в связи с отсутствием достаточной источниковой базы. При затруднениях целесообразно обратиться за консультацией к преподавателю или, при отсутствии такой возможности в связи со сложившимися обстоятельствами, к библиографу любой библиотеки, тематическому каталогу (книги объединены в перечень по более дробным вопросам и временным рамкам), словарям, справочникам, энциклопедиям, летописям журнальных и газетных статей.

После этого необходимо более детально ознакомиться с источниками и составить предварительный план будущего сочинения, обращая внимание на главные вопросы, ответ на которые и составит содержание работы.

Объем реферата или контрольной работы составляет 15-20 страниц машинописного текста или 20-30 страниц рукописного (ученическая тетрадь 12-18 листов в клетку), оформленного по правилам, предъявляемым к такому виду работ в высших учебных заведениях.

Контрольная работа или реферат включают: титульный лист - сообщается название учебного заведения, тема работы, Ф.И.О. автора, Ф.И.О. преподавателя, место выполнения работы и год. Контрольная работа имеет шифр направления. Оглавление - план работы, содержание работы.

Работа состоит из:

Введение - здесь отмечается актуальность проблемы, т. е. ответ на вопрос - почему выбрана эта тема в качестве самостоятельного сочинения? Например: вызвала интерес своей необычностью, слабо разработана другими авторами, много противоречивых суждений, связана с будущей профессией; историография проблемы - дается краткая характеристика литературы, использованной для написания работы; задачи реферата или контрольной работы - перечисляются основные направления, в рамках которых будет раскрыта тема т. е., что конкретно хотите проанализировать и рассказать.

Основная часть работы может состоять из отдельных глав, деленных на параграфы или просто отдельных частей, посвященных анализу выбранной темы.

Заключение - делаются выводы, к которым пришли в результате рассмотрения проблемы.

Список используемых источников - перечисляются все книги, журнальные статьи, используемые для написания работы.

Выполнение контрольной работы развивает такие практические навыки, как умение самостоятельно работать, критически оценивать материал, правильно цитировать литературу, делать несложные теоретические выводы и т.д.

## **6. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и компетенций.**

### **6.1. Примерная тематика рефератов для студентов с ограниченными возможностями, и временно освобождённых от практических занятий по физической культуре**

Студенты с ограниченными возможностями, и освобожденные от занятий физической культурой по состоянию здоровья, в целях получения зачета и аттестации готовят реферат. Тема реферата выбирается из примерной тематики рефератов и в обязательном порядке согласуется с преподавателем.

#### **Первый курс**

Данные студенты выполняют реферат, в котором необходимо отразить следующие положения:

- характеристика заболевания;
- определение принципов и стратегии образа жизни, способствующего лучшей адаптации к учебной, будущей трудовой и повседневной деятельности;
- содержание, формы и методы физических упражнений, обеспечивающих качество образа жизни»;
- составить комплекс физических упражнений в целях профилактики своего заболевания.

#### **Второй курс**

1. Физическая культура как сфера социальной деятельности (понятие, составные части).
2. Общие и специальные функции физической культуры.
3. Компоненты физической культуры и особенности их использования в социальной практике развития личности.
4. Физическая культура в профессиональной подготовке студентов (цель, задачи, содержание дисциплины, функции, мотивация студентов).
5. Организм как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система.
6. Утомление и восстановление при физической и умственной работе.
7. Средства физической культуры, обеспечивающие устойчивость к умственной и физической работоспособности.
8. Понятие «здоровье», его содержание и критерии.
9. Образ жизни студентов и его влияние на здоровье.
10. Организация труда и отдыха, режим сна и питания студентов как составляющие здорового образа жизни.
11. История развития физической культуры.
12. Личная гигиена и закаливание, гигиенические основы закаливания.
13. Педагогические и медицинские основы профилактики вредных привычек (табакокурения, алкоголя, наркотических средств).
14. Культура межличностного общения и психофизиологическая регуляция поведения как составляющие здорового образа жизни.
15. Воздействие объективных и субъективных факторов учебного процесса на организм студентов.
16. Общие закономерности изменения работоспособности студентов в процессе обучения.
17. Средства физической культуры в регулировании психоэмоционального и функционального состояния студентов.

### **Третий курс**

1. Методические принципы физического воспитания.
2. Общепедагогические и специфические методы физического воспитания.
3. Педагогические и психологические основы обучения движениям в физическом воспитании.
4. Педагогические основы воспитания физических качеств.
5. Формы занятий физическими упражнениями.
6. Самоконтроль в процессе самостоятельных занятий физическими упражнениями.
7. Основные принципы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями.
8. Формы и содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями.
9. Дозирование нагрузки в самостоятельной физической тренировке.
10. Характеристика спорта как сферы социально-культурной деятельности.

11. Система студенческих спортивных соревнований.
12. Современные системы физических упражнений.
13. Экономические основы физической культуры и спорта.
14. Финансирование физической культуры и спорта.
15. Управление физической культурой и спортом.
16. Личная и социально-экономическая необходимость специальной психофизической подготовки человека к трудовой деятельности.
17. Профессионально-прикладная физическая подготовка (цель, задачи, средства и содержание).
18. Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста.
19. Современное олимпийское движение (цель, задачи, функции, проблемы).
20. Физические упражнения, используемые для коррекции телосложения (содержание, средства, методы).

## **6.2. Примерный перечень вопросов к зачету**

Сдача нормативов.

1. Тест на гибкость (юноши, девушки).
2. Сгибание разгибание рук в упоре лежа (девушки, юноши).
3. Поднимание ног в висе на перекладине (юноши).
4. Поднимание туловища из положения лежа на ковре за минуту (девушки).
5. Прыжок в длину с места (юноши, девушки).
6. Подтягивание на перекладине (юноши)
7. Подтягивание в висе лежа с опорой на пятки (девушки).

| № п/п | Название теста   | Юноши       | Девушки     |
|-------|--|-------------|-------------|
| 1     | Гибкость   | 0-25 см.    | 0-25 см.    |
| 2     | Сгибание разгибание рук в упоре лежа                     | 15-70 см.   | 5-25 см.    |
| 3     | Поднимание ног в висе на перекладине                     | 1-25 см.    | -           |
| 4     | Поднимание туловища из положения лежа на ковре за минуту | -           | 12-52       |
| 5     | Прыжок в длину с места                                   | 185-270 см. | 120-210 см. |
| 6     | Подтягивание на перекладине                              | 3-25        | -           |
| 7     | Подтягивание в висе лежа с опорой на пятки               | -           | 3-25        |

Приложение А

«Утверждаю»

Проректор по учебной работе  
М.М. Шибзухов



**Материалы, устанавливающие содержание и порядок проведения  
внутрисеместровых и промежуточных аттестаций с применением БРС**

Приложение к рабочей программе  
по дисциплине  
**«Элективные курсы по физической культуре и спорту»**  
(направление – 48.03.01. Теология,  
**Профиль - Исламская теология)**

Составитель: ст.преподаватель  
Долов З.М.

Цель применения БРС с использованием модульной технологии обучения – повышение качества подготовки высококвалифицированных кадров, побуждение студентов к самостоятельной работе с учебным материалом, повышение интенсивности труда студентов в течение всего учебного года и объективности оценки их знаний, умений, навыков.

**Определение «стоимости» учебных модулей в баллах  
1-6 семестры**

| № | Форма оценивания   | Баллы модулей |           |           |
|---|--|---------------|-----------|-----------|
|   |  | 1 модуль      | 2 модуль  | 3 модуль  |
| 1 | Составление и проведение комплексов ОРУ и ОФП на занятии | 10            | 10        | 10        |
| 2 | Сдача нормативов   | 20            | 20        | 10        |
|   | <b>Итого максимальное количество баллов модуля</b>       | <b>30</b>     | <b>30</b> | <b>20</b> |

**Определение «стоимости» учебных модулей в баллах (для студентов, освобожденных от практических занятий по состоянию здоровья)**

| № | Форма оценивания                                   | Баллы модулей |           |           |
|---|--|---------------|-----------|-----------|
|   |  | 1 модуль      | 2 модуль  | 3 модуль  |
| 1 | Написание реферата                                 | 30            | 30        | 30        |
|   | <b>Итого максимальное количество баллов модуля</b> | <b>30</b>     | <b>30</b> | <b>30</b> |

*Итоговая оценка по дисциплине выставляется по результатам работы студента в течение всего семестра и зачета.*

| Семестр: 1-6                | Модуль 1     | Модуль 2 | Модуль 3 | Итого баллов |
|-----------------------------|--------------|----------|----------|--------------|
| Максимальный балл           | 30           | 30       | 20       | 80           |
| Вид промежуточного контроля | <i>зачет</i> |          |          | 20           |
| Итого баллов за семестр     |              |          |          | 100          |

Шкала соответствия баллов по дисциплине по итогам зачета:

- "зачтено" (более 50 баллов);
- "не зачтено" (менее 50 баллов).

### **Критерии оценки промежуточного контроля**

1. Выполнение комплексов ОФП на занятиях, при этом посещаемость занятий по предмету должна составлять не менее 80% в семестре;
2. Наличие всех сданных нормативов в каждом модуле.
3. Для студентов, освобожденных от практических занятий физической культурой по состоянию здоровья, наличие защищенных рефератов в каждом модуле.