МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ТЕХНОЛОГИЙ И УПРАВЛЕНИЯ ИМЕНИ К.Г. РАЗУМОВСКОГО (ПЕРВЫЙ КАЗАЧИЙ УНИВЕРСИТЕТ)»

Институт (филиал) ДОНСКОЙ КАЗАЧИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ ПИЩЕВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ И БИЗНЕСА

Кафедра Пищевые технологии и оборудование

«УТВЕРЖДАЮ»
Заведующий кафедрой,
. _____ Павлова И.В.
«24» февраля 2022 г

.

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Б1.О.ДВ.01.01 – Учебно-тренировочный модуль

Направление подготовки **19.03.02 Продукты питания из растительного сырья**

Направленность **Технология хлеба, кондитерских и макаронных изделий функционального и специализированного назначения**

Квалификация выпускника **бакалавр**

Форма обучения ***очно-заочная***

Срок обучения ***4,5 года***

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00AA7853CEFA35F0837BA866654F3503A6
Владелец: Павлятенко Геннадий Владимирович
Действителен: с 08.12.2025 до 03.03.2027

Ростов-на-Дону 2022 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) **«Учебно-тренировочный модуль»** разработана на основании

- федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки *19.03.02 Продукты питания из растительного сырья* (бакалавриат), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 августа 2020 г. N 1041

- учебного плана по основной профессиональной образовательной программе **высшего** образования *19.03.02 Продукты питания из растительного сырья* (бакалавриат) *направленность (профиль)* **Технология хлеба, кондитерских и макаронных изделий функционального и специализированного назначения**

- профессиональный стандарта *«*22.003 Специалист по технологии продуктов питания из растительного сырья*» трудовая функция D/01.6* Организация ведения технологического процесса в рамках принятой в организации технологии производства продуктов питания из растительного сырья, *D/02.6* Управление качеством, безопасностью и прослеживаемостью производства продуктов питания из растительного сырья на автоматизированных технологических линиях, *D/03.6* Разработка системы мероприятий по повышению эффективности технологических процессов производства высококачественных безопасных продуктов питания из растительного сырья, *утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 28 октября 2019 года N 694н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 1 июня 2020 года ,регистрационный N 58531).*

Рабочая программа дисциплины (модуля) разработана рабочей группой в составе к.н., доцента Шенгелая С.А.

Руководитель основной профессиональной образовательной программы, доцент _____ Гайворонская О.В.
(подпись)

Рабочая программа дисциплины (модуля) обсуждена и утверждена на заседании кафедры социально-гуманитарных наук и межкультурных профессиональных коммуникаций

Протокол № 02 от «24» февраля 2022 года

Заведующий кафедрой д.с.н., профессор _____ Нечушкин А.Ю.
(подпись)

Рабочая программа согласована на заседании выпускающей кафедры
Пищевые технологии и оборудование
Протокол № 2 от «24» февраля 2022 года

Заведующий кафедрой к.т.н. Пищевые технологии и оборудование _____ Павлова И.В

Оглавление

1. Цели и задачи дисциплины (модуля) 4
2. Место дисциплины в структуре ОПОП....4
3.Требования к результатам освоения дисциплины (модуля) 4
4. Объем дисциплины (модуля) и виды учебной работы (разделяется по формам обучения5
5. Содержание дисциплины (модуля)....6
5.1 Учебно-тематический план учебной дисциплины....6
5.2. Разделы дисциплины и междисциплинарные связи с обеспечиваемыми (последующими) дисциплинами....7
6. Перечень семинарских, практических занятий и лабораторных работ 7
6.1. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по учебной дисциплине....8
6.2. Методические указания по организации самостоятельной работы студентов 9
7. Примерная тематика курсовых работ (проектов)....9
8 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля) 9
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля) 10
10. Образовательные технологии....10
11. Оценочные средства....11
12. Организация образовательного процесса для лиц с ограниченными возможностями...21
13. Лист регистрации изменений 22

1. Цели и задачи дисциплины (модуля):

Целью учебной дисциплины является формирование способности направленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

Задачи учебной дисциплины:

−укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию;

−обучение жизненно-важным двигательным умениям и навыкам;

−развитие двигательных способностей;

−воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;

−содействие воспитанию нравственных волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП:

Дисциплина Б1.О.ДВ.01.01 «Учебно-тренировочный модуль» относится к общепрофессиональному модулю и к элективным дисциплинам (модулю) физической культуре и спорту учебного плана подготовки бакалавров по направлению 19.03.02 Продукты питания из растительного сырья профилю «Технология бродильных производств и виноделие».

Изучение учебной дисциплины «Учебно-тренировочный модуль» основывается на знаниях и умениях, полученных при освоении общеобразовательной программы, и является базовым для последующего освоения программного материала учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности».

3.Требования к результатам освоения дисциплины (модуля)

Процесс изучения дисциплины (модуля) направлен на формирование следующих компетенций:

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен демонстрировать следующие результаты:

Категория компетенций	**Код компетенции**	**Формулировка компетенции**	**Код и наименование индикатора достижения компетенции**
Универсальные	УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 Знать: виды физических упражнений; научно-практические основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни УК-7.2 Уметь: применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности; использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития физического самосовершенствования, формирования здорового образа и

			стиля жизни УК-7.3 Владеть: средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования

4. Объем дисциплины (модуля) и виды учебной работы (разделяется по формам обучения)

Общая трудоемкость дисциплины, изучаемой в 4 и 5 семестрах, составляет 9 зачетных единиц. По дисциплине предусмотрен *зачет*.

Очно-заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов / зачетных единиц	Семестры			
		4	5		
Аудиторные занятия* (контактная работа)	**4**		-		
В том числе:					
Лекции	4	4	-		
Практические занятия (ПЗ)	-		-		
Семинары (С)	-		-		
Лабораторные работы (ЛР)	-		-		
Контактная работа в ЭИОС	-		-		
Самостоятельная работа* (всего)**	324	176	148		
Вид промежуточной аттестации (*зачет*)					
Общая трудоемкость часы зачетные единицы	328	180	148		

***Самостоятельная работа** – изучение студентами теоретического материала, подготовка к лекциям, лабораторным работам, практическим и семинарским занятиям, оформление конспектов лекций, написание рефератов, отчетов, курсовых работ, проектов, работа в электронной образовательной среде и др. для приобретения новых теоретических и фактических знаний, теоретических и практических умений.*

***Виды самостоятельной учебной работы**: курсовой проект или курсовая работ, расчетно-графическая работа, написание реферата, выполнение типового расчета, домашнее задание (решение задач, перевод текста, конспектирование, составление обзора), подготовка к лабораторным работам и оформление отчетов, научно-исследовательская работа и т.п.*

** для обучающихся по индивидуальному учебному плану количество часов контактной и самостоятельной работы устанавливается индивидуальным учебным планом[1].

Дисциплина реализуется посредством проведения учебных занятий (включая проведение текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся). В соответствии с рабочей программой и тематическим планом изучение дисциплины проходит в форме контактной работы обучающихся с преподавателем и самостоятельной работы обучающихся. При реализации дисциплины предусмотрена аудиторная контактная работа и внеаудиторная контактная работа посредством электронной информационно-образовательной среды. Учебный процесс в аудитории осуществляется в форме практических занятий. успеваемости (тестирование) в электронной информационно-

[1] для обучающихся по индивидуальному учебному плану - учебному плану, обеспечивающему освоение соответствующей образовательной программы на основе индивидуализации ее содержания с учетом особенностей и образовательных потребностей конкретного обучающегося (в том числе при ускоренном обучении, для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов, для лиц, зачисленных для продолжения обучения в соответствии с частью 5 статьи 5 Федерального закона от 05.05.2014 №84-ФЗ «Об особенностях правового регулирования отношений в сфере образования в связи с принятием в Российскую Федерацию Республики Крым и образованием в составе Российской Федерации новых субъектов - Республики Крым и города федерального значения Севастополя и о внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»).

образовательной среде.

5. Содержание дисциплины (модуля)

5.1 Учебно-тематический план учебной дисциплины

Очно-заочной формы обучения

Объем учебных занятий составляет - 4 часа.

Объем самостоятельной работы – 324 часа.

Раздел, тема	Виды учебной работы, академических часов						
	Всего	Самостоятельная работа	Контактная работа обучающихся с преподавателем				
			Всего	Лекционного типа	Семинарского типа	Лабораторные занятия	Контактная работа в ЭИОС
Модуль 1 (семестр 4-5)							
Развитие физических способностей	55	54	1	1	-	-	1
Совершенствование физических способностей	55	54	1	1	-	-	1
Общая и специальная физическая подготовка	54	54			-	-	
Профессионально-прикладная физическая подготовка (начальный уровень)	55	54	1	1	-	-	1
Профессионально-прикладная физическая подготовка (средний уровень)	54	54			-	-	
Профессионально-прикладная физическая подготовка (продвинутый уровень)	55	54	1	1	-	-	1
Контроль, промежуточная аттестация							
Общий объем, часов	**328**	**324**	**4**	**4**	**-**	**-**	**4**
Форма промежуточной аттестации	**зачет**						**-**

1.Развитие физических способностей

- развитие общей выносливости;
- развитие гибкости;
- развитие силовых способностей;
- развитие координационных способностей;
- развитие скоростных способностей.

2.Совершенствование физических способностей

- совершенствование общей выносливости;
- совершенствование гибкости;
- совершенствование силовых способностей;

- совершенствование координационных способностей;
- совершенствование скоростных способностей.

3. Общая и специальная физическая подготовка
   - бег на короткие дистанции;
   - бег на средние дистанции;
   - бег на длинные дистанции;
   - прыжки в длину с места;
   - метание теннисного мяча;
   - силовая подготовка;
   - гимнастика;
   - плавание.

4.Профессионально-прикладная физическая подготовка (начальный уровень)
   - прикладные виды двигательной деятельности.

5. Профессионально-прикладная физическая подготовка (средний уровень)
   - прикладные виды двигательной деятельности.

6. Профессионально-прикладная физическая подготовка (продвинутый уровень)
   - прикладные виды двигательной деятельности.

5.2. Разделы дисциплины и междисциплинарные связи с обеспечиваемыми (последующими) дисциплинами

№ п/п	Наименование обеспечиваемых (последующих) дисциплин	№ разделов и тем данной дисциплины, необходимых для изучения обеспечиваемых (последующих) дисциплин (вписываются разработчиком)								
1	Безопасность жизнедеятельности	1	2	3	4	5	6			

6. Перечень семинарских, практических занятий и лабораторных работ

№ п/п	№ раздела и темы дисциплины (модуля)	Наименование семинарских, практических и лабораторных занятий (работ)	Трудоемкость (час.)	Оценочные средства	Формируемые компетенции
1.	Тема 1.	Развитие физических способностей	-	Устный опрос, тестирование	УК-7
2.	Тема 2.	Совершенствование физических способностей	-	Устный опрос, тестирование	УК-7
3.	Тема 3.	Общая и специальная физическая подготовка	-	Устный опрос, тестирование	УК-7
4.	Тема 4.	Профессионально-прикладная физическая подготовка (начальный уровень)	-	Устный опрос, тестирование	УК-7
5.	Тема 5.	Профессионально-прикладная физическая подготовка (средний уровень)	-	Устный опрос, тестирование	УК-7
6.	Тема 6.	Профессионально-прикладная физическая подготовка (продвинутый уровень)	-	Устный опрос, тестирование	УК-7

6.1. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по учебной дисциплине

Виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Раздел, тема	Всего	Виды самостоятельной работы обучающихся					
		Академическая активность, час	Форма академической активности	Выполнение практ. заданий, час	Форма практического задания	Рубежный текущий контроль, час	Форма рубежного текущего контроля
Семестры 4-5							
Развитие физических способностей	55	43	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	6	Устный опрос, тестирование	6	Устный опрос, итоговое тестирование
Совершенствование физических способностей	55	43	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	6	Устный опрос, тестирование	6	Устный опрос, итоговое тестирование
Общая и специальная физическая подготовка	54	42	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	6	Устный опрос, тестирование	6	Устный опрос, итоговое тестирование
Профессионально-прикладная физическая подготовка (начальный уровень)	55	43	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	6	Устный опрос, тестирование	6	Устный опрос, итоговое тестирование
Профессионально-прикладная физическая подготовка (средний уровень)	54	42	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	6	Устный опрос, тестирование	6	Устный опрос, итоговое тестирование

Профессионально-прикладная физическая подготовка (продвинутый уровень)	55	43	Подготовка к лекционным и практическим занятиям, самостоятельное изучение раздела в ЭИОС	6	Устный опрос, тестирование	6	Устный опрос, итоговое тестирование
Общий объем, часов	**324**	**252**		**36**		**36**	

6.2. Методические указания по организации самостоятельной работы студентов

Освоение обучающимся учебной дисциплины «Учебно-тренировочный модуль» предполагает изучение материалов дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся. Для успешного освоения учебной дисциплины и достижения поставленных целей необходимо внимательно ознакомиться с настоящей рабочей программой учебной дисциплины.

Следует обратить внимание на список основной и дополнительной литературы, которая имеется в электронной библиотечной системе, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

Подготовка к практическому занятию. Подготовка к практическому занятию включает следующие элементы самостоятельной деятельности: четкое представление цели и задач его проведения; выделение навыков умственной, аналитической, научной деятельности, которые станут результатом предстоящей работы. выработка навыков осуществляется с помощью получения новой информации об изучаемых процессах и с помощью знания о том, в какой степени в данное время студент владеет методами исследовательской деятельности, которыми он станет пользоваться на практическом занятии.

Подготовка к устному опросу (собеседованию, дискуссии) выяснение преподавателем уровня владения обучающимся материала по конкретной теме учебной программы. В связи с этим обучающийся должен:

- проработать учебную тему, опираясь на лекционный материал, материал учебника и учебных пособий;
- знать определения основных понятий;
- уметь ясно и последовательно излагать учебный материал;
- убедительно аргументировать собственную позицию;
- продемонстрировать способность видеть связь изучаемой темы с предшествующим материалом.

Подготовка к зачету. В ходе подготовки к зачету обучающийся, в первую очередь, должен систематизировать знания, полученные в ходе изучения дисциплины. К зачету необходимо готовится целенаправленно, регулярно, систематически и с первых дней обучения по данной дисциплине.

7. Примерная тематика курсовых работ (проектов) *не предусмотрены***.**

8 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля):

а) основная литература

1. Абаскалова Н. П., Иашвили М. В., Кривощеков С. Г. Айзман Р. И. Физиологические основы здоровья: Учеб. пос. / Н.П. Абаскалова и др.; Отв. ред. Р.И. Айзман. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2015. - 351 с.

2. Правовые основы физической культуры и спорта: учеб. пособие / Т.Э. Зульфугарзаде. —М.: ИНФРА-М, 2017. —140 с. [Электронный ресурс: http://znanium.com/bookread2.php?book=809916].

3. Мониторинг с элементами спортивной метрологии при занятиях физической культурой и спортом: Учебное пособие / Вериго Л.И., Вышедко А.М., Данилова Е.Н. - Краснояр.:СФУ, 2016. - 224 с. [Электронный ресурс: http://znanium.com/bookread2.php?book=978650].

4. Комплекс практических занятий по гигиене, БЖД и экологии физической культуры, спорта и туризма / С.А. Полиевский, А.А. Иванов, О.В. Григорьева - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2015. - 227 с. [Электронный ресурс: http://znanium.com/bookread2.php?book=518178].

б) дополнительная литература

1. Рефлексивно-деятельностная педагогика как социокультурный фактор развития физической культуры в современном обществе: Монография / Скурихина Н.В. - Краснояр.:СФУ, 2016. [Электронный ресурс: http://znanium.com/bookread2.php?book=974431].

2. Гелецкая, Л.Н. Физическая культура студентов специального учебного отделения[Электронный ресурс] : учеб. пособие / Л. Н. , И. Ю. Бирдигулова, Д. А. Шубин, Р. И. Коновалова. – Красноярск : Сиб. федер. ун-т, 2014. – 220 с. [Электронный ресурс: http://znanium.com/bookread2.php?book=511522].

в) программное обеспечение

1. Microsoft Windows 7 (№ 61273596)
2. Microsoft Office 2013 (№ 61273596)
3.Kaspersky Endpoint Security (№ 2304-180227-081330-327-749)
4.MicroSoft Visual Studio (№ 87411604)

г) базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

1.Договор с ООО "Национальный цифровой ресурс «РУКОНТ»" об оказании услуг по предоставлению доступа к электронным базам данных.

2. Контракт с ООО "ЗНАНИУМ" об оказании услуг по предоставлению доступа к ЭБС «Znanium.com». № 0373100036521000007 от 13.07.2021 С 23.07.2021 по 22.07.2022

3. Договор с ЭБС «Университетская библиотека онлайн». № 11-01/2022 от 18.01.2022

4. Договор с ЭБС «Лань» № 98/2021 от 16.12.2021 С 22.12.2021 по 21.12.2022

5.Официальный интернет-портал базы данных правовой информации http://pravo.gov.ru

6. Научная электронная библиотека http://www.elibrary.ru/

7. http://gks.ru Сайт Федеральной службы государственной статистики

8.www.consultant.ru

9. www.garant.ru

9. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля):

Спортивный зал для борьбы и волейбола для проведения занятий лабораторного и практического типа; для проведения групповых и индивидуальных консультаций; для текущего контроля и промежуточной аттестации.

Спортивное оборудование (маты борцовские, гири, гантели, штанги, сетка волейбольная, мячи волейбольные); Волейбольная площадка.

10. Образовательные технологии:

При проведении учебных занятий ДКГИПТиБ обеспечивает развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерских качеств посредством проведения интерактивных лекций, групповых дискуссий, ролевых игр, тренингов, анализ ситуаций и имитационных моделей, преподавание дисциплин (модулей) в форме курсов, составленных на основе результатов научных исследований, проводимых организацией, в том числе с учетом региональных особенностей профессиональной деятельности выпускников и потребностей работодателей.

При реализации учебной дисциплины применяются различные образовательные технологии, в том числе технологии электронного обучения, используют в учебном процессе активные и интерактивные формы учебных занятий (дискуссии, кейс-метод, ролевые игры, разбор конкретных ситуаций) в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

Учебные часы дисциплины предусматривают классическую контактную работу преподавателя с обучающимся в аудитории и контактную работу посредством электронной информационно-образовательной среды в синхронном и асинхронном режиме (вне аудитории) посредством применения возможностей компьютерных технологий (электронная почта, электронный учебник, тестирование, вебинар,

Возможности различных методов обучения в смысле активизации учебной деятельности различны, они зависят от природы и содержания соответствующего метода, способов их использования, мастерства педагога. Тренировки в зале, игровой площадке, являются формой индивидуально- группового и профессионально-ориентированного обучения на основе реальных или модельных ситуаций применительно ввиду профессиональной деятельности обучающихся.

11. Оценочные средства (ОС):

11.1. Оценочные средства для входного контроля (могут быть в виде тестов с закрытыми или открытыми вопросами).

11.2. Оценочные средств текущего контроля формируются в соответствии с ЛНА (Локальными нормативными актами) университета (могут быть в виде тестов, ситуационных задач, деловых и ролевых игр, диспутов, тренингов и др. Назначение оценочных средств ТК – выявить сформированность компетенций – указать каких конкретно).

Перечень вопросов к устному опросу

1. Физическая культура и спорт как социальные феномены общества, как часть общечеловеческой культуры. Компоненты физической культуры.
2. Организационно-правовые основы физической культуры и спорта.
3. Физическая культура как учебная дисциплина высшего образования.
4. Физическая культура студента. Организация физического воспитания в вузе.
5. Определение потребностей в занятиях физической культурой и спортом современной молодежи.
6. Функциональная активность человека и взаимосвязь физической и умственной деятельности.
7. Утомление и восстановление при физической и умственной работе.
8. Рациональное питание при различных режимах двигательной активности.
9. Витамины и их роль в обмене веществ. Регуляция обмена веществ.
10. Обмен энергии. Состав пищи и суточный расход энергии.
11. Виды физических нагрузок и их интенсивность. Зоны интенсивности.
12. Адаптация к физическим нагрузкам и увеличение мышечной массы.
13. Интервальная нагрузка. Сочетание аэробной и силовой нагрузок.
14. Лечебная физическая культура при различных заболеваниях.
15. Основы методики самомассажа.

16. Понятие «здоровье», его содержание и критерии.
17. Здоровый образ жизни студента. Рациональный режим труда и отдыха.
18. Здоровье человека как ценность и факторы, его определяющие.
19. Взаимосвязь общей культуры студента и его образа жизни.
20. Здоровый образ жизни и характеристики его составляющих.
21. Психофизиологическая характеристика интеллектуальной деятельности и учебного труда студента.
22. Работоспособность и влияние на нее различных факторов.
23. Динамика работоспособности студента в учебном году и факторы, ее определяющие.
24. Средства физической культуры в регулировании функционального состояния студента в экзаменационный период.
25. Методические принципы физического воспитания.
26. Интенсивность физических нагрузок и энергозатраты при физических нагрузках разной интенсивности.
27. Значение мышечной релаксации. Средства и методы мышечного расслабления.
28. Коррекция физического развития телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами физической культуры и спорта.
29. Формы занятий физическими упражнениями.
30. Общая и моторная плотность занятия.
31. Определение понятия «спорт». Его отличие от других видов занятий физическими упражнениями.
32. Массовый спорт и спорт высших достижений. Их цели задачи.
33. Особенности организации и планирования спортивной подготовки в вузе.
34. Единая спортивная классификация.
35. Студенческий спорт. Его организационные особенности.
36. Студенческий спорт. История проведения Универсиад.
37. Универсиада 2013 года в Казани.
38. Универсиада 2013 и волонтерское движение студентов.
39. История комплекса ГТО и БГТО.
40. Мотивация и обоснование индивидуального выбора студентом вида спорта или системы физических упражнений для регулярных занятий.
41. Ценностные ориентации и место физической культуры и спорта в жизни студентов.
42. Профилактика травматизма на занятиях физической культурой и спортом.
43. Пути достижения физической, подготовленности.
44. Виды и методы контроля за эффективностью тренировочных занятий.
45. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спорта.
46. Определение нагрузки при занятиях физическими упражнениями по показателям пульса, жизненного объема легких и частоте дыхания.
47. Использование методов стандартов, антропометрических индексов, функциональных проб и тестов для оценки физического развития, телосложения, функционального состояния организма.
48. Коррекция содержания и методики занятий результатам контроля.
49. Показатели тренированности в покое, при стандартных нагрузках и при предельно напряженной работе.
50. Физическая подготовленность студентов. Основные критерии.
51. Развитие координационных способностей.
52. Методика формирования выносливости.
53. Методика формирования скоростных качеств.
54. Взаимосвязь силовой и общей выносливости.

55. Двигательная активность и физическое развитие человека.
56. Основные факторы, определяющие содержание ППФП студентов.
57. Характер труда специалистов и его влияние на содержание ППФП студентов различных факультетов.
58. Влияние особенностей динамики утомления и работоспособности специалистов на содержание ППФП студентов различных факультетов.
59. Методика подбора средств ППФП студентов.
60. Организация, формы и средства ППФП студентов в вузе.
61. Основное содержание ППФП будущего бакалавра и специалиста.
62. Повышение устойчивости организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды средствами ППФП.
63. Личная и социально-экономическая необходимость специальной и психофизической подготовки к труду.
64. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.
65. Характеристика физической нагрузки для различных групп профессий.
66. Методика составления и проведения комплекса физкультурной паузы.
67. Методика составления и проведения комплекса физкультурной минутки.
68. Развитие профессионально важных физических качеств, двигательных умений и навыков.

Формы контроля самостоятельной работы обучающихся: *устный опрос, итоговое тестирование*

Критерии оценки ответов на вопросы самоподготовки:

Максимальное количество балов 10

оценка «отлично» (8-10балов) выставляется студенту, если ответ полный и правильный; материал изложен в определенной логической последовательности, литературным языком; ответ самостоятельный;

оценка «хорошо» (5-7балов) ответ полный и правильный; материал изложен в определенной логической последовательности, при этом допущены две-три несущественные ошибки, исправленные по требованию преподавателя;

оценка «удовлетворительно» (2-40балов) ответ полный, но при этом допущена существенная ошибка, или неполный, несвязный;

оценка «неудовлетворительно» (0-1балов) при ответе обнаружено непонимание обучающимся основного содержания учебного материала или допущены существенные ошибки, которые обучающийся не смог исправить при наводящих вопросах преподавателя или ответ отсутствует.

Критерии оценивания:

Критерии оценки доклада с презентацией:

Дескрипторы	**Минимальный ответ (0-2 балла)**	**Изложенный, открытый ответ (3-6 балла)**	**Законченный, полный ответ (7-9 балла)**	**Образцовый, примерный, достойный подражания ответ (10 баллов)**
Раскрытие проблемы	Проблема не раскрыта. Отсутствуют выводы.	Проблема раскрыта не полностью. Выводы не сделаны и/или выводы не обоснованы.	Проблема раскрыта. Проведен анализ проблемы без привлечения дополнительной литературы. Не все выводы сделаны и/или обоснованы	Проблема раскрыта полностью. Проведен анализ проблемы с привлечением дополнительной литературы. Выводы обоснованы.
Представление	Представляемая	Представляемая	Представляемая	Представляемая

	информация логически не связана. Не использованы профессиональные термины.	информация не систематизирована и/или не последовательна. Использован 1-2 профессиональный термин.	информация систематизирована и последовательна. Использовано более 2 профессиональных терминов.	информация систематизирована, последовательна и логически связана. Использовано более 5 профессиональных терминов.
Оформление	Не использованы информационные технологии (PowerPoint). Больше 4 ошибок в представляемой информации.	Использованы Информационные технологии (PowerPoint) частично. 3-4 ошибки в представляемой информации.	Использованы информационные технологии (PowerPoint). Не более 2 ошибок в представляемой информации.	Широко использованы Информационные технологии (PowerPoint). Отсутствуют ошибки в представляемой информации.
Ответы на вопросы	Нет ответов на вопросы.	Только ответы на элементарные вопросы.	Ответы на вопросы полные и/или частично полные.	Ответы на вопросы полные с привидением примеров и/или пояснений.

Контроль знаний студентов по дисциплине «Учебно-тренировочный комплекс» включает в себя: входной контроль, текущий контроль, рубежный контроль и промежуточную аттестацию – зачет (*Итоговое тестирование (https://auth.i-exam.ru, Образовательный портал МГУТУ им. К.Г. Разумовского (ПКУ) (mgutm.ru) и др. платформ)*).

11.3. Оценочные средства для промежуточной аттестации (в форме зачета).

Код компетенции	**Содержание компетенции (части компетенции)**	**Результаты обучения**	**Этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы**
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Знать: виды физических упражнений; научно-практические основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни	Этап формирования знаний
УК-7	Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах	Уметь: применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности; использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни	Этап формирования умений
УК-7	Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и	Владеть: средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического	Этап формирования навыков и получения опыта

	философском контекстах	самосовершенствования	

Оценочные средства для оценки текущей успеваемости студентов
Характеристика ОС для обеспечения текущего контроля по дисциплине

Тема/ Раздел	Индекс и уровень формируемой компетенции или дескриптора	ОС	Содержание задания[2]
Общие положения строевого устава Вооружённых сил РФ	УК-7	Устный опрос, тестирование	Устный опрос, итоговое тестирование
Выполнение воинского приветствия с оружием на месте и в движении. Строевые приёмы с оружием.	УК-7	Устный опрос, тестирование	Устный опрос, итоговое тестирование
Выход из строя и возвращение в строй.	УК-7	Устный опрос, тестирование	Устный опрос, итоговое тестирование

Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация проводится в виде - Итогового тестирования[3] *(https://auth.i-exam.ru, Образовательный портал МГУТУ им. К.Г. Разумовского (ПКУ) (mgutm.ru) и др. платформ)*

В итоговое тестирование включается 30 вопросов (по всем изученным темам) по 1 баллу за вопрос. При 100% выполнении можно набрать 30баллов. Баллы по вопросам имеющие 2 и более ответа делаться на количество правильных ответов и учитываются только, те части, которые получили правильный ответ (Например в задании 2 правильных ответа, то при ответе указав 1 правильный будет выставлено 0,5 балла).

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЗАЧЕТУ.

1. Физическая культура и спорт как социальные феномены общества, как часть общечеловеческой культуры. Компоненты физической культуры.
2. Организационно-правовые основы физической культуры и спорта.
3. Физическая культура как учебная дисциплина высшего образования.
4. Физическая культура студента. Организация физического воспитания в вузе.
5. Определение потребностей в занятиях физической культурой и спортом современной молодежи.
6. Функциональная активность человека и взаимосвязь физической и умственной деятельности.
7. Утомление и восстановление при физической и умственной работе.
8. Рациональное питание при различных режимах двигательной активности.
9. Витамины и их роль в обмене веществ. Регуляция обмена веществ.
10. Обмен энергии. Состав пищи и суточный расход энергии.
11. Виды физических нагрузок и их интенсивность. Зоны интенсивности.
12. Адаптация к физическим нагрузкам и увеличение мышечной массы.
13. Интервальная нагрузка. Сочетание аэробной и силовой нагрузок.
14. Лечебная физическая культура при различных заболеваниях.
15. Основы методики самомассажа.
16. Понятие «здоровье», его содержание и критерии.
17. Здоровый образ жизни студента. Рациональный режим труда и отдыха.

[2] Содержание задания будет представлено в методических указаниях к практическим занятиям и самостоятельной работе

[3] Примерные тесты будет представлены в методических указаниях к практическим занятиям и самостоятельной работе

18. Здоровье человека как ценность и факторы, его определяющие.
19. Взаимосвязь общей культуры студента и его образа жизни.
20. Здоровый образ жизни и характеристики его составляющих.
21. Психофизиологическая характеристика интеллектуальной деятельности и учебного труда студента.
22. Работоспособность и влияние на нее различных факторов.
23. Динамика работоспособности студента в учебном году и факторы, ее определяющие.
24. Средства физической культуры в регулировании функционального состояния студента в экзаменационный период.
25. Методические принципы физического воспитания.
26. Интенсивность физических нагрузок и энергозатраты при физических нагрузках разной интенсивности.
27. Значение мышечной релаксации. Средства и методы мышечного расслабления.
28. Коррекция физического развития телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами физической культуры и спорта.
29. Формы занятий физическими упражнениями.
30. Общая и моторная плотность занятия.
31. Определение понятия «спорт». Его отличие от других видов занятий физическими упражнениями.
32. Массовый спорт и спорт высших достижений. Их цели задачи.
33. Особенности организации и планирования спортивной подготовки в вузе.
34. Единая спортивная классификация.
35. Студенческий спорт. Его организационные особенности.
36. Студенческий спорт. История проведения Универсиад.
37. Универсиада 2013 года в Казани.
38. Универсиада 2013 и волонтерское движение студентов.
39. История комплекса ГТО и БГТО.
40. Мотивация и обоснование индивидуального выбора студентом вида спорта или системы физических упражнений для регулярных занятий.
41. Ценностные ориентации и место физической культуры и спорта в жизни студентов.
42. Профилактика травматизма на занятиях физической культурой и спортом.
43. Пути достижения физической, подготовленности.
44. Виды и методы контроля за эффективностью тренировочных занятий.
45. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спорта.
46. Определение нагрузки при занятиях физическими упражнениями по показателям пульса, жизненного объема легких и частоте дыхания.
47. Использование методов стандартов, антропометрических индексов, функциональных проб и тестов для оценки физического развития, телосложения, функционального состояния организма.
48. Коррекция содержания и методики занятий результатам контроля.
49. Показатели тренированности в покое, при стандартных нагрузках и при предельно напряженной работе.
50. Физическая подготовленность студентов. Основные критерии.
51. Развитие координационных способностей.
52. Методика формирования выносливости.
53. Методика формирования скоростных качеств.
54. Взаимосвязь силовой и общей выносливости.
55. Двигательная активность и физическое развитие человека.
56. Основные факторы, определяющие содержание ППФП студентов.

57. Характер труда специалистов и его влияние на содержание ППФП студентов различных факультетов.

58. Влияние особенностей динамики утомления и работоспособности специалистов на содержание ППФП студентов различных факультетов.

59. Методика подбора средств ППФП студентов.

60. Организация, формы и средства ППФП студентов в вузе.

61. Основное содержание ППФП будущего бакалавра и специалиста.

62. Повышение устойчивости организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды средствами ППФП.

63. Личная и социально-экономическая необходимость специальной и психофизической подготовки к труду.

64. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.

65. Характеристика физической нагрузки для различных групп профессий.

66. Методика составления и проведения комплекса физкультурной паузы.

67. Методика составления и проведения комплекса физкультурной минутки.

68. Развитие профессионально важных физических качеств, двигательных умений и навыков.

Оценочные средства, обеспечивающие диагностику сформированности компетенций, заявленных в рабочей программе по дисциплине

Результат диагностики сформированности компетенций	**Показатели**	**Критерии**	**Соответствие/ несоответствие**	**Зачет**
Знать: виды физических упражнений; научно-практические основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни	Теоретический блок вопросов. Уровень освоения программного материала, логика и грамотность изложения, умение самостоятельно обобщать и излагать материал	Уровень знаний	Значения критерия: Сумма баллов (max=10) по следующим критериям оценки: Недостаточный – 0-6 балла Пороговый – 7 балла Продвинутый – 8 баллов Высокий – 9-10 баллов	Сумма баллов: 0 - 19 - «экзамен не сдан», 20-30 – «экзамен сдан[4]»
Уметь: применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности; использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития физического самосовершенствования, формирования здорового	Практическое применение теоретических положений применительно к профессиональным задачам, обоснование принятых решений	Уровень умений	Значения критерия: Сумма баллов (max=10) по следующим критериям оценки: Недостаточный – 0-6 балла Пороговый – 7 балла Продвинутый – 8 баллов Высокий – 9-10 баллов	

[4] Оценка за экзамен выставляется согласно Положению о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости студентов федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Московский государственный университет технологий и управления имени К.Г. Разумовского (Первый казачий университет)»

образа и стиля жизни				
Владеть: средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования	Владение навыками и умениями при выполнении заданий, самостоятельность, умение обобщать и излагать материал.	Уровень владений	Значения критерия: Сумма баллов (max=10) по следующим критериям оценки: Недостаточный – 0-6 балла Пороговый – 7 балла Продвинутый – 8 баллов Высокий – 9-10 баллов	

Критерии оценивания результатов обучения

Планируемые результаты обучения	**Оценочная шкала**		
	3	**4**	**5**
Знать: виды физических упражнений; научно-практические основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни	освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала	твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения	глубоко и прочно освоил программный материал, исчерпывающе, последовательно и грамотно, логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок
Уметь: применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности; использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни	испытывает затруднения в выполнении практических заданий, задание выполнено с ошибками, отсутствуют логические выводы и заключения к решению	владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий, задания выполняет верно, отмечается хорошее развитие аргумента, однако отмечены погрешности в ответе, скорректированные при собеседовании	свободно справляется с практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, задание выполнено верно, даны ясные аналитические выводы к решению задания, подкрепленные теорией
Владеть: средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования			

Шкала оценивания в зависимости от уровня сформированности компетенций

Уровень сформированности компетенций

«недостаточный» Компетенции не сформированы. Знания отсутствуют, умения и навыки не сформированы	**«пороговый»** Компетенции сформированы. Сформированы базовые структуры знаний. Умения фрагментарны и носят репродуктивный характер. Демонстрируется низкий уровень самостоятельности практического навыка.	**«продвинутый»** Компетенции сформированы. Знания обширные, системные. Умения носят репродуктивный характер применяются к решению типовых заданий. Демонстрируется достаточный уровень самостоятельности устойчивого практического навыка.	**«высокий»** Компетенции сформированы. Знания твердые, аргументированные, всесторонние. Умения успешно применяются к решению как типовых, так и нестандартных творческих заданий. Демонстрируется высокий уровень самостоятельности, высокая адаптивность практического навыка
Описание критериев оценивания			
Обучающийся демонстрирует: - существенные пробелы в знаниях учебного материала; - допускаются принципиальные ошибки при ответе на основные вопросы билета, отсутствует знание и понимание основных понятий и категорий; - непонимание сущности дополнительных вопросов в рамках заданий билета; - отсутствие умения выполнять практические задания, предусмотренные программой дисциплины; - отсутствие готовности (способности) к дискуссии и низкая степень контактности.	Обучающийся демонстрирует: - знания теоретического материала; - неполные ответы на основные вопросы, ошибки в ответе, недостаточное понимание сущности излагаемых вопросов; - неуверенные и неточные ответы на дополнительные вопросы; - недостаточное владение литературой, рекомендованной программой дисциплины; - умение без грубых ошибок решать практические задания, которые следует выполнить.	Обучающийся демонстрирует: - знание и понимание основных вопросов контролируемого объема программного материала; - твердые знания теоретического материала; -способность устанавливать и объяснять связь практики и теории, выявлять противоречия, проблемы и тенденции развития; - правильные и конкретные, без грубых ошибок ответы на поставленные вопросы; - умение решать практические задания, которые следует выполнить; - владение основной литературой, рекомендованной программой дисциплины; - наличие собственной обоснованной позиции по обсуждаемым вопросам. Возможны незначительные оговорки и неточности в раскрытии отдельных положений вопросов билета, присутствует неуверенность в ответах на	Обучающийся демонстрирует: - глубокие, всесторонние и аргументированные знания программного материала; - полное понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых процессов и явлений, точное знание основных понятий в рамках обсуждаемых заданий; - способность устанавливать и объяснять связь практики и теории; - логически последовательные, содержательные, конкретные и исчерпывающие ответы на все задания билета, а также дополнительные вопросы экзаменатора; - умение решать практические задания; - свободное использование в ответах на вопросы материалов рекомендованной основной и дополнительной литературы.

		дополнительные вопросы.	
Оценка «неудовлетворительно»	**Оценка «удовлетворительно»**	**Оценка «хорошо»**	**Оценка «отлично»**

Оценочный лист результатов обучения по дисциплине

Код компетенции	Уровень сформированности компетенции на данном этапе / оценка
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Оценка по дисциплине	

Оценка по дисциплине зависит от уровня сформированности компетенций, закрепленных за дисциплиной, и представляет собой среднее арифметическое от выставленных оценок по отдельным компетенциям.
Оценка «отлично» выставляется, если среднее арифметическое находится в интервале от 4,5 до 5,0.
Оценка «хорошо» выставляется, если среднее арифметическое находится в интервале от 3,5 до 4,4.
Оценка «удовлетворительно» выставляется, если среднее арифметическое находится в интервале от 2,5 до 3,4.
Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если среднее арифметическое находится в интервале от 0 до 2,4.

12. Организация образовательного процесса для лиц с ограниченными возможностями.

Организация образовательного процесса для лиц с ограниченными возможностями осуществляется в соответствии с «Методическими рекомендациями по организации образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в образовательных организациях высшего образования, в том числе оснащенности образовательного процесса» Министерства образования и науки РФ от 08.04.2014г. № АК-44/05вн.

В образовательном процессе используются социально-активные и рефлексивные методы обучения, технологии социокультурной реабилитации с целью оказания помощи в установлении полноценных межличностных отношений с другими студентами, создании комфортного психологического климата в студенческой группе.

Студенты с ограниченными возможностями здоровья, в отличие от остальных студентов, имеют свои специфические особенности восприятия, переработки материала. Подбор и разработка учебных материалов производится с учетом индивидуальных особенностей.

Предусмотрена возможность обучения по индивидуальному графику, при составлении которого возможны различные варианты проведения занятий: в академической группе и индивидуально, на дому с использованием дистанционных образовательных технологий.

13. Лист регистрации изменений

№ п/п	Содержание изменения	Реквизиты документа об утверждении изменения	Дата введения изменения
1.	Утверждена и введена в действие решением кафедры *Пищевые технологии и оборудование* на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки *19.03.02 Продукты питания из растительного сырья* (бакалавриат), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 1041 от 17.08.2020	Протокол заседания кафедры № 9 от «21» мая 2021года	01.09.2021г.
2.	Актуализирована на основании приказа Минобрнауки России от 26.11.2020 № 1456 и введена в действие в действие решением кафедры *Пищевые технологии и оборудование*	Протокол заседания кафедры No 1 от «30» августа 2021 года	01.09.2021г.
3.	Актуализирована на основании приказаМинобрнауки России от 26.11.2020 № 1456 и введена в действие в действие решением кафедры «Пищевые технологии и оборудование»	Протокол заседаниякафедры No 2 от «24» февраля 2022 года	24.02.2022 г.
4.	*	Протокол заседания кафедры № ____ от «____» сентября 20____ года	__.__.____

* Типовые примеры содержание изменений в РПД:

Причины, повлекшие изменения	Примерная формулировка
РПД не изменялась	Утверждено экспертное заключение об актуальности рабочей программы учебной дисциплины «Наименование учебной дисциплины» по направлению подготовки Ши.фр.НП Наименование направления подготовки (уровень образования)
Вступил в силу новый нормативно-правовой акт, вносящий принципиальные изменения в образовательную деятельность. *Например, 01.09.2013 г. вступил в силу новый Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»*	Внесены изменения в связи с вступлением в силу с дд.мм.20гг наименование нормативно-правового акта с указанием его реквизитов
Переход на новые стандарты, если приказом Минобрнауки России отменены ранее действовавшие. *Например, переход с ФГОС ВО(ФГОС 3++), на ФГОС ВО (ФГОС 3++)*	Актуализирована в соответствии с вступлением в силу Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки Ши.фр.НП Наименование направления подготовки (уровень образования), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от ДД.ММ.ГГГГ г. № _____
Внесены изменения под влиянием требований реального рынка труда, требований работодателей и проч.	Актуализирована с учетом развития науки, техники, культуры, экономики, техники, технологий и социально сферы