

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Воткинский филиал
Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования
«Ижевский государственный технический университет имени М.Т. Калашникова»
(ВФ ФГБОУ ВО «ИжГТУ имени М.Т. Калашникова»)



УТВЕРЖДАЮ

Директор

/ И. А. Давыдов

12.04 2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Общая физическая подготовка
(наименование – полностью)

направление (специальность) 24.05.01 «Проектирование, производство и эксплуатация ракет и ракетно-космических комплексов»
(шифр, наименование – полностью)

направленность (профиль/программа/специализация) «Ракетно-космические композитные конструкции»
(наименование – полностью)

уровень образования: специалитет

форма обучения: очная
(очная, очно-заочная или заочная)

общая трудоемкость дисциплины составляет: - зачетные единицы

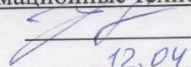
Кафедра: «Естественные науки и информационные технологии»
полное наименование кафедры, представляющей рабочую программу

Составитель: Наводкин Олег Васильевич, старший преподаватель
Соколов Сергей Владимирович, доцент
Ф.И.О. (полностью), степень, звание

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта высшего образования и рассмотрена на заседании кафедры «Естественные науки и информационные технологии»

Протокол от 12 апреля 2021 г. № 2

Заведующий кафедрой «Естественные науки и информационные технологии»

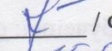
 / К. Б. Сентяков
12.04 2021 г.

СОГЛАСОВАНО

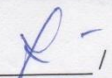
Количество часов рабочей программы и формируемые компетенции соответствуют учебному плану 24.05.01 «Проектирование, производство и эксплуатация ракет и ракетно-космических комплексов»

Протокол заседания учебно-методической комиссии по УГСН 24.00.00 «Авиационная и ракетно-космическая техника» от 15.04 2021 г. № 2

Председатель учебно-методической комиссии
по УГСН 24.00.00 «Авиационная и ракетно-космическая техника»
(шифр и наименование полностью)

 / Ф. А. Уразбахтин
15.04 2021 г.

Руководитель образовательной программы

 / Ф. А. Уразбахтин
15.04 2021 г.

Аннотация к дисциплине

| | |
|--|---|
| Название дисциплины | Физическая культура и спорт, элективная дисциплина (модуль). Общая физическая подготовка |
| Направление (специальность) подготовки | 24.05.01 - Проектирование, производство и эксплуатация ракет и ракетно-космических комплексов |
| Направленность (профиль/программа/специализация) | Ракетно-космические композитные конструкции |
| Место дисциплины | Дисциплина по выбору части, формируемой участниками образовательных отношений Блока 1 «Дисциплины (модули)» ООП |
| Трудоемкость (з.е. / часы) | - з.е./ 328 часов |
| Цель изучения дисциплины | Целью освоения дисциплины является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и к будущей жизни и профессиональной деятельности. Готовности к выполнению нормативов и требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). |
| Компетенции, формируемые в результате освоения дисциплины | УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. |
| Содержание дисциплины (основные разделы и темы) | Легкоатлетическая подготовка Атлетическая гимнастика Лыжная подготовка Плавание Спортивные игры |
| Форма промежуточной аттестации | зачет |

1. Цели и задачи дисциплины:

Целью освоения дисциплины является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и к будущей жизни и профессиональной деятельности. Готовности к выполнению нормативов и требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Задачи дисциплины:

- формирование понимания социальной значимости физической культуры и ее роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- формирование знания научно-биологических 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, психического благополучия, 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 жизни;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

2. Планируемые результаты обучения

В результате освоения дисциплины у студента должны быть сформированы **знания, приобретаемые в ходе освоения дисциплины**

| № п/п З | Знания |
|------------|---|
| 1. | Влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек. |
| 2. | Способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности. |
| 3. | Правила и способы планирования занятий различной целевой направленности, в соответствии с требованиями комплекса ГТО. |

Умения, приобретаемые в ходе освоения дисциплины

| № п/п У | Умения |
|------------|--|
| 1. | Выполнять комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнений атлетической гимнастики. |
| 2. | Выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации. |
| 3. | Преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения. |
| 4. | Выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки. |

| | |
|----|--|
| 5. | Осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий (спортивные, подвижные игры, эстафеты) физической культуры, оказания первой помощи. |
|----|--|

Навыки, приобретаемые в ходе освоения дисциплины

| № п/п | Навыки |
|-------|--|
| 1. | Системой практических умений навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья. |

Компетенции, приобретаемые в ходе освоения дисциплины

| Компетенции | Индикаторы | Знания | Умения | Навыки |
|--|---|--------|-----------|--------|
| УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | УК-7.2 Уметь: - применять средства и методы физического воспитания при организации самостоятельных занятий для сохранения и укрепления здоровья, регулирования физической работоспособности, активного отдыха. | 1,2,3 | 1,2,3,4,5 | - |
| | УК-7.3 Владеть: - основами правильной техники жизненно важных двигательных умений и навыков; - навыками самостоятельного воспитания двигательных способностей; - навыками самоконтроля. | - | - | 1 |

3. Место дисциплины в структуре ООП:

Дисциплина относится к дисциплинам по выбору части, формируемой участниками образовательных отношений Блока 1 «Дисциплины (модули)» ООП. Дисциплина изучается на 1,2,3 курсах, в 1,2,3,4,5 семестрах.

Изучение дисциплины базируется на знаниях, умениях и навыках, полученных при освоении дисциплин (модулей): Физическая культура (среднее (полное) общее образование).

Перечень последующих дисциплин (модулей), для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной учебной дисциплиной (модулем): Физическая культура и спорт.

4. Структура и содержание дисциплины

4.1. Структура дисциплин

| № п/п | Раздел дисциплины. Форма промежуточной аттестации (по семестрам) | Всего часов на раздел | Семестр | Распределение трудоемкости раздела (в часах) по видам учебной работы | | | | | СРС | Содержание самостоятельной работы |
|-------|--|-----------------------|---------|--|-----|-----|-----|-----|-----|-----------------------------------|
| | | | | контактная | | | | СРС | | |
| | | | | лк | пр | лаб | КЧА | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | |
| 1. | Легкоатлетическая подготовка | 124 | 1-5 | - | 124 | - | | - | | Сам. работа не предусмотрена |

| | | | | | | | | |
|----|-------------------------|-----|-----|---|-----|---|---|--|
| 2. | Атлетическая гимнастика | 68 | 1-5 | - | 68 | - | - | Сам. работа не предусмотрена |
| 3. | Лыжная подготовка | 36 | 1-5 | - | 36 | - | - | Сам. работа не предусмотрена |
| 4. | Плавание | 8 | 2 | - | 8 | - | - | Сам. работа не предусмотрена |
| 5. | Спортивные игры | 72 | 1-5 | - | 72 | - | - | Сам. работа не предусмотрена |
| 6. | Контрольные упражнения | 20 | 1-5 | - | 20 | - | - | Сам. работа не предусмотрена |
| 7. | Зачет | | 1-5 | | | | | Зачет выставляется на основе результатов текущего контроля |
| | Итого: | 328 | | | 328 | | | |

4.2. Содержание разделов курса и формируемых в них компетенций

| № п/п | Раздел Дисциплины <i>В таблице приводится только наименование разделов (выделила на примере 2 разделов)</i> | Коды компетенции и индикаторов | Знания | Умения | Навыки | Форма контроля |
|-------|--|--------------------------------|---------|---------|--------|---------------------|
| 1 | Легкоатлетическая подготовка | УК-7.1, 7.2, 7.3 | 1, 2, 3 | 3 | 1 | Практические работы |
| 2 | Атлетическая гимнастика | УК-7.1, 7.2, 7.3 | 1, 2, 3 | 1, 2 | 1 | Практические работы |
| 3 | Лыжная подготовка | УК-7.1, 7.2, 7.3 | 1, 2, 3 | 1, 3 | 1 | Практические работы |
| 4 | Плавание | УК-7.1, 7.2, 7.3 | 1, 2, 3 | 1, 3 | 1 | Практические работы |
| 5 | Спортивные игры | УК-7.1, 7.2, 7.3 | 1, 2 | 3, 4, 5 | 1 | Практические работы |
| 6 | Контрольные упражнения | УК-7.3 | - | - | 1 | Тестирование |

4.3. Наименование тем лекций, их содержание и объем в часах Лекции не предусмотрены учебным планом.

4.4. Наименование тем практических занятий, их содержание и объем в часах

| № п/п | № раздела дисциплины | Наименование практических работ | Трудоемкость (час) |
|-------|----------------------|--|--------------------|
| 1. | 1 | Основные элементы бегового шага | 20 |
| 2. | 1 | Бег с равномерной и переменной скоростью по прямой, развитие выносливости. | 20 |
| 3. | 1 | Техника высокого старта | 20 |
| 4. | 1 | Бег с равномерной скоростью на разных отрезках | 20 |
| 5. | 1 | Бег на короткие дистанции; прыжок в длину с места. | 20 |
| 6. | 1 | Развитие скоростных качеств, координационных способностей. | 24 |
| 7. | 2 | Упражнения для мышц рук. | 12 |
| 8. | 2 | Упражнения для мышц шеи, спины и брюшного пресса. | 12 |
| 9. | 2 | Упражнения для мышц ног. | 12 |

| | | | |
|-----|--------------|-------------------------------|------------|
| 10. | 2 | Упражнения для мышц груди. | 12 |
| 11. | 2 | Комплексная тренировка. | 20 |
| 12. | 3 | Попеременный двухшажный ход | 12 |
| 13. | 3 | Одновременный бесшажный ход | 12 |
| 14. | 3 | Одновременный одношажный ход | 12 |
| 15. | 4 | Плавание | 8 |
| 16. | 5 | Спортивные игры | 72 |
| 17. | 6 | Прием контрольных нормативов. | 20 |
| | Всего | | 328 |

4.5. Наименование тем лабораторных работ, их содержание и объем в часах

Лабораторные работы не предусмотрены учебным планом.

5. Оценочные материалы для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине.

Для контроля результатов освоения дисциплины проводятся:

– тестирование:

1. Тестирование уровня физической подготовленности. –

Практические работы.

1. Оценка техники выполнения физических упражнений.

Примечание: Оценочные материалы приведены в приложении к рабочей программе дисциплины. Промежуточная аттестация по итогам освоения дисциплины – зачет (*без оценки*).

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины:

а) основная литература

1. Пшеничников А.Ф. Физическая культура студента. (Методико-практические занятия) [Электронный ресурс] : учебное пособие / А.Ф. Пшеничников. — Электрон. текстовые данные. — СПб. : Санкт-Петербургский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2012. — 218 с. — 978-5-9227-0386-0. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/19345.html>
2. Общая физическая подготовка в рамках самостоятельных занятий студентов [Электронный ресурс]: учебное пособие/ М.С. Эммерт [и др.].— Электрон. текстовые данные.— Омск: Омский государственный технический университет, 2017.— 112 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/78446.html>.— ЭБС «IPRbooks».

б) дополнительная литература

3. Алаева Л.С. Гимнастика. Общеразвивающие упражнения [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Алаева Л.С., Клецов К.Г., Зябрева Т.И. — Электрон. текстовые данные. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017. — 72 с. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/74262.html>. — ЭБС «IPRbooks».

в) методические указания

7. Капралова А.М., Анисимова А.Ю., Кузнецова Л.Н., Максимова С.Г. Комплексы общеразвивающих упражнений с предметами на занятиях по физической культуре в техническом вузе: учебно-методическое пособие. – Ижевск. – 2017, 48 с.

г) перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети Интернет

1. Электронно-библиотечная система IPRbooks <http://istu.ru/material/elektronno-bibliotechnaya-sistema-iprbooks>
2. Электронный каталог научной библиотеки ИжГТУ имени М.Т. Калашникова Web ИРБИС http://94.181.117.43/cgi-bin/irbis64r_12/cgiirbis_64.exe?LNG=&C21COM=F&I21DBN=IBIS&P21DBN=IBIS
3. Национальная электронная библиотека - <http://нэб.рф>.
4. Мировая цифровая библиотека - <http://www.wdl.org/ru/>
5. Международный индекс научного цитирования Web of Science – <http://webofscience.com>.
6. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU – <https://elibrary.ru/defaultx.asp>
7. Справочно-правовая система КонсультантПлюс <http://www.consultant.ru/>

д) лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

1. Microsoft Office (лицензионное ПО)
2. LibreOffice (свободно распространяемое ПО)
3. Doctor Web (лицензионное ПО)

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины:

1. Лекционные занятия.

Учебные аудитории для лекционных занятий укомплектованы мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории (наборы демонстрационного оборудования (проектор, экран, компьютер/ноутбук).

2. Практические занятия.

- стадион
- спортивный зал

3. Самостоятельная работа

- Помещения для самостоятельной работы оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом к электронной информационно-образовательной среде ВФ ФГБОУ ВО «ИжГТУ имени М.Т. Калашникова»:
 - помещения для самостоятельной работы обучающихся (ауд.№ 224, адрес: 427430, Удмуртская Республика, г. Воткинск, ул. П.И. Шувалова, д. 1).

При необходимости рабочая программа дисциплины (модуля) может быть адаптирована для обеспечения образовательного процесса инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, в том числе для обучения с применением дистанционных образовательных технологий. Для этого требуется заявление студента (его законного представителя) и заключение психологомедико-педагогической комиссии (ПМПК).

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Воткинский филиал
Федерального государственного бюджетного образовательного
учреждения высшего образования
«Ижевский государственный технический университет имени М.Т. Калашникова»
(ВФ ФГБОУ ВО «ИжГТУ имени М.Т. Калашникова»)

**Оценочные средства
по дисциплине**

«Физическая культура и спорт, элективная дисциплина (модуль).
Общая физическая подготовка»

специальность 24.05.01 «Проектирование, производство и эксплуатация ракет и
ракетно-космических комплексов»

код, наименование – полностью

специализация «Ракетно-космические композитные конструкции»

наименование – полностью

уровень образования: специалитет

форма обучения: очная

общая трудоемкость дисциплины составляет: 328 часов

1. Оценочные средства

Оценивание формирования компетенций производится на основе результатов обучения, приведенных в п. 2 рабочей программы и ФОС. Связь разделов компетенций, индикаторов и форм контроля (текущего и промежуточного) указаны в таблице 4.2 рабочей программы дисциплины

Оценочные средства соотнесены с результатами обучения по дисциплине и индикаторами достижения компетенций представлены ниже.

| № п/п | Коды компетенции и индикаторов | Результат обучения (знания, умения и навыки) | Формы текущего и промежуточного контроля |
|-------|--|---|--|
| 2 | УК-7.2 Умеет выполнять комплекс физкультурных упражнений. | З1: влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек. З2: способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности. У1: Выполнять комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнений атлетической гимнастики. У2: Выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации. У3: Преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения. У4: Выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки. У5: Осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий (спортивные, подвижные игры, эстафеты) физической культуры, оказания первой помощи. | Практические работы. Тестирование. |
| 3 | УК-7.3 Имеет практический опыт занятий физической культурой. | Н1. Правила и способы планирования занятий различной целевой направленности, в соответствии с требованиями комплекса ГТО. Н2. Системой практических умений навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья. | Практические работы. Тестирование. |

Описание элементов для оценивания формирования компетенций

Наименование: зачет

Перечень требований для проведения зачета:

По итогам промежуточной формы контроля набрано от 84 до 96 баллов. **Критерии оценки:** Приведены в разделе 2

Наименование: тестирование.

Представление в ФОС: перечень заданий **Варианты заданий:**

Тесты для определения уровня физической подготовленности в 1 семестре

| Виды упражнений | | Оценка | | |
|---|---------|--------|------|------|
| | | 5 | 4 | 3 |
| Подтягивания на высокой перекладине (кол-во раз) | Мужчины | 15 | 12 | 10 |
| Подтягивания на низкой перекладине (кол-во раз) | Женщины | 18 | 12 | 10 |
| Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (см) | Мужчины | +13 | +8 | +6 |
| | Женщины | +16 | +11 | +8 |
| Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту (кол-во раз) | Мужчины | 48 | 37 | 33 |
| | Женщины | 43 | 35 | 32 |
| Бег 1000 м. 500 м. | Мужчины | 3.45 | 4.00 | 4.15 |
| | Женщины | 2.00 | 2.15 | 2.25 |
| Прыжки на скакалке | Мужчины | 130 | 115 | 100 |
| | Женщины | 140 | 125 | 110 |
| Приседание на одной ноге (пр+лев) | Мужчины | 20 | 16 | 13 |
| | Женщины | 16 | 13 | 10 |

Тесты для определения уровня физической подготовленности в 2 семестре

| Виды упражнений | | Оценка | | |
|---|---------|--------|-------|-------|
| | | 5 | 4 | 3 |
| Бег 3000 метров | Мужчины | 12.00 | 13.40 | 14.30 |
| Бег 2000 метров | Женщины | 10.50 | 12.30 | 13.10 |
| Бег 100 метров. | Мужчины | 13.1 | 14.1 | 14.4 |
| | Женщины | 16.4 | 17.4 | 17.8 |
| Прыжок в длину с места | Мужчины | 240 | 225 | 210 |
| | Женщины | 195 | 180 | 170 |
| Передвижение на лыжах 25 мин (км) | Мужчины | 7 | 5 | 4 |
| | Женщины | 5 | 4 | 3 |
| Сгибание рук на параллельных брусьях Отжимание | Мужчины | 15 | 12 | 9 |
| | Женщины | 25 | 20 | 15 |
| Поднимание ног из виса к перекладине Уголок (сек) | Мужчины | 10 | 8 | 6 |
| | Женщины | 5 | 4 | 3 |

Тесты для определения уровня физической подготовленности в 3 семестре

| Виды упражнений | | Оценка | | |
|--|---------|--------|----|----|
| | | 5 | 4 | 3 |
| Подтягивания на высокой перекладине (кол-во раз) | Мужчины | 15 | 12 | 10 |

| | | | | |
|---|---------|------|------|------|
| Подтягивания на низкой перекладине (кол-во раз) | Женщины | 18 | 12 | 10 |
| Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (см) | Мужчины | +13 | +8 | +6 |
| | Женщины | +16 | +11 | +8 |
| Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту (кол-во раз) | Мужчины | 48 | 37 | 33 |
| | Женщины | 43 | 35 | 32 |
| Бег 1000 м. 500 м. | Мужчины | 3.45 | 4.00 | 4.15 |
| | Женщины | 2.00 | 2.15 | 2.25 |
| Прыжки на скакалке (1 мин) | Мужчины | 130 | 115 | 100 |
| | Женщины | 140 | 125 | 110 |
| Приседание на одной ноге | Мужчины | 20 | 16 | 13 |
| | Женщины | 16 | 13 | 10 |

Тесты для определения уровня физической подготовленности в 4 семестре

| Виды упражнений | | Оценка | | |
|---|---------|--------|-------|-------|
| | | 5 | 4 | 3 |
| Бег 3000 метров | Мужчины | 12.00 | 13.40 | 14.30 |
| Бег 2000 метров | Женщины | 10.50 | 12.30 | 13.10 |
| Бег 100 метров. | Мужчины | 13.1 | 14.1 | 14.4 |
| | Женщины | 16.4 | 17.4 | 17.8 |
| Прыжок в длину с места | Мужчины | 240 | 225 | 210 |
| | Женщины | 195 | 180 | 170 |
| Передвижение на лыжах 5 км 3 км | Мужчины | 21.30 | 23.15 | 25.00 |
| | Женщины | 12.00 | 13.30 | 15.00 |
| Сгибание рук на параллельных брусьях Отжимание | Мужчины | 15 | 12 | 9 |
| | Женщины | 25 | 20 | 15 |
| Поднимание ног из виса к перекладине Уголок (сек) | Мужчины | 10 | 8 | 6 |
| | Женщины | 5 | 4 | 3 |

Тесты для определения уровня физической подготовленности в 5 семестре

| Виды упражнений | | Оценка | | |
|---|---------|--------|-----|-----|
| | | 5 | 4 | 3 |
| Подтягивания на высокой перекладине (кол-во раз) | Мужчины | 15 | 12 | 10 |
| Подтягивания на низкой перекладине (кол-во раз) | Женщины | 18 | 12 | 10 |
| Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (см) | Мужчины | +13 | +8 | +6 |
| | Женщины | +16 | +11 | +8 |
| Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту (кол-во раз) | Мужчины | 48 | 37 | 33 |
| | Женщины | 43 | 35 | 32 |
| Прыжки на скакалке (1 мин) | Мужчины | 130 | 115 | 100 |
| | Женщины | 140 | 125 | 110 |
| Приседание на одной ноге (пр+лев) | Мужчины | 20 | 16 | 13 |
| | Женщины | 16 | 13 | 10 |

| | | | | |
|-------------|---------|------|------|------|
| Бег 1000 м. | Мужчины | 3.45 | 4.00 | 4.15 |
| 500 м. | Женщины | 2.00 | 2.15 | 2.25 |

Критерии оценки:

Приведены в разделе 2

Наименование: практические работы

Представление в ФОС: перечень заданий

Варианты заданий:

1. Выполнить физические упражнения, представленные преподавателем, показав удовлетворительный уровень владения техникой двигательного действия.
2. Выполнить физические упражнения в объеме и с интенсивностью, регламентированными преподавателем.

Критерии оценки:

Приведены в разделе 2

2. Критерии и шкалы оценивания

Для контрольных мероприятий (текущего контроля) устанавливается минимальное и максимальное количество баллов в соответствии с таблицей. Контрольное мероприятие считается пройденным успешно при условии набора количества баллов не ниже минимального.

Результат обучения по дисциплине считается достигнутым при успешном прохождении обучающимся всех контрольных мероприятий, относящихся к данному результату обучения.

| Разделы дисциплины | Форма контроля | Количество баллов | |
|---------------------------|------------------------------------|--------------------------|------------|
| | | <i>min</i> | <i>max</i> |
| 1-7, 9-33 | Практические работы (сумма баллов) | 66 | 66 |
| 8 | Тестирование (сумма баллов) | 18 | 30 |
| | Итого | 84 | 96 |

При оценивании результатов практической работы по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости используются следующие критерии. Минимальное количество баллов выставляется обучающемуся при выполнении всех показателей, допускаются несущественные неточности в технике выполнения упражнений.

При оценивании результатов тестирования используются следующие критерии:

| Наименование, обозначение | Показатели выставления минимального количества баллов |
|----------------------------------|--|
| Практические работы | Задания выполнены на оценку «3». Продемонстрирован удовлетворительный уровень владения техникой двигательных действий. |
| Тестирование | Задания выполнены на оценку «3». Продемонстрирован удовлетворительный уровень физической подготовленности. |

Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета.

Итоговая оценка по дисциплине может быть выставлена на основе результатов текущего контроля с использованием следующей шкалы:

| Оценка | Набрано баллов |
|---------------|-----------------------|
| «зачтено» | 84-96 |
| «не зачтено» | 0-83 |

