

**МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ДОНБАССКАЯ АГРАРНАЯ АКАДЕМИЯ»**

**Факультет экономико-правовой  
Кафедра экономики**

**УТВЕРЖДАЮ:**

**Первый проректор**

  
(подпись) (ФИО)

**О.А.Удалых**

**«27»апреля 2024 г.**

**МП**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ  
Б1.О.09. «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»**

Образовательная программа **Бакалавриат**

Укрупненная группа **38.00.00 Экономика и управление**

Направление подготовки **38.03.01 Экономика**

Направленность (профиль) **Экономика предприятий и организаций АПК**

Форма обучения **очная, очно-заочная**

Квалификация выпускника **бакалавр**

Год начала подготовки: **2024**

**Макеевка – 2024 год**

**Разработчик:**

канд. экон. наук, профессор

  
(подпись)

Тарасенко Л. М.

Рабочая программа дисциплины «Физическая культура и спорт» разработана в соответствии с:

Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 38.03.01 Экономика, утвержденным Приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 12 августа 2020 г. № 954.

Рабочая программа дисциплины «Физическая культура и спорт» разработана на основании учебного плана по направлению подготовки 38.03.01 Экономика, направленность (профиль) Экономика предприятий и организаций АПК, утвержденного Ученым советом ФГБОУ ВО «Донбасская аграрная академия» от 27 апреля 2024 г., протокол № 4.

Рабочая программа одобрена на заседании предметно-методической комиссии кафедры экономики

Протокол № 8 от 20 марта 2024 года

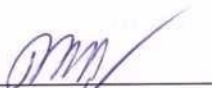
Председатель ПМК

  
(подпись)Святенко И.Н.  
(ФИО)

Рабочая программа утверждена на заседании кафедры экономики

Протокол № 8 от 20 марта 2024 года

Заведующий кафедрой

  
(подпись)Веретенников В.И.  
(ФИО)Начальник учебного  
отдела  
(подпись)Шевченко Н. В.  
(ФИО)

## **СОДЕРЖАНИЕ**

### **1. ОБЩАЯ ИНФОРМАЦИЯ О ДИСЦИПЛИНЕ**

- 1.1. Наименование дисциплины
- 1.2. Область применения дисциплины
- 1.3. Нормативные ссылки
- 1.4. Роль и место дисциплины в учебном процессе
- 1.5. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

### **2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА ДИСЦИПЛИНЫ И ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА**

- 2.1. Содержание учебного материала дисциплины
- 2.2. Обеспечение содержания дисциплины

### **3. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

- 3.1. Тематический план изучения дисциплины
- 3.2. Темы практических/семинарских занятий и их содержание
- 3.3. Самостоятельная работа студентов

### **4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

- 4.1. Рекомендуемая литература
- 4.2. Средства обеспечения освоения дисциплины
- 4.3. Оценочные материалы (фонд оценочных средств)
- 4.4. Критерии оценки знаний, умений, навыков
- 4.5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

### **5. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

## 1. ОБЩАЯ ИНФОРМАЦИЯ О ДИСЦИПЛИНЕ

### 1.1. НАИМЕНОВАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

#### **Б1.О.09. «Физическая культура и спорт»**

### 1.2. ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина «Физическая культура и спорт» является *дисциплиной обязательной части* учебного плана основной профессиональной образовательной программы высшего образования направления подготовки 38.03.01 Экономика, направленность (профиль): Экономика предприятий и организаций АПК.

Дисциплина «Физическая культура и спорт» является основой для изучения дисциплин «Прикладная физическая культура», «Игровые виды спорта».

### 1.3. НОРМАТИВНЫЕ ССЫЛКИ

Нормативно-правовую базу рабочей программы составляют:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (с изменениями и дополнениями);
- Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки;
- Положение о рабочей программе дисциплины в ФГБОУ ВО «Донбасская аграрная академия»;
- другие локальные нормативные акты ФГБОУ ВО «Донбасская аграрная академия».

### 1.4. РОЛЬ И МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В УЧЕБНОМ ПРОЦЕССЕ

**Целью дисциплины** «Физическая культура и спорт» является укрепление здоровья, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению, формирование умений саморегуляции средствами физической культуры, а также формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни.

#### **Задачи изучения дисциплины:**

- оздоровительные;
- образовательные: овладение физкультурными знаниями, необходимыми для организованных и самостоятельных занятий; освоение духовных ценностей олимпизма и олимпийского движения (олимпийское образование); обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам; формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и оздоровительной направленностью, техническими; действиями и приемами базовых видов спорта;
- воспитательные: формирование патриотического самосознания; воспитание положительных черт характера, таких как: дисциплинированное поведение, доброжелательное отношение к товарищам, коллективизм, взаимовыручка, честность,
- отзывчивость, смелость, настойчивость в достижении цели; формирование бережного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих как к ценности; реализация принципа гармоничного сочетания нравственных, физических и интеллектуальных качеств личности; формирование мотивационных установок на физическое и духовное самосовершенствование; профилактика асоциального поведения средствами физической культуры;
- развивающие: развитие кондиционных и координационных качеств; развитие творческих способностей; развитие мировосприятия; развитие мыслительных способностей, через интеграционные процессы образования;
- прикладные: обучение умениям и навыкам сотрудничества со сверстниками в процессе физкультурной и спортивной деятельности; освоение знаний, умений и навыков, необходимых для обеспечения безопасности во время самостоятельных игр и физкультурных занятий.

**Описание дисциплины**

|                                                                                                                    |                                         |         |              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|---------|--------------|
| Укрупненная группа                                                                                                 | 38.00.00 Экономика и управление         |         |              |
| Направление подготовки                                                                                             | 38.03.01 Экономика                      |         |              |
| Направленность программы                                                                                           | Экономика предприятий и организаций АПК |         |              |
| Образовательная программа                                                                                          | Бакалавриат                             |         |              |
| Квалификация                                                                                                       | Бакалавр                                |         |              |
| Дисциплина обязательной части / части, формируемой участниками образовательных отношений образовательной программы | Обязательная часть                      |         |              |
| Форма контроля                                                                                                     | зачет                                   |         |              |
| Показатели трудоемкости                                                                                            | Форма обучения                          |         |              |
|                                                                                                                    | очная                                   | заочная | очно-заочная |
| Год обучения                                                                                                       | 1                                       | -       | 1            |
| Семестр                                                                                                            | 1                                       | -       | 1            |
| Количество зачетных единиц                                                                                         | 2                                       | -       | 2            |
| Общее количество часов                                                                                             | 72                                      | -       | 72           |
| Количество часов, часы:                                                                                            |                                         |         |              |
| -лекционных                                                                                                        | 4                                       | -       | 2            |
| -практических (семинарских)                                                                                        | 32                                      | -       | -            |
| -лабораторных                                                                                                      |                                         | -       | -            |
| -курсовая работа (проект)                                                                                          |                                         | -       | -            |
| -контактной работы на промежуточную аттестацию                                                                     | 2                                       | -       | 2            |
| -самостоятельной работы                                                                                            | 34                                      | -       | 68           |

### **1.5. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

1.1 Планируемый процесс обучения по дисциплине, направлен на формирование следующих компетенций:

**Универсальных компетенций (УК):**

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

**Индикаторы достижения компетенции:**

- оценивает уровень развития личных физических качеств (УК-7.1).
- выбирает методы и средства физической культуры и спорта для собственного физического развития, профилактики профессиональных заболеваний и утомления на рабочем месте (УК-7.2).

1.2. Планируемые результаты обучения по дисциплине «Физическая культура и спорт», характеризующих этапы формирования компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы бакалавриат по направлению подготовки 38.03.01 Экономика, направленность (профиль): Экономика предприятий и организаций АПК представлены в таблице:

| Код компетенции | Содержание компетенции                                                                                                                     | Планируемые результаты обучения                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                 |                                                                                                                                            | Наименование индикатора достижения компетенции                                                                                                                                | Формируемые знания, умения и навыки                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 1               | 2                                                                                                                                          | 3                                                                                                                                                                             | 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| УК-7            | Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности и для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | УК-7.1. Оценивает уровень развития личных физических качеств                                                                                                                  | <p><i>Знание:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- видов физических упражнений; роли и значения физической культуры в жизни человека и общества;</li> <li>- научно-практических основ физической культуры, профилактик и вредных привычек и здорового образа и стиля жизни</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|                 |                                                                                                                                            | УК-7.2. Выбирает методы и средства физической культуры и спорта для собственного физического развития, профилактики профессиональных заболеваний и утомления на рабочем месте | <p><i>Умение:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 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 ;</li> <li>- использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни</li> </ul> <p><i>Навык и (или) опыт деятельности:</i></p> <p>использования средств и методов физической культуры и спорта для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности</p> |

## 2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА ДИСЦИПЛИНЫ И ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

В процессе освоения учебной дисциплины «Физическая культура и спорт» используются следующие формы организации учебного процесса (образовательные технологии):

- лекции (Л);
- занятия семинарского типа (СЗ);
- самостоятельная работа студентов по выполнению различных видов работы (СР).

В учебном процессе применяются активные и интерактивные формы проведения занятий, внеаудиторная самостоятельная работа, личностно-ориентированное обучение, проблемное обучение. Самостоятельная работа студентов предусматривает подготовку к практическим занятиям, подготовку конспектов по отдельным вопросам изучаемых тем, изучение учебной и методической литературы.

### 2.1. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА ДИСЦИПЛИНЫ

| Наименование темы                                                                    | Содержание темы в дидактических единицах                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Формы организации учебного процесса |              |
|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|--------------|
|                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | очная                               | очно-заочная |
| Раздел 1. Основы физической культуры                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                     |              |
| Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов | 1. Физическая культура и спорт как социальные феномены общества.<br>2. Современное состояние физической культуры и спорта.<br>3. Физическая культура личности.<br>4. Деятельностная сущность физической культуры в различных сферах жизни.<br>5. Ценности физической культуры.<br>6. Физическая культура как учебная дисциплина высшего профессионального образования и целостного развития личности.<br>7. Ценностные ориентации и отношение студентов к физической культуре и спорту.<br>8. Основные положения организации физического воспитания в высшем учебном заведении. | Л, СЗ, СР                           | Л, СЗ, СР    |
| Тема 2. Социально-биологические основы физической культуры                           | 1. Организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система.<br>2. Воздействие природных и социально-экологических факторов на организм и жизнедеятельность человека.<br>3. Средства физической культуры и спорта в управлении совершенствованием функциональных возможностей организма в целях обеспечения умственной и физической деятельности.<br>4. Физиологические механизмы и закономерности совершенствования отдельных систем организма под воздействием направленной физической тренировки.                                           | Л, СЗ, СР                           | Л, СЗ, СР    |

|                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |           |           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------|
|                                                                                                                                                    | 5. Двигательная функция и повышение устойчивости организма человека к различным условиям внешней среды.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |           |           |
| Тема 3. Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья                                                         | 1. Физическая культура в обеспечении здоровья.<br>2. Здоровье человека как ценность и факторы, его определяющие.<br>3. Взаимосвязь общей культуры студента и его образа жизни.<br>4. Структура жизнедеятельности студентов и ее отражение в образе жизни.<br>5. Здоровый образ жизни и его составляющие.<br>6. Личное отношение к здоровью как условие формирования здорового образа жизни.<br>7. Основные требования к организации здорового образа жизни.<br>8. Физическое самовоспитание и самосовершенствование в здоровом образе жизни.<br>9. Критерии эффективности здорового образа жизни. | Л, СЗ, СР | Л, СЗ, СР |
| Тема 4. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности | 1. Психофизиологическая характеристика интеллектуальной деятельности и учебного труда студента.<br>2. Динамика работоспособности студентов в учебном году и факторы, ее определяющие.<br>3. Основные причины изменения психофизического состояния студентов в период экзаменационной сессии, критерии нервно-эмоционального и психофизического утомления.<br>4. Особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности, профилактики нервно-эмоционального и психофизического утомления студентов, повышения эффективности учебного труда.                       | Л, СЗ, СР | Л, СЗ, СР |

*СР – самостоятельная работа студента;*

*СЗ – занятие семинарского типа;*

*Л – лекции.*

## 2.2. ОБЕСПЕЧЕНИЕ СОДЕРЖАНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

| Наименование темы                                                                                                                                  | Литература                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| Раздел 1. Основы физической культуры                                                                                                               |                                         |
| Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов                                                               | О.1., О.3., О.5., Д.2., Д.5., Э.1, М. 1 |
| Тема 2. Социально-биологические основы физической культуры                                                                                         | О.1., О.3., О.4., Д.1., Д.5., Э.1, М. 1 |
| Тема 3. Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья                                                         | О.2., О.3., О.5., Д.3., Д.4., Э.1, М. 1 |
| Тема 4. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности | О.2., О.3., О.4., Д.1, Д.2., Э.1, М. 1  |

### 3. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

| Название разделов и тем                                                                                                                            | Количество часов |             |     |              |    |     |               |             |     |              |     |     |              |             |     |              |     |     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-------------|-----|--------------|----|-----|---------------|-------------|-----|--------------|-----|-----|--------------|-------------|-----|--------------|-----|-----|
|                                                                                                                                                    | очная форма      |             |     |              |    |     | заочная форма |             |     |              |     |     | очно-заочная |             |     |              |     |     |
|                                                                                                                                                    | всего            | В том числе |     |              |    |     | всего         | В том числе |     |              |     |     | всего        | В том числе |     |              |     |     |
| лек                                                                                                                                                |                  | пр          | лаб | конт<br>роль | ср | лек |               | пр          | лаб | контр<br>оль | ср  | лек |              | пр          | лаб | контр<br>оль | ср  |     |
| 1                                                                                                                                                  | 2                | 3           | 4   | 5            | 6  | 7   | 8             | 9           | 10  | 11           | 12  | 13  | 14           | 15          | 16  | 17           | 18  | 19  |
| Содержательный раздел 1. Общие положения экономического развития                                                                                   |                  |             |     |              |    |     |               |             |     |              |     |     |              |             |     |              |     |     |
| Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов                                                               | 17, 5            | 1           | 8   |              |    | 8,5 | н/п           | н/п         | н/п | н/п          | н/п | н/п | 17,5         | 0,5         | н/п | н/п          | -   | 17  |
| Тема 2. Социально-биологические основы физической культуры                                                                                         | 17, 5            | 1           | 8   |              |    | 8,5 | н/п           | н/п         | н/п | н/п          | н/п | н/п | 17,5         | 0,5         | н/п | н/п          | -   | 17  |
| Тема 3. Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья                                                         | 17, 5            | 1           | 8   |              |    | 8,5 | н/п           | н/п         | н/п | н/п          | н/п | н/п | 17,5         | 0,5         | н/п | н/п          | -   | 17  |
| Тема 4. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности | 17, 5            | 1           | 8   |              |    | 8,5 | н/п           | н/п         | н/п | н/п          | н/п | н/п | 17,5         | 0,5         | н/п | н/п          | -   | 17  |
| Курсовая работа (проект)                                                                                                                           |                  |             |     |              |    |     | н/п           | н/п         | н/п | н/п          | н/п | н/п | н/п          | н/п         | н/п | н/п          | н/п | н/п |
| Контактная работа на промежуточную аттестацию                                                                                                      | 2                |             |     |              | 2  |     | н/п           | н/п         | н/п | н/п          | н/п | н/п | 2            | -           | н/п | н/п          | 2   | -   |
| Всего часов                                                                                                                                        | 72               | 4           | 32  | -            | 2  | 34  | н/п           | н/п         | н/п | н/п          | н/п | н/п | 72           | 2           | н/п | н/п          | 2   | 68  |

н/п – не предусмотрено учебным планом образовательной программы.

## **3.2. ТЕМЫ ПРАКТИЧЕСКИХ/СЕМИНАРСКИХ ЗАНЯТИЙ И ИХ СОДЕРЖАНИЕ**

### **Раздел 1. Основы физической культуры**

#### **Тема 1. Легкая атлетика**

##### **Практическое занятие 1.**

Развитие общей и специальной выносливости

*Цель:* развитие физических качеств

*Средства:* бег на средние и длинные дистанции

##### **Практическое занятие 1.2.**

Развитие скоростных качеств. Повышение уровня скоростно-силовой подготовки.

*Цель:* развитие физических качеств

*Средства:* бег на короткие дистанции, прыжки

##### **Практическое занятие 1.3.**

Обучение технике низкого старта. Развитие специальной выносливости.

*Цель:* развитие физических качеств

*Средства:* бег на короткие дистанции

##### **Практическое занятие 1.4.**

Развитие быстроты реакций и движений.

*Цель:* развитие физических качеств

*Средства:* челночный бег

##### **Практическое занятие 1. 5.**

Совершенствование техники бега на спринтерской дистанции.

*Цель:* развитие физических качеств

*Средства:* бег на спринтерские дистанции

#### **Тема 2.**

##### **Баскетбол**

##### **Практическое занятие 2. 1.**

Совершенствование техники элементов баскетбола (ловля и передача мяча, ведение мяча).

Развитие ловкости.

*Цель:* развитие физических качеств

*Оснащение:* баскетбольная площадка, баскетбольные мячи

##### **Практическое занятие 2.2.**

Совершенствование броска в кольцо после ведения. Бросок в кольцо с перемещением. Развитие силовых и скоростных качеств, при помощи набивных мячей. Совершенствование игры в баскетбол.

*Цель:* развитие физических качеств

*Оснащение:* баскетбольная площадка, баскетбольные мячи

##### **Практическое занятие 2.3.**

Совершенствование ведения мяча в сочетании с развитием быстроты, ловкости.

Совершенствование бросков мяча по кольцу двумя руками сверху с развитием координационных способностей. Развитие внимания.

*Цель:* развитие физических качеств

*Оснащение:* баскетбольная площадка, баскетбольные мячи

### 3.3. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ

Самостоятельная работа студентов по изучению дисциплины «Физическая культура и спорт» предусматривает коллективные и индивидуальные занятия в свободное от учебы время.

Коллективные задания для самостоятельной работы выполняются всеми студентами и предусматривают обобщение учебного материала по отдельным темам. Выполнение этих заданий контролируется преподавателем (тренером) во время проведения практических и семинарских занятий путем тестирования, участия в спортивных мероприятиях, выполнения нормативных заданий и т.п., а также при проведении текущего контроля знаний по дисциплине.

Самостоятельная внеаудиторная работа студента предусматривает выполнение индивидуальных заданий. В случае необходимости студенты могут обращаться за консультацией преподавателя согласно графика консультаций, утвержденного кафедрой.

#### 3.3.1. Тематика самостоятельной работы для коллективной проработки

| №<br>п/п | Наименование темы                                                                                                                                                                                    |
|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.       | Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов                                                                                                                         |
| 2.       | Социально-биологические основы физической культуры                                                                                                                                                   |
| 3.       | Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья                                                                                                                   |
| 4.       | Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности                                                           |
| 5.       | Развитие общей и специальной выносливости.                                                                                                                                                           |
| 6.       | Развитие скоростных качеств. Повышение уровня скоростно-силовой подготовки.                                                                                                                          |
| 7.       | Обучение технике низкого старта. Развитие специальной выносливости.                                                                                                                                  |
| 8.       | Развитие быстроты реакций и движений.                                                                                                                                                                |
| 9.       | Совершенствование техники бега на спринтерской дистанции.                                                                                                                                            |
| 10.      | Совершенствование техники элементов баскетбола (ловля и передача мяча, ведение мяча). Развитие ловкости.                                                                                             |
| 11.      | Совершенствование броска в кольцо после ведения. Бросок в кольцо с перемещением. Развитие силовых и скоростных качеств, при помощи набивных мячей. Совершенствование игры в баскетбол.               |
| 12.      | Совершенствование ведения мяча в сочетании с развитием быстроты, ловкости. Совершенствование бросков мяча по кольцу двумя руками сверху с развитием координационных способностей. Развитие внимания. |

### 3.3.2. Виды самостоятельной работы

| Название разделов и тем                                                                                                                            | Количество часов |             |          |           |          |          |               |             |          |          |          |          |                    |             |          |           |           |          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-------------|----------|-----------|----------|----------|---------------|-------------|----------|----------|----------|----------|--------------------|-------------|----------|-----------|-----------|----------|
|                                                                                                                                                    | очная форма      |             |          |           |          |          | заочная форма |             |          |          |          |          | очно-заочная форма |             |          |           |           |          |
|                                                                                                                                                    | всего            | В том числе |          |           |          |          | всего         | В том числе |          |          |          |          | всего              | В том числе |          |           |           |          |
|                                                                                                                                                    |                  | чт          | чдл      | пд        | пспл     | рз       |               | чт          | чдл      | пд       | пспл     | рз       |                    | чт          | чдл      | пд        | пспл      | рз       |
| 1                                                                                                                                                  | 2                | 3           | 4        | 5         | 6        | 7        | 8             | 9           | 10       | 11       | 12       | 13       | 14                 | 15          | 16       | 17        | 18        | 19       |
| Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов                                                               | 8,5              | 4,25        | -        | 4,25      | -        | -        | -             | -           | -        | -        | -        | -        | 17                 | 7           | -        | 5         | 5         | -        |
| Тема 2. Социально-биологические основы физической культуры                                                                                         | 8,5              | 4,25        | -        | 4,25      | -        | -        | -             | -           | -        | -        | -        | -        | 17                 | 7           | -        | 5         | 5         | -        |
| Тема 3. Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья                                                         | 8,5              | 4,25        | -        | 4,25      | -        | -        | -             | -           | -        | -        | -        | -        | 17                 | 7           | -        | 5         | 5         | -        |
| Тема 4. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности | 8,5              | 4,25        | -        | 4,25      | -        | -        | -             | -           | -        | -        | -        | -        | 17                 | 7           | -        | 5         | 5         | -        |
| <b>Всего часов</b>                                                                                                                                 | <b>34</b>        | <b>17</b>   | <b>-</b> | <b>17</b> | <b>-</b> | <b>-</b> | <b>-</b>      | <b>-</b>    | <b>-</b> | <b>-</b> | <b>-</b> | <b>-</b> | <b>68</b>          | <b>28</b>   | <b>-</b> | <b>20</b> | <b>20</b> | <b>-</b> |

*Чт – чтение текстов учебников, учебного материала;*

*Чдл – чтение дополнительной литературы;*

*Пд – подготовка доклада;*

*Ппз – подготовка к практическим занятиям;*

*Рз – решение ситуационных профессиональных задач.*

#### 4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

##### 4.1. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

##### 4.1.1. Основная литература:

| №                         | Наименование основной литературы                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Кол-во экземпляров в библиотеке ДОНАГРА | Наличие электронной версии на учебно-методическом портале |
|---------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------------|
| О.1.                      | Мельников Ю.А., Феофилактов Н.З. Подвижные игры в физическом воспитании: учебно-методическое пособие. – 2-е изд., дораб. и доп. – Ижевск: Издательский центр «Удмуртский университет», 2021. – 80 с. – Режим доступа: <a href="https://cloud.mail.ru/public/j6MV/3a55QXY1u">https://cloud.mail.ru/public/j6MV/3a55QXY1u</a>                                                                                                                              |                                         | +                                                         |
| О.2.                      | Развитие силовых качеств в процессе физического воспитания студентов: учебное пособие / К.Н. Сизоненко. – Благовещенск: Амурский гос. ун-т, 2020. – 51 с. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <a href="https://cloud.mail.ru/public/j6MV/3a55QXY1u">https://cloud.mail.ru/public/j6MV/3a55QXY1u</a>                                                                                                                                                 |                                         | +                                                         |
| О.3.                      | Физическое воспитание в вузе : учебное пособие / О. Л. Хабарова ; [научный редактор В. П. Чернышев] ; ФГБОУ ВО «Тихоокеанский государственный университет». - Хабаровск : Издательство ТОГУ, 2019. - 102 с. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <a href="https://cloud.mail.ru/public/j6MV/3a55QXY1u">https://cloud.mail.ru/public/j6MV/3a55QXY1u</a>                                                                                               |                                         | +                                                         |
| О.4.                      | Методика преподавания физической культуры : краткий курс лекций / сост. В.Г. Шпак. – Витебск : ВГУ имени П.М. Маше-рова, 2019. – 84 с. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <a href="https://cloud.mail.ru/public/j6MV/3a55QXY1u">https://cloud.mail.ru/public/j6MV/3a55QXY1u</a>                                                                                                                                                                    |                                         | +                                                         |
| О.5.                      | Теоретическое обеспечение учебного процесса по физической культуре студентов вуза : учебное пособие / В. П. Каргаполов, А. В. Хотимченко, А. П. Колесникова, В. Д. Поликарпов ; под общ. ред. В. П. Каргаполова; [науч. ред. Н. К. Приходько]. - Хабаровск : Изд-во Тихоокеан. гос. ун-та, 2019. - 184 с. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <a href="https://cloud.mail.ru/public/j6MV/3a55QXY1u">https://cloud.mail.ru/public/j6MV/3a55QXY1u</a> |                                         | +                                                         |
| Всего наименований: 5 шт. |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 0 печатных экземпляров                  | 5 электронных ресурсов                                    |

##### 4.1.2. Дополнительная литература

| №    | Наименование дополнительной литературы                                                              | Кол-во экземпляров в библиотеке ДОНАГРА | Наличие электронной версии на учебно-методическом портале |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------------|
| Д.1. | Физическое воспитание в вузе: учебное пособие / ТА. Ботагариев, Е.К. Тулегенов, Н.М. Мамбетов, А.С. |                                         | +                                                         |

|                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                        |                        |
|---------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|------------------------|
|                           | Аралбаев.- Алматы: ССК, 2018.-256 с. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <a href="https://cloud.mail.ru/public/j6MV/3a55QXY1u">https://cloud.mail.ru/public/j6MV/3a55QXY1u</a>                                                                                                                                                                            |                        |                        |
| Д.2.                      | Функциональные тренировки в системе физического воспитания студентов вузов. Учебное пособие. – Благовещенск: Амурский гос. ун-т, 2020. – 36 с. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <a href="https://cloud.mail.ru/public/j6MV/3a55QXY1u">https://cloud.mail.ru/public/j6MV/3a55QXY1u</a>                                                                  |                        | +                      |
| Д.3.                      | Труднева М.И. Комплекс специальных упражнений для ускоренной адаптации силовых возможностей студента: Учебно-методическое пособие. – М.: РУТ (МИИТ), 2020. – 26 с.– [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <a href="https://cloud.mail.ru/public/j6MV/3a55QXY1u">https://cloud.mail.ru/public/j6MV/3a55QXY1u</a>                                               |                        | +                      |
| Д.4.                      | Войнова Е.В. Развитие ловкости и скоростно-силовых качеств на занятиях по физической культуре в транспортном вузе с помощью специальных упражнений: Учебно-методическое пособие. – М.: РУТ (МИИТ), 2020. -35 с. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <a href="https://cloud.mail.ru/public/j6MV/3a55QXY1u">https://cloud.mail.ru/public/j6MV/3a55QXY1u</a> |                        | +                      |
| Д.5.                      | Введение в теорию и методику обучения физической культуре : учеб. пособие / С.Е. Оправхата. - Хабаровск: Изд-во Тихоокеан. гос. ун-та, 2018. - 104 с. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <a href="https://cloud.mail.ru/public/j6MV/3a55QXY1u">https://cloud.mail.ru/public/j6MV/3a55QXY1u</a>                                                           |                        | +                      |
| Всего наименований: 5 шт. |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 0 печатных экземпляров | 5 электронных ресурсов |

#### 4.1.4. Перечень профессиональных баз данных

| Наименование ресурсов                                                      | Режим доступа                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| Общероссийская сеть распространения правовой информации «Консультант Плюс» | <a href="http://www.consultant.ru">http://www.consultant.ru</a> |
| СПС ГАРАНТ                                                                 | <a href="http://www.garant.ru">http://www.garant.ru</a>         |

#### 4.1.5. Перечень информационных справочных систем

| Наименование ресурса                                                                       | Режим доступа                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| Официальный сайт Министерства по физической культуре и спорту Донецкой Народной Республики | <a href="http://www.minsport.donland.ru">http:// www.minsport.donland.ru</a> |
| Официальный портал правительства Донецкой Народной Республики                              | <a href="http://www.donland.ru">http://www.donland.ru</a>                    |
| Сетевое издание «Центр раскрытия корпоративной информации»                                 | <a href="http://www.e-disclosure.ru">http://www.e-disclosure.ru</a>          |
| ЭБС «AgriLib»                                                                              | <a href="http://ebs.rgazu.ru">http://ebs.rgazu.ru</a>                        |

#### 4.2. СРЕДСТВА ОБЕСПЕЧЕНИЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

| №    | Наименование методических разработок                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| М.1. | Тарасенко, Л. М. Методические рекомендации для самостоятельных занятий по учебной по дисциплине «Физическая культура и спорт» (для студентов направления подготовки 38.03.01 Экономика) / Л. М. Тарасенко – Макеевка: ДОНАГРА, 2023. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: внутренний учебно-информационный портал |

#### **4.3. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ (ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ)**

Фонд оценочных средств по дисциплине «Физическая культура и спорт» разработан в соответствии с Положением о фонде оценочных средств в Федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Донбасская аграрная академия» и является неотъемлемой частью основной профессиональной образовательной программы высшего образования.

#### **4.4. КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ**

Критерии оценки формируются исходя из требований Положения о порядке организации и проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры.

В процессе текущего и промежуточного контроля оценивается уровень освоения компетенций, формируемых дисциплиной, согласно этапам освоения дисциплины.

#### 4.4.1 . Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

| Код компетенции | Содержание компетенции (или ее части)                                                                                                      | Наименование индикатора достижения компетенции                                                                                                                                | В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны:                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                              |
|-----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                 |                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                               | I этап<br>Знать                                                                                                                                                                                                   | II этап<br>Уметь                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | III этап<br>Навык и (или) опыт деятельности                                                                                                                                                                  |
| УК-7            | Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности и для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | УК-7.1. Оценивает уровень развития личных физических качеств                                                                                                                  | - виды физических упражнений; роль и значение физической культуры в жизни человека и общества;<br>- научно-практические основы физической культуры, профилактик вредных привычек и здорового образа и стиля жизни |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                              |
|                 |                                                                                                                                            | УК-7.2. Выбирает методы и средства физической культуры и спорта для собственного физического развития, профилактики профессиональных заболеваний и утомления на рабочем месте |                                                                                                                                                                                                                   | - 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 ;<br>- использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни | использования средств и методов физической культуры и спорта для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности |

#### 4.4.2 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

##### Описание шкалы оценивания сформированности компетенций

Компетенции на различных этапах их формирования оцениваются шкалой: «зачтено», «не зачтено» в форме зачета.

##### Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования

| Результат обучения по дисциплине                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Критерии и показатели оценивания результатов обучения                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | не зачтено                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | зачтено                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>I этап</b><br><b>Знать</b> виды физических упражнений; роль и значение физической культуры в жизни человека и общества;<br>- научно-практические основы физической культуры, профилактик и вредных привычек и здорового образа и стиля жизни <b>(УК-7 / 7.1)</b>                                                      | <b>Фрагментарные знания</b><br>- видов физических упражнений; роли и значения физической культуры в жизни человека и общества;<br>- научно-практических основ физической культуры, профилактик вредных привычек и здорового образа и стиля жизни <b>/Отсутствие знаний</b>                                                             | <b>Неполные знания</b><br>- видов физических упражнений; роли и значения физической культуры в жизни человека и общества;<br>- научно-практических основ физической культуры, профилактик вредных привычек и здорового образа и стиля жизни                                                                 | <b>Сформированные, но содержащие отдельные пробелы знания</b><br>- видов физических упражнений; роли и значения физической культуры в жизни человека и общества;<br>- научно-практических основ физической культуры, профилактик вредных привычек и здорового образа и стиля жизни                                                                        | <b>Сформированные и систематические знания</b><br>- видов физических упражнений; роли и значения физической культуры в жизни человека и общества;<br>- научно-практических основ физической культуры, профилактик вредных привычек и здорового образа и стиля жизни                                                                                 |
| <b>II этап</b><br><b>Уметь</b><br>- 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;<br>- использовать средства и методы физического воспитания для | <b>Фрагментарное умение</b><br>- 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;<br>- использовать средства и методы физического воспитания для профессионально- | <b>В целом успешное, но не систематическое умение</b><br>- 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;<br>- использовать средства | <b>В целом успешное, но содержащее отдельные пробелы умение</b><br>- 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;<br>- использовать средства и методы физического воспитания для | <b>Успешное и систематическое умение</b><br>- 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;<br>- использовать средства и методы физического воспитания для профессионально- |

|                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни<br><b>(УК-7 / 7.2)</b>                                     | личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни<br><b>/ Отсутствие умений</b>                                                                            | и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни                                                    | профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни                                                                                                          | личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни                                                                                           |
| III этап<br><b>Владеть</b> средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности <b>(УК-7 / 7.2)</b> | <b>Фрагментарное применение навыков</b> владения средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности / <b>Отсутствие навыков</b> | <b>В целом успешное, но не систематическое применение навыков</b> владения средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | <b>В целом успешное, но сопровождающееся отдельными ошибками применение навыков</b> владения средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | <b>Успешное и систематическое применение навыков</b> владения средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности |

#### 4.4.3 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этап формирования компетенций

Оценка знаний, умений, навыка и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций по дисциплине проводится в форме текущего контроля и промежуточной аттестации.

Текущий контроль проводится в течение семестра с целью определения уровня усвоения обучающимися знаний, формирования умений, навыков и (или) опыта деятельности, своевременного выявления преподавателем недостатков в подготовке обучающихся и принятия необходимых мер по ее корректировке, а так же для совершенствования методики обучения, организации учебной работы и оказания обучающимся индивидуальной помощи.

К текущему контролю относятся проверка знаний, умений, навыков обучающихся:

- на занятиях (опрос, решение задач, деловая игра, круглый стол, тестирование (письменное или компьютерное), ответы (письменные или устные) на теоретические вопросы, решение практических задач и выполнение заданий на практическом занятии, выполнение контрольных работ;
- по результатам выполнения индивидуальных заданий;
- по результатам проверки качества конспектов лекций, рабочих тетрадей и иных материалов;
- по результатам отчета обучающихся в ходе индивидуальной консультации преподавателя, проводимой в часы самостоятельной работы, по имеющимся задолженностям.

На первых занятиях преподаватель выдает студентам график контрольных мероприятий текущего контроля.

**ГРАФИК контрольных мероприятий текущего контроля по дисциплине**

| № и наименование темы контрольного мероприятия                                       | Формируемая компетенция | Индикатор достижения компетенции | Этап формирования компетенции | Форма контрольного мероприятия (тест, контрольная работа, устный опрос, коллоквиум, деловая игра и т.п.)       | Проведение контрольного мероприятия |
|--------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|----------------------------------|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|
| Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов | УК-7                    | УК-7.1<br>УК-7.2                 | I этап<br>II этап<br>III этап | Оценка правильности выполнения тестовых заданий, написание доклада. Индивидуальный опрос<br>Контрольная работа | 1-е занятие                         |
| Тема 4. Психологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности..      | УК-7                    | УК-7.1<br>УК-7.2                 | I этап<br>II этап<br>III этап | Оценка правильности выполнения тестовых заданий, написание доклада. Индивидуальный опрос<br>Контрольная работа | 2-е занятие                         |

**Устный опрос** – наиболее распространенный метод контроля знаний студентов, предусматривающий уровень овладения компетенциями, в т. ч. полноту знаний теоретического контролируемого материала.

При устном опросе устанавливается непосредственный контакт между преподавателем и студентом, в процессе которого преподаватель получает широкие возможности для изучения индивидуальных особенностей усвоения студентами учебного материала.

Устный опрос по дисциплине проводится на основании самостоятельной работы студента по каждому разделу. Вопросы представлены в планах лекций по дисциплине.

Различают фронтальный, индивидуальный и комбинированный опрос. Фронтальный опрос проводится в форме беседы преподавателя с группой. Он органически сочетается с повторением пройденного, являясь средством для закрепления знаний и умений. Его достоинство в том, что в активную умственную работу можно вовлечь всех студентов группы. Для этого вопросы должны допускать краткую форму ответа, быть лаконичными, логически увязанными друг с другом, даны в такой последовательности, чтобы ответы студентов в совокупности могли раскрыть содержание раздела, темы. С помощью фронтального опроса преподаватель имеет возможность проверить выполнение студентами домашнего задания, выяснить готовность группы к изучению нового материала, определить сформированность основных понятий, усвоение нового учебного материала, который только что был разобран на занятии. Целесообразно использовать фронтальный опрос также перед проведением практических работ, так как он позволяет проверить подготовленность студентов к их выполнению.

Вопросы должны иметь преимущественно поисковый характер, чтобы побуждать студентов к самостоятельной мыслительной деятельности.

Индивидуальный опрос предполагает объяснение, связанные ответы студентов на вопрос, относящийся к изучаемому учебному материалу, поэтому он служит важным средством развития речи, памяти, мышления студентов. Чтобы сделать такую проверку более глубокой, необходимо ставить перед студентами вопросы, требующие развернутого ответа.

Вопросы для индивидуального опроса должны быть четкими, ясными, конкретными, емкими, иметь прикладной характер, охватывать основной, ранее пройденный материал программы. Их содержание должно стимулировать студентов логически мыслить, сравнивать, анализировать сущность явлений, доказывать, подбирать убедительные примеры, устанавливать причинно-следственные связи, делать обоснованные выводы и этим способствовать объективному выявлению знаний студентов. Вопросы обычно задают всей группе и после небольшой паузы, необходимой для того, чтобы все студенты поняли его и приготовились к ответу, вызывают для ответа конкретного студента.

Для того чтобы вызвать при проверке познавательную активность студентов всей группы, целесообразно сочетать индивидуальный и фронтальный опрос.

Длительность устного опроса зависит от учебного предмета, вида занятий, индивидуальных особенностей студентов.

В процессе устного опроса преподавателю необходимо побуждать студентов использовать при ответе схемы, графики, диаграммы.

Заключительная часть устного опроса – подробный анализ ответов студентов. Преподаватель отмечает положительные стороны, указывает на недостатки ответов, делает вывод о том, как изучен учебный материал. При оценке ответа учитывает его правильность и полноту, сознательность, логичность изложения материала, культуру речи, умение увязывать теоретические положения с практикой, в том числе и с будущей профессиональной деятельностью.

#### Критерии и шкалы оценивания устного опроса

| Критерии оценки при текущем контроле                                                                                                                                                                              | Оценка                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|
| Студент отсутствовал на занятии или не принимал участия. Неверные и ошибочные ответы по вопросам, разбираемым на семинаре                                                                                         | «неудовлетворительно» |
| Студент принимает участие в обсуждении некоторых проблем, даёт расплывчатые ответы на вопросы. Описывая тему, путается и теряет суть вопроса. Верность суждений, полнота и правильность ответов – 40-59 %         | «удовлетворительно»   |
| Студент принимает участие в обсуждении некоторых проблем, даёт ответы на некоторые вопросы, то есть не проявляет достаточно высокой активности. Верность суждений студента, полнота и правильность ответов 60-79% | «хорошо»              |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| Студент демонстрирует знание материала по разделу, основанные на знакомстве с обязательной литературой и современными публикациями; дает логичные, аргументированные ответы на поставленные вопросы. Высока активность студента при ответах на вопросы преподавателя, активное участие в проводимых дискуссиях. Правильность ответов и полнота их раскрытия должны составлять более 80% | «отлично» |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|

**Тестирование.** Основное достоинство тестовой формы контроля – простота и скорость, с которой осуществляется первая оценка уровня обученности по конкретной теме, позволяющая, к тому же, реально оценить готовность к итоговому контролю в иных формах и, в случае необходимости, откорректировать те или иные элементы темы. Тест формирует полноту знаний теоретического контролируемого материала.

### Критерии и шкалы оценивания тестов

| Критерии оценки при текущем контроле                                                                |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| процент правильных ответов менее 40 (по 5 бальной системе контроля – оценка «неудовлетворительно»); |  |
| процент правильных ответов 40 – 59 (по 5 бальной системе контроля – оценка «удовлетворительно»)     |  |
| процент правильных ответов 60 – 79 (по 5 бальной системе контроля – оценка «хорошо»)                |  |
| процент правильных ответов 80-100 (по 5 бальной системе контроля – оценка «отлично»)                |  |

### Критерии и шкалы оценивания рефератов (докладов)

| Оценка              | Профессиональные компетенции                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Отчетность                                                                                                      |
|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| «отлично»           | Работа выполнена на высоком профессиональном уровне. Полностью соответствует поставленным в задании целям и задачам. Представленный материал в основном верен, допускаются мелкие неточности. Студент свободно отвечает на вопросы, связанные с докладом. Выражена способность к профессиональной адаптации, интерпретации знаний из междисциплинарных областей                                                     | Письменно оформленный доклад (реферат) представлен в срок. Полностью оформлен в соответствии с требованиями     |
| «хорошо»            | Работа выполнена на достаточно высоком профессиональном уровне, допущены несколько существенных ошибок, не влияющих на результат. Студент отвечает на вопросы, связанные с докладом, но недостаточно полно. Уровень недостаточно высок. Допущены существенные ошибки, не существенно влияющие на конечное восприятие материала. Студент может ответить лишь на некоторые из заданных вопросов, связанных с докладом | Письменно оформленный доклад (реферат) представлен в срок, но с некоторыми недоработками                        |
| «удовлетворительно» | Уровень недостаточно высок. Допущены существенные ошибки, не существенно влияющие на конечное восприятие материала. Студент может ответить лишь на некоторые из заданных вопросов, связанных с докладом                                                                                                                                                                                                             | Письменно оформленный доклад (реферат) представлен со значительным опозданием (более недели). Имеются отдельные |

|                       |                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                           |
|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                       |                                                                                                                                                                                 | недочеты в оформлении                                                                                                                     |
| «неудовлетворительно» | Работа выполнена на низком уровне. Допущены грубые ошибки. Ответы на связанные с докладом вопросы обнаруживают непонимание предмета и отсутствие ориентации в материале доклада | Письменно оформленный доклад (реферат) представлен со значительным опозданием (более недели). Имеются существенные недочеты в оформлении. |

### Критерии и шкалы оценивания презентации

| Дескрипторы        | Минимальный ответ<br>«неудовлетворительно»                                                           | Изложенный, раскрытый ответ<br>«удовлетворительно»                                                                 | Законченный, полный ответ<br>«хорошо»                                                                                          | Образцовый ответ<br>«отлично»                                                                                                     |
|--------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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 информация логически не связана. Не использованы профессиональные термины.            | Представляемая информация не систематизирована и/или не последовательна. Использован 1-2 профессиональных термина. | Представляемая информация систематизирована и последовательна. Использовано более 2 профессиональных терминов.                 | Представляемая 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 приведением примеров.                                                                                  |

Процедура оценивания компетенций обучающихся основана на следующих стандартах:

1. Периодичность проведения оценки (по каждому разделу дисциплины).
2. Многоступенчатость: оценка (как преподавателем, так и студентами группы) и самооценка обучающегося, обсуждение результатов и комплекс мер по устранению недостатков.
3. Единство используемой технологии для всех обучающихся, выполнение условий сопоставимости результатов оценивания.
4. Соблюдение последовательности проведения оценки: предусмотрено, что развитие компетенций идет по возрастанию их уровней сложности, а оценочные средства на каждом этапе учитывают это возрастание. Так по каждому разделу дисциплины идет накопление знаний, на проверку которых направлены такие оценочные средства как устный опрос и

подготовка докладов. Далее проводится задачное обучение, позволяющее оценить не только знания, но умения, навык и опыт применения студентов по их применению. На заключительном этапе проводится тестирование, устный опрос или письменная контрольная работа по разделу.

**Промежуточная аттестация** осуществляется, в конце каждого семестра и представляет собой итоговую оценку знаний по дисциплине в виде проведения экзаменационной процедуры (экзамена).

Процедура промежуточной аттестации проходит в соответствии с Положением о текущем контроле и промежуточной аттестации обучающихся. Промежуточная аттестация проводится в форме экзамена в устной форме.

Аттестационные испытания в форме устного экзамена проводятся преподавателем, ведущим лекционные занятия по данной дисциплине. Присутствие посторонних лиц в ходе проведения аттестационных испытаний без разрешения ректора или проректора не допускается (за исключением работников академии, выполняющих контролирующие функции в соответствии со своими должностными обязанностями). В случае отсутствия ведущего преподавателя аттестационные испытания проводятся преподавателем, назначенным письменным распоряжением по кафедре.

Инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья, имеющие нарушения опорно-двигательного аппарата, могут допускаться на аттестационные испытания в сопровождении ассистентов-сопровождающих.

Во время аттестационных испытаний обучающиеся могут пользоваться рабочей программой дисциплины, а также с разрешения преподавателя справочной и нормативной литературой, калькуляторами.

Время подготовки ответа при сдаче экзамена в устной форме должно составлять не менее 40 минут (по желанию обучающегося ответ может быть досрочным). Время ответа – не более 15 минут

При проведении устного экзамена экзаменационный билет выбирает сам экзаменуемый в случайном порядке. При подготовке к устному экзамену экзаменуемый, как правило, ведет записи в листе устного ответа, который затем (по окончании экзамена) сдается экзаменатору.

Экзаменатору предоставляется право задавать обучающимся дополнительные вопросы в рамках программы дисциплины, а также, помимо теоретических вопросов, давать задачи, которые изучались на практических занятиях.

#### Шкала оценивания

| Экзамен, зачет с оценкой, курсовые работы (проекты), практики | Зачет        | Критерии оценивания                                                                                                                                                                 |
|---------------------------------------------------------------|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| «Отлично»                                                     | «Зачтено»    | Сформированные и систематические знания; успешные и систематические умения; успешное и систематическое применение навыков                                                           |
| «Хорошо»                                                      |              | Сформированные, но содержащие отдельные пробелы знания; в целом успешные, но содержащие пробелы умения; в целом успешное, но сопровождающееся отдельными ошибками применение навыка |
| «Удовлетворительно»                                           |              | Неполные знания; в целом успешное, но несистематическое умение; в целом успешное, но несистематическое применение навыков                                                           |
| «Неудовлетворительно»                                         | «Не зачтено» | Фрагментарные знания, умения и навыки / отсутствуют знания, умения и навыки                                                                                                         |

#### 4.5. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Приступая к изучению дисциплины, студенту необходимо внимательно ознакомиться с тематическим планом занятий, списком рекомендованной литературы. Следует уяснить последовательность выполнения индивидуальных учебных заданий. Самостоятельная работа студента предполагает работу с научной и учебной литературой, умение создавать тексты. Уровень и глубина усвоения дисциплины зависят от активной и систематической работы на лекциях, изучения рекомендованной литературы, выполнения контрольных письменных заданий.

При изучении дисциплины студенты выполняют следующие задания:

- изучают рекомендованную научно-практическую и учебную литературу;
- выполняют задания, предусмотренные для самостоятельной работы.

Основными видами аудиторной работы обучающихся являются занятия лекционного типа и занятия семинарского типа.

В ходе лекций преподаватель излагает и разъясняет основные, наиболее сложные понятия темы, а также связанные с ней теоретические и практические проблемы, дает рекомендации на семинарское (практические) занятие и указания на самостоятельную работу.

Семинарские (практические) занятия завершают изучение тем учебной дисциплины. Они служат для закрепления изученного материала, развития умений и навыков подготовки докладов, сообщений, приобретения опыта устных публичных выступлений, ведения дискуссии, аргументации и защиты выдвигаемых положений, а также для контроля преподавателем степени подготовленности студентов по изучаемой дисциплине.

Семинар предполагает свободный обмен мнениями по избранной тематике. Он начинается со вступительного слова преподавателя, формулирующего цель занятия и характеризующего его основную проблематику. Затем, как правило, заслушиваются сообщения студентов. Обсуждение сообщения совмещается с рассмотрением намеченных вопросов. Сообщения, предполагающие анализ публикаций по отдельным вопросам семинара, заслушиваются обычно в середине занятия. Поощряется выдвижение и обсуждение альтернативных мнений. В заключительном слове преподаватель подводит итоги обсуждения и объявляет оценки выступавшим студентам. В целях контроля подготовленности студентов и привития им навыков краткого письменного изложения своих мыслей преподаватель в ходе семинарских занятий может осуществлять текущий контроль знаний в виде тестовых заданий.

При подготовке к семинару студенты имеют возможность воспользоваться консультациями преподавателя. Кроме указанных тем студенты вправе, по согласованию с преподавателем, избирать и другие интересующие их темы.

##### **Подготовка к лекциям.**

Знакомство с дисциплиной происходит уже на первой лекции, где от студента требуется не просто внимание, но и самостоятельное оформление конспекта. При работе с конспектом лекций необходимо учитывать тот фактор, что одни лекции дают ответы на конкретные вопросы темы, другие – лишь выявляют взаимосвязи между явлениями, помогая студенту понять глубинные процессы развития изучаемого предмета как в истории, так и в настоящее время.

Конспектирование лекций – сложный вид вузовской аудиторной работы, предполагающий интенсивную умственную деятельность студента. Конспект является полезным тогда, когда записано самое существенное и сделано это самим обучающимся. Не надо стремиться записать дословно всю лекцию. Такое «конспектирование» приносит больше вреда, чем пользы. Целесообразно вначале понять основную мысль, излагаемую лектором, а затем записать ее. Желательно запись осуществлять на одной странице листа или оставляя поля, на которых позднее, при самостоятельной работе с конспектом, можно сделать дополнительные записи, отметить непонятные места.

Конспект лекции лучше подразделять на пункты, соблюдая красную строку. Этому в большой степени будут способствовать вопросы плана лекции, предложенные преподавателям. Следует обращать внимание на акценты, выводы, которые делает лектор, отмечая наиболее важные моменты в лекционном материале замечаниями «важно», «хорошо запомнить» и т.п. Можно делать это и с помощью разноцветных маркеров или ручек, подчеркивая термины и определения.

Целесообразно разработать собственную систему сокращений, аббревиатур и символов. Однако при дальнейшей работе с конспектом символы лучше заменить обычными словами для быстрого зрительного восприятия текста.

Работая над конспектом лекций, всегда необходимо использовать не только учебник, но и ту литературу, которую дополнительно рекомендовал лектор. Именно такая серьезная, кропотливая работа с лекционным материалом позволит глубоко овладеть теоретическим материалом.

### **Подготовка к практическим занятиям.**

Подготовку к каждому практическому занятию студент должен начать с ознакомления с планом практического занятия, который отражает содержание предложенной темы. Тщательное продумывание и изучение вопросов плана основывается на проработке текущего материала лекции, а затем изучения обязательной и дополнительной литературы, рекомендованной к данной теме. Все новые понятия по изучаемой теме необходимо выучить наизусть и внести в глоссарий, который целесообразно вести с самого начала изучения курса.

Результат такой работы должен проявиться в способности студента свободно ответить на теоретические вопросы практикума, его выступлении и участии в коллективном обсуждении вопросов изучаемой темы, правильном выполнении практических заданий и контрольных работ.

В процессе подготовки к практическим занятиям, студентам необходимо обратить особое внимание на самостоятельное изучение рекомендованной литературы. При всей полноте конспектирования лекции в ней невозможно изложить весь материал из-за лимита аудиторных часов. Поэтому самостоятельная работа с учебниками, учебными пособиями, научной, справочной литературой, материалами периодических изданий и Интернета является наиболее эффективным методом получения дополнительных знаний, позволяет значительно активизировать процесс овладения информацией, способствует более глубокому усвоению изучаемого материала, формирует у студентов свое отношение к конкретной проблеме.

### **Рекомендации по работе с литературой.**

Работу с литературой целесообразно начать с изучения общих работ по теме, а также учебников и учебных пособий. Далее рекомендуется перейти к анализу монографий и статей, рассматривающих отдельные аспекты проблем, изучаемых в рамках курса, а также официальных материалов и неопубликованных документов (научно-исследовательские работы, диссертации), в которых могут содержаться основные вопросы изучаемой проблемы.

Работу с источниками надо начинать с ознакомительного чтения, т.е. просмотреть текст, выделяя его структурные единицы. При ознакомительном чтении закладками отмечаются те страницы, которые требуют более внимательного изучения.

В зависимости от результатов ознакомительного чтения выбирается дальнейший способ работы с источником. Если для разрешения поставленной задачи требуется изучение некоторых фрагментов текста, то используется метод выборочного чтения. Если в книге нет подробного оглавления, следует обратить внимание ученика на предметные и именные указатели.

Избранные фрагменты или весь текст (если он целиком имеет отношение к теме) требуют вдумчивого, неторопливого чтения с «мысленной проработкой» материала. Такое чтение предполагает выделение: 1) главного в тексте; 2) основных аргументов; 3) выводов. Особое внимание следует обратить на то, вытекает тезис из аргументов или нет.

Необходимо также проанализировать, какие из утверждений автора носят проблематичный, гипотетический характер и уловить скрытые вопросы.

Понятно, что умение таким образом работать с текстом приходит далеко не сразу. Наилучший способ научиться выделять главное в тексте, улавливать проблематичный характер утверждений, давать оценку авторской позиции - это сравнительное чтение, в ходе которого студент знакомится с различными мнениями по одному и тому же вопросу, сравнивает весомость и доказательность аргументов сторон и делает вывод о наибольшей убедительности той или иной позиции.

Если в литературе встречаются разные точки зрения по тому или иному вопросу из-за сложности прошедших событий и явлений, нельзя их отвергать, не разобравшись. При наличии расхождений между авторами необходимо найти рациональное зерно у каждого из них, что позволит глубже усвоить предмет изучения и более критично оценивать изучаемые вопросы. Знакомясь с особыми позициями авторов, нужно определять их схожие суждения, аргументы, выводы, а затем сравнивать их между собой и применять из них ту, которая более убедительна.

Следующим этапом работы с литературными источниками является создание конспектов, фиксирующих основные тезисы и аргументы. Можно делать записи на отдельных листах, которые потом легко систематизировать по отдельным темам изучаемого курса. Другой способ - это ведение тематических тетрадей-конспектов по одной какой-либо теме. Большие специальные работы монографического характера целесообразно конспектировать в отдельных тетрадях. Здесь важно вспомнить, что конспекты пишутся на одной стороне листа, с полями и достаточным для исправления и ремарок межстрочным расстоянием (эти правила соблюдаются для удобства редактирования). Если в конспектах приводятся цитаты, то непременно должно быть дано указание на источник (автор, название, выходные данные, № страницы). Впоследствии эта информация может быть использована при написании реферата или другого задания.

Таким образом, при работе с источниками и литературой важно уметь:

- сопоставлять, сравнивать, классифицировать, группировать, систематизировать информацию в соответствии с определенной учебной задачей;
- обобщать полученную информацию, оценивать прослушанное и прочитанное;
- фиксировать основное содержание сообщений; формулировать, устно и письменно, основную идею сообщения; составлять план, формулировать тезисы;
- готовить и презентовать развернутые сообщения типа доклада;
- работать в разных режимах (индивидуально, в паре, в группе), взаимодействуя друг с другом;
- пользоваться реферативными и справочными материалами;
- контролировать свои действия и действия своих товарищей, объективно оценивать свои действия;
- обращаться за помощью, дополнительными разъяснениями к преподавателю, другим студентам.
- пользоваться лингвистической или контекстуальной догадкой, словарями различного характера, различного рода подсказками, опорами в тексте (ключевые слова, структура текста, предваряющая информация и др.);
- использовать при говорении и письме синонимичные средства, слова-описания общих понятий, разъяснения, примеры, толкования, «словотворчество»;
- повторять или перефразировать реплику собеседника в подтверждении понимания его высказывания или вопроса;
- обратиться за помощью к собеседнику (уточнить вопрос, переспросить и др.);
- использовать мимику, жесты (вообще и в тех случаях, когда языковых средств не хватает для выражения тех или иных коммуникативных намерений).

Подготовка к промежуточной аттестации.

При подготовке к промежуточной аттестации целесообразно:

- внимательно изучить перечень вопросов и определить, в каких источниках находятся сведения, необходимые для ответа на них;
- внимательно прочитать рекомендованную литературу;

- составить краткие конспекты ответов (планы ответов).

## **5. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Для реализации процесса обучения и контроля знаний обучающихся по дисциплине используются:

учебная аудитория, оснащённая необходимым учебным оборудованием (доска аудиторная, столы и стулья ученические, демонстрационные стенды и др.);

помещения для самостоятельной работы с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Академии.

Для обеспечения освоения дисциплины необходимы:

1. Учебники, учебно-методические пособия, справочные материалы и т.п.
2. Информационные стенды.
3. Слайды, презентации учебного материала, видеоматериалы.
4. Мультимедийное оборудование.
5. Компьютерное оборудование с лицензионным и свободно распространяемым программным обеспечением:

MS Windows 7

Офисный пакет приложений Microsoft Office

WinRAR

7-Zip

Adobe Acrobat Reader

Yandex Browser

Система электронного обучения MOODLE

Яндекс.Телемост

TrueConf Online

**Аннотация рабочей программы дисциплины**

**«Физическая культура и спорт»**

**Направление подготовки: 38.04.01 Экономика**

**Направленность (профиль): «Экономика предприятий и организаций АПК»**

**Квалификация выпускника: бакалавр**

**Кафедра экономики**

**1. Цели и задачи дисциплины**

**Целью дисциплины** «Физическая культура и спорт» является укрепление здоровья, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению, формирование умений саморегуляции средствами физической культуры, а также формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни.

**Задачи изучения дисциплины:**

- оздоровительные;
- образовательные: овладение физкультурными знаниями, необходимыми для организованных и самостоятельных занятий; освоение духовных ценностей олимпизма и олимпийского движения (олимпийское образование); обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам; формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и оздоровительной направленностью, техническими; действиями и приемами базовых видов спорта;
- воспитательные: формирование патриотического самосознания; воспитание положительных черт характера, таких как: дисциплинированное поведение, доброжелательное отношение к товарищам, коллективизм, взаимовыручка, честность,
- отзывчивость, смелость, настойчивость в достижении цели; формирование бережного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих как к ценности; реализация принципа гармоничного сочетания нравственных, физических и интеллектуальных качеств личности; формирование мотивационных установок на физическое и духовное самосовершенствование; профилактика асоциального поведения средствами физической культуры;
- развивающие: развитие кондиционных и координационных качеств; развитие творческих способностей; развитие мировосприятия; развитие мыслительных способностей, через интеграционные процессы образования;
- прикладные: обучение умениям и навыкам сотрудничества со сверстниками в процессе физкультурной и спортивной деятельности; освоение знаний, умений и навыков, необходимых для обеспечения безопасности во время самостоятельных игр и физкультурных занятий.

**2. Место дисциплины в структуре образовательной программы**

Дисциплина «Физическая культура и спорт» является *дисциплиной обязательной части* учебного плана основной профессиональной образовательной программы высшего образования направления подготовки 38.03.01 Экономика, направленность (профиль): Экономика предприятий и организаций АПК.

Дисциплина «Физическая культура и спорт» является основой для изучения дисциплин «Прикладная физическая культура», «Игровые виды спорта».

**3. Компетенции, формируемые в результате освоения дисциплины**

Планируемый процесс обучения по дисциплине, направлен на формирование следующих компетенций:

**Универсальных компетенций (УК):**

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

**Индикаторы достижения компетенции:**

- оценивает уровень развития личных физических качеств (УК-7.1).
- выбирает методы и средства физической культуры и спорта для собственного физического развития, профилактики профессиональных заболеваний и утомления на рабочем месте (УК-7.2).

#### 4. Результаты обучения

Планируемые результаты обучения по дисциплине «Физическая культура и спорт», характеризующих этапы формирования компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы бакалавриат по направлению подготовки 38.03.01 Экономика, направленность (профиль): Экономика предприятий и организаций АПК представлены в таблице:

| Код компетенции | Содержание компетенции                                                                                                                     | Планируемые результаты обучения                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                 |                                                                                                                                            | Наименование индикатора достижения компетенции                                                                                                                                | Формируемые знания, умения и навыки                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 1               | 2                                                                                                                                          | 3                                                                                                                                                                             | 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| УК-7            | Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности и для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | УК-7.1. Оценивает уровень развития личных физических качеств                                                                                                                  | <p><i>Знание:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- видов физических упражнений; роли и значения физической культуры в жизни человека и общества;</li> <li>- научно-практических основ физической культуры, профилактик и вредных привычек и здорового образа и стиля жизни</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|                 |                                                                                                                                            | УК-7.2. Выбирает методы и средства физической культуры и спорта для собственного физического развития, профилактики профессиональных заболеваний и утомления на рабочем месте | <p><i>Умение:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 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 ;</li> <li>- использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни</li> </ul> <p><i>Навык и (или) опыт деятельности:</i></p> <p>использования средств и методов физической культуры и спорта для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности</p> |

### **5. Основные разделы дисциплины**

Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. Социально-биологические основы физической культуры. Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности

### **6. Общая трудоемкость дисциплины и форма промежуточной аттестации**

Объем дисциплины 72 часов, 2 зачетные единицы. Дисциплина изучается студентами очной и очно-заочной формы обучения на 1 курсе во 2 семестре. Промежуточная аттестация – зачет.