МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Донской казачий государственный институт пищевых технологий и бизнеса (филиал) федерального государственного бюджетного образовательного учреждения «Московский государственный университет технологий и управления имени К.Г. Разумовского (Первый казачий университет)»

УТВЕРЖДАЮ
И.о. директора ДКГИПТиБ (филиала)
_____Г.В. Павлятенко
«23» апреля 2024 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Б1.О.ДВ.01.03 Секционно-спортивный модуль

Кафедра:	Социально-гуманитарных наук и межкультурных профессиональных коммуникаций
Направление подготовки:	19.03.02 Продукты питания из растительного сырья
Направленность (профиль):	Технология бродильных производств и виноделие
Квалификация выпускника:	Бакалавр
Форма обучения:	заочная
Год набора:	2022
Общая трудоемкость:	328 часов/0 з.е.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

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

Ростов-на-Дону, 2024 г.

Программу составил(и):
к.с.н. доц. Шенгелая С.А.

Рабочая программа дисциплины (модуля)
"Секционно-спортивный модуль"
разработана составлена на основании учебного плана, утвержденного ученым советом 25 мая 2023 г. протокол № 11 в соответствии
с ФГОС ВО Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 19.03.02 Продукты питания из растительного сырья (приказ Минобрнауки России от 17.08.2020 г. № 1041)

Рабочая программа обсуждена на заседании обеспечивающей кафедры
Социально-гуманитарных наук и межкультурных профессиональных коммуникаций
Протокол от 02 апреля 2024 г. № 9
Зав. кафедрой Гайломазова Елена Сергеевна
Рабочая программа согласована на заседании выпускающей кафедры
Индустрия питания и товарная экспертиза
Протокол от 23 апреля 2024 г. № 10

Зав. кафедрой Назаренко Сергей Александрович

СОДЕРЖАНИЕ

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ И ОБЪЕМ С РАСПРЕДЕЛЕНИЕМ ПО СЕМЕСТРАМ

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), СООТНЕСЕННЫЕ С РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

5. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

6. ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

9. ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ДЛЯ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1. Цели:

Цель дисциплины (модуля)- формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности

1.2. Задачи:

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 (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ И ОБЪЕМ С РАСПРЕДЕЛЕНИЕМ ПО КУРСАМ

Цикл (раздел) ОП: Б1.О

Дисциплина относится к обязательной части ОПОП и обязательна для освоения.

Связь с предшествующими дисциплинами (модулями), практиками

№ п/п	Наименование	Курс	Шифр компетенции
1	Физическая культура и спорт	1	УК-7

Распределение часов дисциплины

Курс	2		3		Итого	
Вид занятий	УП	РП	УП	РП		
Лекции	2	2			2	2
Итого ауд.	2	2			2	2
Контактная работа	2	2			2	2
Сам. работа	162	162	160	160	322	322
Часы на контроль			4	4	4	4
Итого	164	164	164	164	328	328

Вид промежуточной аттестации:

Зачёт 3 курс

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), СООТНЕСЕННЫЕ С РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Процесс изучения дисциплины (модуля) направлен на формирование следующих компетенций и индикаторов их

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

УК-7.1: Знает виды физических упражнений; научно-практические основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни

УК-7.2: Умеет 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: Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименования разделов, тем, их краткое содержание и результаты освоения /вид занятия/	Курс	Часов	Инте ракт.	Прак. подг.	Индикаторы достижения компетенции	Оценочные средства
	Раздел 1.Секционно-спортивный модуль						
1.1	**Тема 1. Легкая атлетика** **Краткое содержание: Тренировки по бегу на разные дистанции, Овладение техникой прыжков**	2	1	0	0	УК-7.1	устный опрос, тестирование

	(высота, длина, тройной прыжок), Развитие навыков метания (копье, диск, молот), Улучшение выносливости и скорости **Знать: Основные правила и технику бега на различные дистанции; Технику прыжков в высоту, длину и тройной прыжок; Технику метания различных снарядов; Принципы и методы тренировки для улучшения выносливости и скорости /Лек/**						
1.2	**Тема 2. Гимнастика** **Краткое содержание: Основы гимнастических элементов (сальто, руки-стойка, шпагат и др.), Развитие гибкости и силы, Улучшение равновесия и координации движений** **Знать: Основные гимнастические элементы; Принципы развития гибкости и силы в гимнастике; Правильную технику выполнения различных гимнастических движений /Лек/**	2	1	0	0	УК-7.1	устный опрос, тестирование
1.3	**Тема 1. Легкая атлетика Краткое содержание: Тренировки по бегу на разные дистанции, Овладение техникой прыжков (высота, длина, тройной прыжок), Развитие навыков метания (копье, диск, молот), Улучшение выносливости и скорости** **Знать: Основные правила и технику бега на различные дистанции; Технику прыжков в высоту, длину и тройной прыжок; Технику метания различных снарядов; Принципы и методы тренировки для улучшения выносливости и скорости** **Уметь: Применять правильную технику бега на различные дистанции, с учетом старта, ускорения и финиша;** **Владеть: Выносливостью, позволяющей участвовать в забегах на различные дистанции и поддерживать высокий темп в течение длительного времени; Скоростью, позволяющей достигать хороших результатов в беге и прыжках; Координацией и точностью в метании различных снарядов /Ср/**	2	42	0	0	УК-7.1,УК-7.2,УК-7.3	вопросы к самоподготовке
1.4	**Тема 2. Гимнастика Краткое содержание: Основы гимнастических элементов (сальто, руки-стойка, шпагат и др.), Развитие гибкости и силы, Улучшение равновесия и координации движений**	2	60	0	0	УК-7.1,УК-7.2,УК-7.3	вопросы к самоподготовке

	Знать: Основные гимнастические элементы; Принципы развития гибкости и силы в гимнастике; Правильную технику выполнения различных гимнастических движений **Уметь: Выполнять основные гимнастические элементы с правильной техникой и безопасностью; Правильно разогреваться перед тренировкой и выполнять растяжку после нее;** **Владеть: Гибкостью и силой, необходимыми для выполнения различных гимнастических элементов; Координацией движений и равновесием, что позволяет выполнять сложные комбинации и управлять своим телом /Ср/**						
1.5	**Тема 3. Футбол Краткое содержание: Основы техники паса и удара, Тактика игры и позиционирование на поле, Улучшение выносливости и скорости, Тренировки по дриблингу и контролю мяча** **Знать: Основы техники паса и удара, включая различные типы пасов и ударов; Тактику игры в футбол, включая понимание различных формаций и тактических приемов; Позиционирование на поле и роли игроков в различных зонах; Основные правила футбола и их применение в игре** **Уметь: Выполнять правильную технику паса и удара с мячом; Применять тактические приемы и стратегии в игре, в зависимости от ситуации на поле; Правильно позиционироваться на поле и выполнять роль в соответствии с выбранной тактикой команды** **Владеть: Навыками тактического мышления и адаптации к изменяющимся ситуациям на поле; Навыками дриблинга и контроля мяча, позволяющими успешно обходить соперников и удерживать мяч под контролем /Ср/**	2	60	0	0	УК-7.1,УК-7.2,УК-7.3	вопросы к самоподготовке
1.6	**Тема 4. Баскетбол Краткое содержание: Основы бросков и передач, Тактика командной игры и схемы атаки, Развитие прыжковой высоты и координации движений, Улучшение навыков обороны и блокировки** **Знать: Основы бросков и передач в баскетболе; Основные правила**	3	52	0	0	УК-7.1,УК-7.2,УК-7.3	вопросы к самоподготовке

	игры и нормы поведения на площадке; Различные тактические схемы атаки и обороны; Основы прыжковой техники и развитие прыжковой высоты **Уметь: Корректно выполнять основные броски и передачи; Применять тактические схемы атаки и обороны в различных ситуациях игры; Прыгать с правильной техникой и достигать оптимальной высоты** **Владеть: навыками бросков и передач, чтобы выполнять их точно и силой; Навыками обороны, включая блокировку и перехват мяча /Ср/**						
1.7	**Тема 5. Волейбол Краткое содержание: Основы паса, подачи и атаки, Техника передвижений и позиционирование на площадке, Развитие ловкости и реакции, Тактика игры в различных ситуациях** **Знать: Основы паса, подачи и атаки в волейболе; Правила игры и основные термины, связанные с волейболом; Роли и обязанности игроков на площадке** **Уметь: Осуществлять корректные пасы, подачи и атаки с использованием правильной техники; Перемещаться по площадке в соответствии с требованиями игровой ситуации; Принимать решения и применять тактические приемы для эффективной игры в различных ситуациях** **Владеть: Навыками точного и направленного паса, подачи и атаки волейбольного мяча; Навыками командной работы и сотрудничества с партнерами на площадке /Ср/**	3	62	0	0	УК-7.1,УК-7.2,УК-7.3	вопросы к самоподготовке
1.8	**Тема 6. Настольный теннис** **Краткое содержание: Основы настольного тенниса, Техника и тактика игры, Физическая подготовка, Ментальная подготовка** **Знать: Правила и оборудование настольного тенниса; Основы техники ударов: форхэнд, бэкхэнд, подача и блок; Тактические приемы и стратегии игры** **Уметь: Выполнять правильные удары в теннисе, включая форхэнд, бэкхэнд и подачу; Осуществлять передвижения по корту, чтобы**	3	46	0	0	УК-7.1,УК-7.2,УК-7.3	вопросы к самоподготовке

	быть в оптимальной позиции для ударов; Применять различные тактики игры в зависимости от ситуации на корте **Владеть: Навыками координации и точности ударов в теннисе /Ср/**						
	Раздел 2.Контроль						
2.1	**Зачет** **Знать: виды физических упражнений; научно-практические основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни** **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** **Владеть: средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования /Зачёт/**	3	4	0	0	УК-7.1,УК-7.2,УК-7.3	вопросы к зачету, тестирование

Перечень применяемых активных и интерактивных образовательных технологий:
Здоровьесберегающая образовательная технология

Игровая технология

Обучение двигательным действиям

Развитие физических качеств

5. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Самостоятельная (внеаудиторная) работа обучающегося (далее - СРС) – это планируемая учебная, практическая, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во
внеаудиторное время (свободное от аудиторных учебных занятий) по заданию и при методическом руководстве педагогического работника, отнесенного к профессорско-преподавательскому составу (далее – преподаватель) и (или) лиц, привлекаемых к реализации образовательных программ на иных условиях, но без их непосредственного участия.
СРС по заданию и при методическом руководстве преподавателя и (или) лиц, привлекаемых к реализации образовательных программ на иных условиях, реализуется во время групповых консультаций и (или) индивидуальной работы обучающихся с преподавателями Университета и (или) лиц, привлекаемых к реализации образовательных программ на иных условиях (в том числе индивидуальных консультаций), а также во время текущего контроля выполнения заданий, отнесенных к самостоятельной работе обучающихся.
Целью СРС является овладение формирование компетенций через овладение знаниями, умениями и навыками профессиональной деятельности по направлению подготовки (специальности). Самостоятельная работа является обязательной для каждого обучающегося.
Формы самостоятельной работы обучающихся определяются преподавателями кафедр Университета при разработке рабочих программ дисциплин (модулей), рабочих программ практик, НИР, программ государственной итоговой (итоговой) аттестации, методических указаний по выполнению практических, лабораторных работ, написанию курсовых работ/проектов и ВКР в соответствии с их содержанием.
В университете оборудованы специальные помещения для самостоятельной работы обучающихся. Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно

-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

6. ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

6.1. Перечень компетенций с указанием этапов формирования индикаторов их достижения в процессе освоения ОПОП

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

Недостаточный уровень:

Не знает виды физических упражнений; научно-практические основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни

Не умеет 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

Не владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования

Пороговый уровень:

Удовлетворительно знает виды физических упражнений; научно-практические основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни

Удовлетворительно умеет 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

Удовлетворительно владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования

Продвинутый уровень:

Хорошо знает виды физических упражнений; научно-практические основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни

Хорошо умеет 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

Хорошо владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования

Высокий уровень:

Отлично знает виды физических упражнений; научно-практические основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни

Отлично умеет 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

Отлично владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования

6.2. Шкала оценивания в зависимости от уровня сформированности компетенций

Уровень сформированности компетенций

Характеристики индикаторов достижения компетенций	**1. Недостаточный: компетенции не сформированы.**	**2. Пороговый: компетенции сформированы.**	**3. Продвинутый: компетенции сформированы.**	**4. Высокий: компетенции сформированы.**
Знания:	Знания отсутствуют.	Сформированы базовые структуры знаний.	Знания обширные, системные.	Знания твердые, аргументированные, всесторонние.
Умения:	Умения не сформированы.	Умения фрагментарны и носят репродуктивный характер.	Умения носят репродуктивный характер применяются к решению типовых заданий.	Умения успешно применяются к решению как типовых, так и нестандартных творческих заданий.
Навыки:	Навыки не сформированы.	Демонстрируется низкий уровень самостоятельности практического навыка.	Демонстрируется достаточный уровень самостоятельности устойчивого практического навыка.	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 дополнительные вопросы.	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.
Оценка «незачет», «неудовлетворительно»	**Оценка «зачтено/удовлетворительно», «удовлетворительно»**	**Оценка «зачтено/хорошо», «хорошо»**	**Оценка «зачтено/отлично», «отлично»**

Оценочные средства, обеспечивающие диагностику сформированности компетенций, заявленных в рабочей программе по дисциплине (молулю) для проведения промежуточной аттестации

ОЦЕНИВАНИЕ УРОВНЯ ЗНАНИЙ: Теоретический блок вопросов. Уровень освоения программного материала, логика и грамотность изложения, умение самостоятельно обобщать и излагать материал.
1. Недостаточный уровень
Не знает виды физических упражнений; научно-практические основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни
Не умеет 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
Не владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования
2. Пороговый уровень
Удовлетворительно знает виды физических упражнений; научно-практические основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни
Удовлетворительно умеет 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
Удовлетворительно владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования
3. Продвинутый уровень
Хорошо знает виды физических упражнений; научно-практические основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни
Хорошо умеет 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

Хорошо владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования
4. Высокий уровень
Отлично знает виды физических упражнений; научно-практические основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни
Отлично умеет 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
Отлично владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования

6.3. Оценочные средства текущего контроля (примерные темы докладов, рефератов, эссе)

ВОПРОСЫ К УСТНОМУ ОПРОСУ

Тема 1. Легкая атлетика

1. Какие дистанции в легкой атлетике считаются классическими и какие основные различия в технике бега на них?
2. Какие основные элементы техники прыжков в высоту, длину и тройной прыжок следует учитывать при тренировках и соревнованиях?
3. Какие снаряды используются в метании в легкой атлетике, и какие принципы техники метания для каждого из них?
4. Что такое выносливость в контексте легкой атлетики и какие методы тренировки помогают ее улучшить?
5. Какие методы тренировки помогают увеличить скорость бега на короткие дистанции?
6. Какие аспекты техники бега на длинные дистанции (например, марафоны) важны для успешных результатов?
7. Какие требования к экипировке и обуви существуют в легкой атлетике, особенно при соревнованиях на беговых дистанциях?
8. Какие тактические аспекты следует учитывать при участии в метании снарядов, таких как диск и копье, на соревнованиях?
9. Какие факторы могут влиять на результаты в легкой атлетике, помимо физической подготовки?
10. Каким образом планировать тренировочные программы в легкой атлетике, чтобы достичь оптимальных результатов?

Тема 2. Гимнастика

1. Какие основные гимнастические элементы вы можете назвать?
2. Что такое сальто, и какие виды сальто существуют в гимнастике?
3. Каким образом гимнастика способствует развитию гибкости?
4. Какие принципы развития силы в гимнастике можно выделить?
5. Почему равновесие является важным аспектом гимнастики?
6. Какие упражнения помогают улучшить равновесие в гимнастике?
7. Каковы преимущества развития координации движений в гимнастике?
8. Какие технические навыки необходимы для выполнения руки-стойки?
9. Как можно улучшить гибкость ног для выполнения шпагата?
10. Какие основные советы по правильной технике выполнения гимнастических движений вы можете дать?

ВОПРОСЫ К САМОПОДГОТОВКЕ

Тема 1. Легкая атлетика

1. Какие виды дисциплин входят в состав легкой атлетики?
2. Какие соревнования проводятся в беге на короткие дистанции?
3. Какие навыки и техники необходимы для успешного прыжка в длину?
4. Какие виды метаний входят в состав метательных дисциплин?
5. Что такое марафон и каковы особенности этой дисциплины?
6. Какие тренировочные методы используются в легкой атлетике?
7. Каковы требования к физической подготовке легкоатлета?
8. Какие достижения являются рекордными в различных дисциплинах легкой атлетики?
9. Какие стратегии можно использовать в беговых дисциплинах?
10. Каким образом проводятся эстафеты в легкой атлетике?

Тема 2. Гимнастика

1. Какие виды гимнастики существуют?
2. Каковы требования к гибкости в гимнастике?
3. Какие элементы входят в состав программы упражнений на брусьях?
4. Какие навыки необходимы для выполнения акробатических элементов на настиле?
5. Каким образом оцениваются выступления гимнастов на соревнованиях?
6. Какие тренировочные методы применяются в гимнастике?
7. Каковы основные правила соревнований по художественной гимнастике?
8. Какие особенности требуют внимания при тренировке на балансировке?
9. Какие виды прыжков существуют в гимнастике?
10. Каковы требования к физической подготовке гимнаста?

Тема 3. Футбол

1. Каковы размеры футбольного поля и ворот?
2. Какие навыки и техники необходимы для успешного владения мячом?
3. Какие позиции существуют в команде футболистов?

7. Каковы особенности проведения штрафных ударов и пенальти?
8. Каковы правила замены игроков во время матча?
9. Какие основные техники голования применяются в футболе?
10. Каким образом проводятся турниры и чемпионаты по футболу?

Тема 4. Баскетбол
1. Каковы размеры баскетбольной площадки и высота корзин?
2. Какие навыки и техники необходимы для успешного броска в баскетболе?
3. Какие позиции существуют в команде баскетболистов?
4. Каковы правила дриблинга и перевода мяча через половину поля?
5. Какие тренировочные методы применяются в баскетболе?
6. Какие тактики игры используются в различных ситуациях на площадке?
7. Каковы правила проведения штрафных бросков и подач?
8. Каковы правила замены игроков во время матча?
9. Какие основные элементы обороны в баскетболе?
10. Каким образом проводятся турниры и чемпионаты по баскетболу?

Тема 5. Волейбол
1. Каковы размеры волейбольной площадки и высота сетки?
2. Какие навыки и техники необходимы для успешного подачи и приема мяча?
3. Какие позиции существуют в команде волейболистов?
4. Каковы правила подачи и перевода мяча через сетку?
5. Какие тренировочные методы применяются в волейболе?
6. Какие тактики игры используются в различных ситуациях на площадке?
7. Каковы правила проведения атак и блоков в волейболе?
8. Каковы правила замены игроков во время матча?
9. Какие основные элементы защиты в волейболе?
10. Каким образом проводятся турниры и чемпионаты по волейболу?

Тема 6. Настольный теннис
1. Каковы размеры настольного теннисного стола и высота сетки?
2. Какие навыки и техники необходимы для успешного удара в настольном теннисе?
3. Какие правила подачи и обмена ударами в настольном теннисе?
4. Какие тренировочные методы применяются в настольном теннисе?
5. Каковы основные тактики игры в настольном теннисе?
6. Каковы правила проведения розыгрышей и ограничений в настольном теннисе?
7. Каковы особенности блокирования и контратак в настольном теннисе?
8. Каковы правила замены ракетки во время игры?
9. Какие основные элементы обороны в настольном теннисе?
10. Каким образом проводятся турниры и чемпионаты по настольному теннису?

ТЕКУЩЕЕ ТЕСТИРОВАНИЕ
Тема 1. Легкая атлетика
1. Каковы основные правила и техника бега на дистанции 100 метров? a) Начать медленно и ускоряться по ходу дистанции. b) Начать максимально быстро и держать темп. c) Стартовать на корточках и медленно подниматься.
2. Какова цель техники бега на длинные дистанции (например, 1500 метров)? a) Бегать максимально быстро на всем пути. b) Экономить энергию и поддерживать равномерный темп. c) Останавливаться для отдыха через каждые 200 метров.
3. Какой из перечисленных прыжков является частью легкой атлетики? a) Прыжок с парашютом. b) Прыжок в воду с вышки. c) Прыжок в высоту.
4. Какой элемент техники прыжка в длину требует долгой разбега и плавного вылета? a) Прямой прыжок вперед. b) Прямой прыжок вверх. c) Прыжок в длину с разбега.
5. Какой из следующих видов метания является частью легкой атлетики? a) Метание камней в воду. b) Метание молота. c) Метание теннисного мяча.
6. Какие метательные снаряды используются в метании в легкой атлетике? a) Футбольный мяч и теннисный мяч. b) Копье и диск. c) Молот и бейсбольная бита.
7. Какой метод тренировки способствует улучшению выносливости? a) Тренировка с максимальной интенсивностью всегда. b) Интервальная тренировка с чередованием интенсивных и отдыхающих периодов. c) Совершенно случайная тренировка без плана.
8. Какой вид бега наиболее подходит для увеличения скорости бега? a) Бег на длинные дистанции. b) Бег на средние дистанции. c) Спринтерский бег на короткие дистанции.
9. Какой из следующих факторов не является важным для достижения выдающихся результатов в легкой атлетике? a) Регулярная тренировка. b) Правильное питание. c) Недостаточный сон.
10. Какова цель правильной разминки перед тренировкой или соревнованием? a) Уменьшить вероятность получения медицинской лицензии. b) Подготовить тело к физической нагрузке и уменьшить риск травм. c) Сделать процесс тренировки более сложным.

Тема 2. Гимнастика
1. Какой из перечисленных элементов не является основным гимнастическим элементом? a) Кувырок b) Шпагат c)

6.4. Оценочные средства промежуточной аттестации.

ВОПРОСЫ К ЗАЧЕТУ

Знать:

1. Что такое легкая атлетика?
2. Назовите основные дисциплины легкой атлетики.
3. Дайте определение дисциплины "бег на короткую дистанцию".
4. Перечислите виды прыжков в легкой атлетике.
5. Что такое техника бега и почему она важна в легкой атлетике?
6. Дайте определение термина "артистическая гимнастика".
7. Перечислите основные элементы гимнастической программы на висячем кольце.
8. Назовите основные требования к гимнастам в технике выполнения упражнений.
9. Дайте определение термина "ритмическая гимнастика".
10. Перечислите основные элементы гимнастической программы на балансеам.
11. Назовите три основных элемента техники головы в футболе.
12. Дайте определение второй желтой карточки в футболе.
13. Перечислите три основных элемента стратегии игры в футболе.
14. Назовите два основных вида футбольных турниров.
15. Дайте определение замены в футболе.

Уметь:

1. Охарактеризуйте дисциплины бега в легкой атлетике.
2. Сформулируйте правила преодоления препятствий в беге на 110 метров с барьерами.
3. Раскройте понятие "техника прыжков" в легкой атлетике.
4. Охарактеризуйте технику выполнения прыжка в высоту.
5. Сформулируйте правила проведения соревнований в прыжках в длину.
6. Дайте определение термина "флексы" в гимнастике.
7. Перечислите четыре основных элемента гимнастики на брусьях.
8. Назовите два основных вида пресса в гимнастике.
9. Дайте определение термина "шпагат" в гимнастике.
10. Перечислите три основных типа вращений в гимнастике.
11. Охарактеризуйте понятие "тактика" в футболе и объясните, как она влияет на ход игры.
12. Раскройте понятие "фол" в футболе и объясните, в каких случаях он назначается и какие последствия он может иметь.
13. Сформулируйте правила, касающиеся использования рук в игре и объясните, в каких случаях игрокам разрешено использовать руки.
14. Охарактеризуйте понятие "контратака" в футболе и объясните, как команда может использовать эту тактику для своей выгоды.
15. Раскройте понятие "удержание мяча" в футболе и объясните, какие техники и навыки необходимы, чтобы эффективно удерживать мяч у себя.

Владеть:

1. Ваша команда находится в конечном отрезке игры и уступает соперникам на одно очко. Какова будет ваша тактика атаки, чтобы сравнять счет или выйти вперед?
2. Вам нужно совершить успешную передачу между защитниками соперника, чтобы создать возможность для броска. Как вы выберете подходящего партнера для передачи и каков будет ваш план действий?
3. Ваш соперник имеет игрока, который проявляет высокую точность в бросках средней дальности. Какую тактику вы используете для ограничения его возможностей и уменьшения его влияния на игру?
4. Ваша команда совершает большое количество потерь мяча во время атаки. Какие корректирующие меры вы предпримите, чтобы снизить количество потерь и сохранить мяч в своем владении?
5. Вам нужно выбрать стратегию защиты против высокого и физически сильного игрока соперника. Как вы будете защищаться против него, чтобы ограничить его возможности в забрасывании и рикошетах?
6. Ваша команда играет против команды с быстрыми и точными передачами, усложняющими оборону. Каковы стратегии и тактики, которые вы можете использовать, чтобы лучше адаптироваться к таким передачам и организовать эффективную атаку?
7. Ваша команда ведет в матче с большим отрывом и приближается к победе. Каковы стратегии и тактики, которые вы можете использовать, чтобы сохранить преимущество, избегать ошибок и завершить матч успешно?
8. Во время игры ваша команда столкнулась с проблемой слабой коммуникации и согласования действий на поле. Как вы можете улучшить командное взаимодействие и общение, чтобы повысить эффективность игры?
9. Ваша команда играет в волейбол на пляже, где ветер является существенным фактором. Какие адаптивные стратегии и тактики вы можете использовать, чтобы справиться с ветром и поддерживать точность своих передач и ударов?
10. Ваша команда играет в плотно прижимающейся обороне и часто делает блоки. Каковы стратегии и тактики, которые вы можете использовать, чтобы обойти оборону и набрать очки через атаку по краям поля или через разнообразие приемов и ударов?
11. Ваш соперник играет сильные и разнообразные удары, но имеет проблемы с передвижением по корту. Как вы будете использовать его слабое передвижение в свою пользу и какие тактики выберете для контратаки?
12. Вам приходится играть против игрока, который часто делает вариации подачи и сильные атакующие удары. Как вы будете адаптироваться к его стилю игры и какие стратегии выберете для контроля над матчем?
13. Ваш соперник играет с очень большим топспином, создавая много вращения на мяче. Как вы будете подготовиться к его ударам и какие тактические решения примените для успешного приема?
14. Вам приходится играть против игрока, у которого сильный и точный удар с бэкхэнда. Как вы будете защищаться от его атак и какие тактики выберете для контратаки?
15. Ваш соперник играет сильные и быстрые атакующие удары, но имеет проблемы с контролем мяча. Как вы будете использовать его ошибки в свою пользу и какие тактики выберете для преодоления его агрессивности?

5. Какая из следующих дисциплин гимнастики выполняется на большой резиновой площадке и включает элементы прыжков, флипов и вращений? a) Акробатическая гимнастика b) Аэробика c) Партерная гимнастика d) Трамплин
6. Какое упражнение является основным в ритмической гимнастике? a) Пресс b) Гимнастическая ходьба c) Упражнение с мячом d) Жим штанги
7. Как называется тренер команды в футболе? a) Главный тренер b) Капитан c) Директор d) Менеджер
8. Какое количество замен разрешено в футбольном матче команде? a) 2 b) 3 c) 4 d) 5
9. Какой размер кольца в официальных правилах баскетбола? a) 40 см b) 45 см c) 50 см d) 55 см
10. Какое количество игроков может находиться на площадке у каждой команды во время игры? a) 4 b) 5 c) 6 d) 7

Владеть:
1. Какое из следующих правил не относится к волейболу? a) Команда имеет право на три касания мяча до его возвращения на сторону противника. b) Команда имеет право на две подачи. c) За попадание мяча в аут противнику присуждается очко. d) При каждой смене подачи команды перемещаются по часовой стрелке.
2. Как называется техника, при которой игрок волейбола ударяет мяч с закруткой? a) Блок b) Подача c) Атака d) Подброс
3. Сколько игроков участвует в одном матче настольного тенниса? a) 1 b) 2 c) 3 d) 4
4. Какой стиль игры характеризуется активной атакой и быстрыми ударами? a) Защитный стиль b) Агрессивный стиль c) Контратакующий стиль d) Технический стиль
5. Какой из следующих видов бросков относится к легкой атлетике? a) Баскетбольный бросок b) Футбольный бросок c) Метание копья d) Бейсбольный бросок

6.5. Примерная тематика курсовых работ (проектов)

Учебным планом не предусмотрено.

6.6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Методические рекомендации по работе с конспектом лекций

Просмотрите конспект сразу после занятий. Пометьте материал конспекта лекций, который вызывает затруднения для понимания. Попытайтесь найти ответы на затруднительные вопросы, используя предлагаемую литературу. Если самостоятельно не удалось разобраться в материале, сформулируйте вопросы и обратитесь на текущей консультации или на ближайшей лекции за помощью к преподавателю. Каждую неделю рекомендуется отводить время для повторения пройденного материала, проверяя свои знания, умения и навыки по контрольным вопросам.
Работа с рекомендованной литературой:
При работе с основной и дополнительной литературой целесообразно придерживаться такой последовательности. Сначала прочитать весь заданный текст в быстром темпе. Цель такого чтения заключается в том, чтобы создать общее представление об изучаемом материале, понять общий смысл прочитанного. Затем прочитать вторично, более медленно, чтобы в ходе чтения понять и запомнить смысл каждой фразы, каждого положения и вопроса в целом. Чтение приносит пользу и становится продуктивным, когда сопровождается записями. Это может быть составление плана прочитанного текста, тезисы или выписки, конспектирование и др. Выбор вида записи зависит от характера изучаемого материала и целей работы с ним. Если содержание материала несложное, легко усваиваемое, можно ограничиться составлением плана. Если материал содержит новую и трудно усваиваемую информацию, целесообразно его законспектировать. План – это схема прочитанного материала, перечень вопросов, отражающих структуру и последовательность материала. Конспект – это систематизированное, логичное изложение материала источника. Различаются четыре типа конспектов: - план-конспект – это развернутый детализированный план, в котором по наиболее сложным вопросам даются подробные пояснения, - текстуальный конспект – это воспроизведение наиболее важных положений и фактов источника, - свободный конспект – это четко и кратко изложенные основные положения в результате глубокого изучения материала, могут присутствовать выписки, цитаты, тезисы; часть материала может быть представлена планом, - тематический конспект – составляется на основе изучения ряда источников и дает ответ по изучаемому вопросу. В процессе изучения материала источника и составления конспекта нужно обязательно применять различные выделения, подзаголовки, создавая блочную структуру конспекта. Это делает конспект легко воспринимаемым и удобным для работы.

Методические рекомендации по подготовке к практическим занятиям

Практические занятия представляют особую форму сочетания теории и практики. Их назначение – углубление проработки теоретического материала предмета путем регулярной и планомерной самостоятельной работы студентов на протяжении всего курса. Процесс подготовки к практическим занятиям включает изучение нормативных документов, обязательной и дополнительной литературы по рассматриваемому вопросу. Непосредственное проведение практического занятия предполагает, например: индивидуальные выступления студентов с сообщениями по какому-либо вопросу изучаемой темы; фронтальное обсуждение рассматриваемой проблемы, обобщения и выводы; решение задач и упражнений по образцу; решение вариантных задач и упражнений; решение ситуационных производственных (профессиональных) задач; проектирование и моделирование разных видов и компонентов профессиональной деятельности. выполнение контрольных работ; работу с тестами. При подготовке к практическим занятиям студентам рекомендуется: внимательно ознакомиться с тематикой практического занятия; прочесть конспект лекции по теме, изучить рекомендованную литературу; составить краткий план ответа на каждый вопрос практического занятия; проверить свои знания, отвечая на вопросы для самопроверки; если встретятся незнакомые термины, обязательно обратиться к словарю и зафиксировать их в тетради. Все письменные задания выполнять в рабочей тетради. Практические занятия развивают у студентов навыки самостоятельной работы по решению конкретных задач.

Методические рекомендации по подготовке к лабораторным работам

Лабораторные работы представляют одну из форм освоения теоретического материала с одновременным формированием практических навыков в изучаемой дисциплине. Их назначение – углубление проработки теоретического материала, формирование практических навыков путем регулярной и планомерной самостоятельной работы студентов на протяжении всего курса. Процесс подготовки к лабораторным работам включает изучение нормативных документов, обязательной и дополнительной литературы по рассматриваемому вопросу. Непосредственное проведение лабораторной работы предполагает: изучение теоретического материала по теме лабораторной работы (по вопросам изучаемой темы); выполнение необходимых расчетов и экспериментов; оформление отчета с заполнением необходимых таблиц, построением графиков, подготовкой выводов по проделанным экспериментам и теоретическим расчетам; по каждой лабораторной работе проводится контроль: проверяется содержание отчета, проверяется усвоение теоретического материала. Контроль усвоения теоретического материала является индивидуальным.

Методические указания по выполнению отчёта к лабораторным работам

Основным требованием по выполнению лабораторных и практических работ является полное исчерпывающее описание всей проделанной работы, позволяющее судить о полученных результатах, степени выполнения и профессиональной подготовки студентов.
Методические указания обеспечивают комплексный подход в учебной работе студентов, единство и преемственность требований к оформлению результатов работы на разных этапах обучения. С единых позиций приведены основные требования по структуре, оформлению и содержанию отчета по лабораторным и практическим работам.
Структура отчёта:
- цель работы;
- краткие теоретические сведения;
- ход выполнения работы;
- выводы.
Дополнительными элементы:
- приложения;
- библиографический список.
Требования к содержанию отчёта:
1. Титульный лист
В верхнем поле листа указывают полное наименование учебного заведения.
В среднем поле указывается вид работы, в данном случае лабораторная или практическая работа с указанием курса, по которому она выполнена, и ниже ее название. Название работы приводится без слова тема и в кавычки не заключается.
Далее ближе к правому краю титульного листа указывают фамилию, инициалы и группу учащегося, выполнившего работу, а также фамилию, инициалы преподавателя, принявшего работу.
В нижнем поле листа указывается место выполнения работы и год ее написания (без слова год).
2. Цель работы должна отражать тему работы, а также конкретные задачи, поставленные студенту на период выполнения работы. По объему цель работы в зависимости от сложности и многозадачности работы составляет от нескольких строк до 0,5 страницы.
3. Краткие теоретические сведения. В этом разделе излагается краткое теоретическое описание изучаемой в работе темы. Материал раздела не должен копировать содержание методического пособия или учебника по данной теме, а ограничивается изложением основных понятий, требующихся для дальнейшей обработки полученных результатов. Объем литературного обзора не должен превышать 1/3 части всего отчета.
4. Ход выполнения работы. В данном разделе подробно излагается методика выполнения работы, процесс получения данных и способ их обработки. Если используются стандартные пакеты компьютерных программ для обработки экспериментальных результатов, то необходимо обосновать возможность и целесообразность их применения, а также подробности обработки данных с их помощью.
5. Выводы по работе - кратко излагаются результаты работы, полученные в результате выполнения работы, а также краткий анализ полученных результатов.
Отчет по лабораторной работе оформляется на листе формата А4. Допускается оформление отчета по лабораторной работе в электронном виде средствами Microsoft Office. Текст работы должен быть напечатан через полтора интервала шрифтом Times New Roman, кегль – 12. Поля должны оставаться по всем четырем сторонам печатного листа: левое – не менее 30 мм, правое – не менее 10, нижнее – не менее 20 и верхнее – не 15 мм.
Для защиты лабораторной работы студент должен подготовить отчет, провести самостоятельную работу, иметь отметку о проверенном отчете.
Результаты определяются по пятибалльной системе оценок.

Методические рекомендации по выполнению реферата

Реферат – письменная работа объемом 8–10 страниц. Это краткое и точное изложение сущности какого-либо вопроса, темы. Тему реферата студент выбирает из предложенных преподавателем или может предложить свой вариант. В реферате нужны развернутые аргументы, рассуждения, сравнения. Содержание темы излагается объективно от имени автора. Функции реферата. Информативная, поисковая, справочная, сигнальная, коммуникативная. Степень выполнения этих функций зависит от содержательных и формальных качеств реферата и для каких целей их использует. Требования к языку реферата. Должен отличаться точностью, краткостью, ясностью и простотой.
Структура реферата:
1. Титульный лист
2. Оглавление (на отдельной странице). Указываются названия всех разделов (пунктов плана) реферата и номера страниц, указывающие начало этих разделов в тексте реферата.

3. Введение. Аргументируется актуальность исследования, т.е. выявляется практическое и теоретическое значение данного исследования. Далее констатируется, что сделано в данной области предшественниками, перечисляются положения, которые должны быть обоснованы. Обязательно формулируются цель и задачи реферата.
4. Основная часть. Подчиняется собственному плану, что отражается в разделении текста на главы, параграфы, пункты. План основной части может быть составлен с использованием различных методов группировки материала. В случае если используется чья-либо неординарная мысль, идея, то обязательно нужно сделать ссылку на того автора, у кого взят данный материал.
5. Заключение. Последняя часть научного текста. В краткой и сжатой форме излагаются полученные результаты, представляющие собой ответ на главный вопрос исследования.
6. Приложение. Может включать графики, таблицы, расчеты.
7. Библиография (список литературы). Указывается реально использованная для написания реферата литература. Названия книг располагаются по алфавиту с указанием их выходных данных. Общие требования к построению, содержанию и оформлению».
При проверке реферата оцениваются:
 знание фактического материала, усвоение общих представлений, понятий, идей;
 характеристика реализации цели и задач исследования;
 степень обоснованности аргументов и обобщений;
 качество и ценность полученных результатов;
 использование литературных источников;
 культура письменного изложения материала;
 культура оформления материалов работы.
Правила написания научных текстов (реферат, дипломная работа):
Здесь приводятся рекомендации по консультированию студентов относительно данного вида самостоятельной работы. Во время консультаций руководителю следует предложить к обсуждению следующие вопросы.
• Какова истинная цель Вашего научного текста – это поможет Вам разумно распределить свои силы и время.
• Важно разобраться, кто будет «читателем» Вашей работы.
• Начинать писать серьезную работу следует не раньше, чем возникнет ощущение, что по работе с источниками появились идеи, которыми можно поделиться.
• Должна быть идея, а для этого нужно научиться либо относиться к разным явлениям и фактам несколько критически (своя идея – как иная точка зрения), либо научиться увлекаться какими-то известными идеями, которые нуждаются в доработке (идея – как оптимистическая позиция и направленность на дальнейшее совершенствование уже известного).
• Писать следует ясно и понятно, стараясь основные положения формулировать четко и недвусмысленно, а также стремясь структурировать свой текст.
• Объем текста и различные оформительские требования во многом зависят от принятых в конкретном учебном заведении порядков.

Методические рекомендации по выполнению контрольных работ

Контрольная работа выполняется по вариантам. На бланке указывается факультет, курс, группа, ФИО студента. Вопросы строятся на основе тестовых и ситуативных заданий. В тестовых заданиях, выбирается правильный(ые) ответ(ы). При решении ситуативных заданий выбирается правильная последовательность действий в рассматриваемой ситуации. Проверка контрольной работы позволяет выявить и исправить допущенные студентами ошибки, указать, какие вопросы дисциплины ими недостаточно усвоены и требуют доработки. Студент должен внимательно ознакомиться с письменными замечаниями преподавателя и приступить к их исправлению, для чего еще раз повторить соответствующий материал.

Методические рекомендации по подготовке к коллоквиуму

Коллоквиумом называется собеседование преподавателя и студента по заранее определенным контрольным вопросам. Целью коллоквиума является формирование у студента навыков анализа теоретических проблем на основе самостоятельного изучения учебной и научной литературы. На коллоквиум выносятся крупные, проблемные, нередко спорные теоретические вопросы. Упор делается на монографические работы профессора-автора данного спецкурса. От студента требуется:
- владение изученным в ходе учебного процесса материалом, относящимся к рассматриваемой проблеме;
- знание разных точек зрения, высказанных в научной литературе по соответствующей проблеме, умение сопоставлять их между собой;
- наличие собственного мнения по обсуждаемым вопросам и умение его аргументировать.
Коллоквиум - это не только форма контроля, но и метод углубления, закрепления знаний студентов, так как в ходе собеседования преподаватель разъясняет сложные вопросы, возникающие у студента в процессе изучения данного источника. Однако коллоквиум не консультация и не экзамен. Его задача добиться глубокого изучения отобранного материала, пробудить у студента стремление к чтению дополнительной социологической литературы. Подготовка к коллоквиуму начинается с установочной консультации преподавателя, на которой он разъясняет развернутую тематику проблемы, рекомендует литературу для изучения и объясняет процедуру проведения коллоквиума. Как правило, на самостоятельную подготовку к коллоквиуму студенту отводится 3-4 недели. Методические указания состоят из рекомендаций по изучению источников и литературы, вопросов для самопроверки и кратких конспектов ответа с перечислением основных фактов и событий, относящихся к пунктам плана каждой темы. Это должно помочь студентам

целенаправленно организовать работу по овладению материалом и его запоминанию. При подготовке к коллоквиуму следует, прежде всего, просмотреть конспекты лекций и практических занятий и отметить в них имеющиеся вопросы коллоквиума. Если какие-то вопросы вынесены преподавателем на самостоятельное изучение, следует обратиться к учебной литературе, рекомендованной преподавателем в качестве источника сведений.
Коллоквиум проводится в форме индивидуальной беседы преподавателя с каждым студентом или беседы в небольших группах (2-3 человека). Обычно преподаватель задает несколько кратких конкретных вопросов, позволяющих выяснить степень добросовестности работы с литературой, проверяет конспект. Далее более подробно обсуждается какая-либо сторона проблемы, что позволяет оценить уровень понимания. По итогам коллоквиума выставляется дифференцированная оценка по пятибалльной системе.

Методические рекомендации по устному опросу/самоподготовке

После изучения определенной темы по записям в конспекте и учебнику, а также
решения достаточного количества соответствующих задач на практических занятиях и
самостоятельно студенту рекомендуется, используя лист опорных сигналов,
воспроизвести по памяти определения, выводы формул, формулировки основных
положений и доказательств. В случае необходимости следует рекомендовать еще раз внимательно разобраться в материале. Иногда недостаточность усвоения того или иного вопроса выясняется только при изучении дальнейшего материала. В этом случае надо вернуться назад и повторить плохо усвоенный материал. Важный критерий усвоения теоретического материала – умение решать задачи или пройти тестирование по пройденному материалу. Однако преподавателю следует помнить, что правильное решение задачи может получиться в результате применения механически заученных формул без понимания сущности теоретических положений.

Методические рекомендации по подготовке к семинарским занятиям

Одним из видов внеаудиторной самостоятельной работы является подготовка к семинарским занятиям. Семинар – форма учебно-практических занятий, при которой студенты обсуждают сообщения, доклады и рефераты, выполненные ими по результатам учебных или научных исследований под руководством преподавателя. Преподаватель в этом случае является координатором обсуждений темы семинара, подготовка к которому является обязательной. Поэтому тема семинара и основные источники обсуждения предъявляются до обсуждения для детального ознакомления, изучения. Цели обсуждений направлены на формирование навыков профессиональной полемики и закрепление обсуждаемого материала. Семинар – это такая форма организации обучения, при которой на этапе подготовки доминирует самостоятельная работа учащихся с учебной литературой и другими дидактическими средствами над серией вопросов, проблем и задач, а в процессе семинара идут активное обсуждение, дискуссии и выступления учащихся, где они под руководством преподавателя делают обобщающие выводы и заключения. Семинар предназначен для углубленного изучения дисциплины, овладения методологией научного познания, то главная цель семинарских занятий – обеспечить студентам возможность овладеть навыками и умениями использования теоретического знания применительно к особенностям изучаемой отрасли.

Методические рекомендации по подготовке к эссе

Одним из видов самостоятельной работы студентов является написание творческой работы по заданной либо согласованной с преподавателем теме. Творческая работа (эссе) представляет собой оригинальное произведение объемом 500-700 слов, посвященное какой-либо значимой классической либо современной проблеме в определенной теоретической и практической области. Творческая работа не является рефератом и не должна носить описательный характер, большое место в ней должно быть уделено аргументированному представлению своей точки зрения студентами, критической оценке рассматриваемого материала и проблематики, что должно способствовать раскрытию творческих и аналитических способностей. Цели написания эссе – научиться логически верно и аргументировано строить устную и письменную речь; работать над углублением и систематизацией своих философских знаний; овладеть способностью использовать основы знаний для формирования мировоззренческой позиции. Приступая к написанию эссе, изложите в одном предложении, что именно вы будете утверждать и доказывать (свой тезис).

Методические рекомендации по подготовке к докладу

Для подготовки доклада необходимо выбрать актуальную тему. Желательно, чтобы тема была интересна докладчику и вызывала желание качественно подготовить материалы. Подготовка доклада предполагает: определение цели доклада; подбор необходимого материала, определяющего содержание доклада; составление плана доклада, распределение собранного материала в необходимой логической последовательности.
Композиция доклада имеет вступление, основную часть и заключение.
Вступление должно содержать: название доклада; сообщение основной идеи; современную оценку предмета изложения; краткое перечисление рассматриваемых вопросов; интересную для слушателей форму изложения. Основная часть, в которой необходимо раскрыть суть темы, обычно строится по принципу отчёта. Задача основной части: представить достаточно данных для того, чтобы слушатели заинтересовались темой.
Заключение – чёткое обобщение и краткие выводы по излагаемой теме.

Методические рекомендации по подготовке к собеседованию

Собеседование – средство контроля, организованное как специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы,

связанные с изучаемой дисциплиной, и рассчитанное на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу, теме, проблеме и т.п.
Цель собеседования: проверка усвоения знаний; умений применять знания; сформированности профессионально значимых личностных качеств.
Подготовка к собеседованию предполагает повторение пройденного материала и приобретение навыка свободного владения терминологией и фактическими данными по определенному разделу дисциплины.

Методические рекомендации по подготовке к тестированию/ итоговому тестированию

Тестирование/итоговое тестирование – это система стандартизированных заданий, определенного содержания и упорядоченных в рамках определенной стратегии предъявления, позволяющая качественно оценить структуру и эффективно измерить уровень знаний, умений и навыков по учебной дисциплине (разделу). Тестирование позволяет оценить у студентов уровень знаний фактического материала, умения логически мыслить, способности к рефлексии и творческому подходу к решению поставленной задачи на каждом этапе их обучения.
При самостоятельной подготовке к тестированию студенту необходимо:
- четко выяснить все условия тестирования заранее (сколько тестов будет предложено, сколько времени отводится на тестирование, какова система оценки результатов);
- проконсультироваться с преподавателем по вопросу выбора учебной литературы;
- проработать информационный материал по разделу дисциплине;
- конспективно выписать из соответствующих разделов учебной дисциплины основные понятия, ключевые идеи, теоретические концепции и подходы;
- повторить теоретический материал лекций, самостоятельно изученной учебной и научной литературы, семинарских занятий.
При выполнении тестовых заданий рекомендуется:
- внимательно полностью прочитать вопрос и предлагаемые варианты ответов, выбрать правильные из них (их может быть несколько);
- при затруднении при ответе на сложный для студента вопрос целесообразно переходить к другим вопросам теста. По завершению ответов на все последующие вопросы теста необходимо вернуться к трудному вопросу и дать на него продуманный ответ;
- по окончании тестирования следует проверить правильность данных ответов на вопросы теста, чтобы избежать механических ошибок.

Методические рекомендации по подготовке к экзамену

Изучение многих общепрофессиональных и специальных дисциплин завершается экзаменом. Подготовка к экзамену способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к экзамену, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На экзамене студент демонстрирует то, что он приобрел в процессе обучения по конкретной учебной дисциплине. Экзаменационная сессия – это серия экзаменов, установленных учебным планом. Между экзаменами интервал 2-4 дня, в течение студент систематизирует уже имеющиеся знания. На консультации перед экзаменом студенты должны быть ознакомлены с основными требованиями и получить ответы на возникающие в процессе подготовки вопросы. Необходимо ориентировать студентов на систематическую подготовку к занятиям в течение семестра, что позволит использовать время экзаменационной сессии для систематизации знаний.

Методические рекомендации по подготовке к зачету/ зачету с оценкой

В ходе подготовки к зачету/зачету с оценкой студент, в первую очередь, должен систематизировать знания, полученные в ходе изучения дисциплины. К зачету/зачету с оценкой необходимо готовиться целенаправленно, регулярно, систематически и с первых дней обучения по данной дисциплине. В самом начале учебного курса познакомьтесь со следующей учебно-методической документацией:
- программой дисциплины;
- перечнем знаний, умений и навыков, которыми студент должен владеть;
- тематическими планами лекций, семинарских занятий;
- учебниками, учебными пособиями по дисциплине, а также электронными ресурсами;
- перечнем вопросов к зачету/зачету с оценкой.
После этого у обучающихся должно сформироваться четкое представление об объеме и характере знаний и умений, которыми надо будет овладеть по дисциплине. Систематическое выполнение учебной работы на лекциях и лабораторных занятиях позволит успешно освоить дисциплину и создать хорошую базу для сдачи зачета/зачета с оценкой.

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1. Рекомендуемая литература	
7.1.1. Основная литература	
Л.1.1	Садовникова Л. А. Физическая культура для студентов, занимающихся в специальной медицинской группе [Электронный ресурс]:. - Санкт-Петербург: Лань, 2021. - 60 с. – Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/156380

Л.1.2	Вятлев Д. Н. Физическая подготовка студентов-футболистов. Техника и тактика игры в мини-футбол [Электронный ресурс]:учебно-методическое пособие. - Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова, 2021. - 80 с. – Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/201872
Л.1.3	Мальцев Д. Н. Футбол в вузе [Электронный ресурс]:учебное пособие. - Киров: Кировский ГМУ, 2020. - 144 с. – Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/175357
Л.1.4	Безбородов А. А., Безбородов С. А. Физическая культура: практические занятия по баскетболу [Электронный ресурс]:учебное пособие для вузов. - Санкт-Петербург: Лань, 2023. - 112 с. – Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/292844
Л.1.5	Синельник Е. В., Руденко И. В. Теория и методика обучения базовым видам спорта: легкая атлетика [Электронный ресурс]:учебно-методическое пособие. - Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2021. - 241 с. – Режим доступа: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690290
Л.1.6	Леньшина М. В. Гимнастика и оздоровительные системы в программах по физической культуре [Электронный ресурс]:. - Воронеж: ВГИФК, 2020. - 13 с. – Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/140347
Л.1.7	Безбородов А. А. Практические занятия по волейболу [Электронный ресурс]:учебное пособие для вузов. - Санкт-Петербург: Лань, 2022. - 92 с. – Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/230432
Л.1.8	Журин А. В. Волейбол. Техника игры [Электронный ресурс]:. - Санкт-Петербург: Лань, 2021. - 56 с. – Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/156624
Л.1.9	Орлова Л. Т., Марков А. Ю. Настольный теннис [Электронный ресурс]:учебное пособие для вузов. - Санкт-Петербург: Лань, 2022. - 40 с. – Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/217412
Л.1.10	Никишкин В. А., Бумарскова Н. Н., Крамской С. И., Барков А. Ю., Колотильщикова С. В., Лазарева Е. А., Гарник В. С., Амельченко И. А., Гурулева Т. Г., Попов А. В. Физическая культура и спорт [Электронный ресурс]:учебник. - Москва: МИСИ – МГСУ, 2021. - 380 с. – Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/179192
7.2. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение в том числе отечественного производства	
7.2.1	Microsoft Windows 10
7.2.2	Kaspersky Endpoint Security
7.2.3	Microsoft Office 2013 Standard
7.3. Перечень профессиональных баз данных, информационных справочных систем и ресурсов сети Интернет	
7.3.1	Электронно-библиотечная система "Лань". Режим доступа: https://e.lanbook.com/
7.3.2	Электронно-библиотечная система "Университетская библиотека онлайн". Режим доступа: https://biblioclub.ru/
7.3.3	Электронно-библиотечная система "BOOK.ru". Режим доступа: https://book.ru/
7.3.4	"Электронная библиотека учебников" . Режим доступа: http://studentam.net/
7.3.5	Электронно-библиотечная система "Юрайт". Режим доступа: https://biblio-online.ru/
7.3.6	Электронные библиотеки, словари, энциклопедии. Режим доступа: https://gigabaza.ru/
7.3.7	Электронно-библиотечная система "polpred". Режим доступа: https://polpred.com/
7.3.8	Scirus - система поиска научной информации. Режим доступа: http://www.scirus.com/

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

8.1	Адрес: 344002, Ростовская область, г. Ростов-на-Дону, пер. Семашко, д. 55: аудитория 20-10 - Учебная аудитория : карточки-задания, комплекты тестового контроля, опорные конспекты, методические пособия, раздаточный материал, схемы, таблицы, тематические тесты, учебно-методические комплекты по модулю, гипермедиа источники, видеозаписи, иллюстративные материалы, банк тестовых заданий, комплект учебно- методических пособий, комплектом учебно-наглядных пособий и стендами по химии и биологии, методической литературой. расходными материалами, коллекционными материалами для лабораторных практикумов, интерактивное оснащение. Стендами с муляжами продовольственных товаров, Контрольно-кассовой техникой, весами электронными и рычажными, Химической посудой (цилиндры, колбы мерные, пипетки, бюретки, пробирки, стаканы, стеклянные палочки, часовые стекла, тигли, эксикаторы, ступки), химическими реактивами. Весы аналитические ВЛКТ-500м, Набор №14 «ВС», Турка электронная лабораторная , Электроплитка ПЭ, Фотоэлектроколориметр КФ-77. pH-метр ЭВ-74. Баня водяная лабораторная 6 местная БВ-6УХЛ4, Термометры, Термостат ТС-80М, Рефрактометр ИРФ 22, Стенды с муляжами продовольственных товаров, муляжи фруктов, ягод и овощей, рыб, хлеба, прибор овоскоп, прибор по исследованию пористости хлеба, таблица рельефная «Внутреннее строение рыбы».

9. 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.

Актуализация с учетом развития науки, техники, культуры, экономики, техники, технологий и социальной сферы
Руководитель ОПОП
канд. техн. наук, доц. Назаренко С.А._____

Рабочая программа актуализирована, обсуждена и одобрена на заседании обеспечивающей кафедры
Социально-гуманитарных наук и межкультурных профессиональных коммуникаций
Протокол от __ _____ 2024 г. № __
Зав. кафедрой Гайломазова Е.С._____

Рабочая программа согласована на заседании выпускающей кафедры
Индустрия питания и товарная экспертиза
Протокол от __ _____ 2024 г. № __
Зав. кафедрой Назаренко С.А._____

==========

Актуализация с учетом развития науки, техники, культуры, экономики, техники, технологий и социальной сферы
Руководитель ОПОП
канд. техн. наук, доц. Назаренко С.А._____

Рабочая программа актуализирована, обсуждена и одобрена на заседании обеспечивающей кафедры
Социально-гуманитарных наук и межкультурных профессиональных коммуникаций
Протокол от __ _____ 2025 г. № __
Зав. кафедрой Гайломазова Е.С._____

Рабочая программа согласована на заседании выпускающей кафедры
Индустрия питания и товарная экспертиза
Протокол от __ _____ 2025 г. № __
Зав. кафедрой Назаренко С.А._____

==========

Актуализация с учетом развития науки, техники, культуры, экономики, техники, технологий и социальной сферы
Руководитель ОПОП
канд. техн. наук, доц. Назаренко С.А._____

Рабочая программа актуализирована, обсуждена и одобрена на заседании обеспечивающей кафедры
Социально-гуманитарных наук и межкультурных профессиональных коммуникаций
Протокол от __ _____ 2026 г. № __
Зав. кафедрой Гайломазова Е.С._____

Рабочая программа согласована на заседании выпускающей кафедры
Индустрия питания и товарная экспертиза
Протокол от __ _____ 2026 г. № __
Зав. кафедрой Назаренко С.А._____

==========

Актуализация с учетом развития науки, техники, культуры, экономики, техники, технологий и социальной сферы
Руководитель ОПОП
канд. техн. наук, доц. Назаренко С.А._____

Рабочая программа актуализирована, обсуждена и одобрена на заседании обеспечивающей кафедры
Социально-гуманитарных наук и межкультурных профессиональных коммуникаций
Протокол от __ _____ 2027 г. № __
Зав. кафедрой Гайломазова Е.С._____

Рабочая программа согласована на заседании выпускающей кафедры
Индустрия питания и товарная экспертиза
Протокол от __ _____ 2027 г. № __
Зав. кафедрой Назаренко С.А._____