

Министерство образования и науки Астраханской области
Государственное автономное образовательное учреждение
Астраханской области высшего образования
«Астраханский государственный архитектурно-
строительный университет»
(ГАОУ АО ВО «АГАСУ»)

УТВЕРЖДАЮ

Первый проректор

Е. В. Богдалова/

И. О. Ф.

2021 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование дисциплины

Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: легкая атлетика
(указывается наименование в соответствии с учебным планом)

По специальности

21.05.01 «Прикладная геодезия»

(указывается наименование специальности в соответствии с ФГОС ВО)

Специализация

«Инженерная геодезия»

(указывается наименование специализации в соответствии с ОПОП)

Кафедра

«Философия, социология и лингвистика»

Квалификация выпускника: инженер - геодезист

Астрахань - 2021

Разработчики:

доцент, к.пед.н.

(занимаемая должность,
учёная степень, учёное звание)

 /О.О.Куралева/
(подпись) И.О.Ф.

Рабочая программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры «Философия, социология и лингвистика» протокол № 7 от 19 . 03 . 2021 г.

И. о. заведующего кафедрой

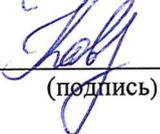
 /А. В. Сызранов/
(подпись) И.О.Ф.

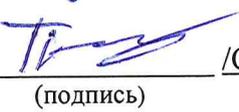
Согласовано:

Председатель МКС «Прикладная геодезия»
специализация «Инженерная геодезия»

 /С.Р.Кособокова/
(подпись) И.О.Ф.

Начальник УМУ  /И.В Аксютина/
(подпись) И.О.Ф.

Специалист УМУ  /Е.С. Коваленко/
(подпись) И. О. Ф.

Начальник УИТ  /С.В. Пригаро /
(подпись) И. О. Ф.

Заведующая научной библиотекой  /Р.С. Хайдикешова/
(подпись) И. О. Ф.

СОДЕРЖАНИЕ

	Стр.
1. Цель освоения дисциплины	4
2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП специалитета	5
4. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по типам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся	5
5. Содержание дисциплины, структурированное по разделам с указанием отведенного на них количества академических часов и типов учебных занятий	7
5.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по типам учебных занятий и работы обучающихся (в академических часах)	7
5.1.1. Очная форма обучения	7
5.1.2. Заочная форма обучения	8
5.2. Содержание дисциплины, структурированное по разделам	9
5.2.1. Содержание лекционных занятий	9
5.2.2. Содержание лабораторных занятий	9
5.2.3. Содержание практических занятий	9
5.2.4. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине	10
5.2.5. Темы контрольных работ	11
5.2.6. Темы курсовых проектов/курсовых работ	11
6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	11
7. Образовательные технологии	12
8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	12
8.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	12
8.2. Перечень необходимого лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства, используемого при осуществлении образовательного процесса по дисциплине	13
8.3. Перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем, доступных обучающимся при освоении дисциплины	13
9. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине	13
10. Особенности организации обучения по дисциплине для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья	14

1. Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: легкая атлетика» является углубление уровня освоения компетенций обучающихся в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по специальности 21.05.01 «Прикладная геодезия».

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

В результате освоения дисциплины обучающийся должен овладеть следующими компетенциями:

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

УК-9. Способен использовать базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах;

В результате освоения дисциплины обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине:

Знать:

- методы и средства физической культуры и спорта для собственного физического развития, коррекции здоровья и восстановления работоспособности;

- здоровьесберегающие технологии с учетом физиологических особенностей организма (УК-7.1)

- требования к организации доступной и безбарьерной среды для лиц с ОВЗ и маломобильных групп граждан. (УК-9.1)

Уметь:

- оценивать влияние образа жизни на здоровье и физическую подготовку человека;

- оценивать уровень развития личных физических качеств, показателей собственного здоровья (УК-7.2)

- моделировать возможные результаты взаимодействия (УК-9.2);

Владеть навыками:

- по выбору рациональных способов и приемов профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервно - эмоционального утомления на рабочем месте (УК-7.3)

-умением обеспечивать включение лиц с ограниченными возможностями здоровья в профессиональную среду организации и создавать условия для их развития и саморазвития (УК-9.3)

При изучении дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: волейбол» реализуется спортивно-оздоровительное направление воспитательной работы.

3. Место дисциплины в структуре ОПОП специалитета

Дисциплина Б1.В.ДВ.01.01 «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: легкая атлетика» реализуется в рамках Блока 1 «Дисциплины (модули)» части, формируемой участниками образовательных отношений (элективные дисциплины (по выбору)).

Дисциплина базируется на знаниях, полученных в рамках изучения следующих дисциплин: «Физическая культура» из школьного курса.

4. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по типам занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Форма обучения	Очная	Заочная
1	2	3
Трудоемкость в зачетных единицах:	<i>ОПОП не предусмотрены</i>	<i>ОПОП не предусмотрены</i>
Лекции (Л)	Учебным планом не предусмотрены	Учебным планом не предусмотрены
Лабораторные занятия (ЛЗ)	Учебным планом не предусмотрены	Учебным планом не предусмотрены
Практические занятия (ПЗ)	1 семестр - 52 часа; 2 семестр - 52 часа; 3 семестр - 52 часа; 4 семестр - 52 часа; 5 семестр - 52 часа; 6 семестр - 68 часов; всего - 328 часов	1 семестр - 2 часа; 2 семестр - 2 часа; 3 семестр - 2 часа; 4 семестр - 2 часа; 5 семестр - 2 часа; 6 семестр - 2 часа; всего - 12 часов
Самостоятельная работа (СР)	Учебным планом не предусмотрены	1 семестр - 52 часа; 2 семестр - 52 часа; 3 семестр - 52 часа; 4 семестр - 52 часа; 5 семестр - 52 часа; 6 семестр - 68 часов; всего - 328 часов
Форма текущего контроля:		
Контрольная работа	Учебным планом не предусмотрены	Учебным планом не предусмотрены
Форма промежуточной аттестации:		
Экзамены	Учебным планом не предусмотрены	Учебным планом не предусмотрены
Зачет	семестр - 1 семестр - 2 семестр - 3 семестр - 4 семестр - 5 семестр - 6	семестр - 6
Зачет с оценкой	Учебным планом не предусмотрены	Учебным планом не предусмотрены
Курсовая работа	Учебным планом не предусмотрены	Учебным планом не предусмотрены
Курсовой проект	Учебным планом не предусмотрены	Учебным планом не предусмотрены

5. Содержание дисциплины, структурированное по разделам с указанием отведенного на них количества академических часов и типов учебных занятий

5.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по типам учебных занятий и работы обучающихся (в академических часах)
5.1.1. Очная форма обучения

№ п/п	Раздел дисциплины (по семестрам)	Всего часов на раздел	Семестр	Распределение трудоемкости раздела (в часах) по типам учебных занятий и работы обучающихся				Форма текущего контроля и промежуточной аттестации	
				Контактная					
				Л	ЛЗ	ПЗ	СР		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	
1	Раздел 1. Инструктаж по технике безопасности при занятиях легкой атлетикой.	52	1	-	-	52	-	-	-
2	Раздел 2. Спортивная ходьба.	52	2	-	-	52	-	-	-
3	Раздел 3. Бег на короткие дистанции. Бег на средние дистанции.	52	3	-	-	52	-	-	Зачет
4	Раздел 4. Прыжок в длину с места. Прыжок в длину с разбега.	52	4	-	-	52	-	-	-
5	Раздел 5. Лёгкоатлетические эстафеты	52	5	-	-	52	-	-	-
6	Раздел 6. Подвижные игры с элементами легкой атлетики	68	6	-	-	68	-	-	-
	Итого:	328				328			

5.1.2. Заочная форма обучения

№ п/п	Раздел дисциплины (по семестрам)	Всего часов на раздел	Семестр	Распределение трудоемкости раздела (в часах) по типам учебных занятий и работы обучающихся				Форма текущего контроля и промежуточной аттестации
				контактная				
				Л	ЛЗ	ПЗ	СР	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	Раздел 1. Инструктаж по технике безопасности при занятиях легкой атлетикой.	52	1	-	-	2	50	Зачет
2	Раздел 2. Спортивная ходьба.	52	2	-	-	2	50	
3	Раздел 3. Бег на короткие дистанции. Бег на средние дистанции.	52	3	-	-	2	50	
4	Раздел 4. Прыжок в длину с места. Прыжок в длину с разбега.	52	4	-	-	2	50	
5	Раздел 5. Лёгкоатлетические эстафеты	52	5	-	-	2	50	
6	Раздел 6. Подвижные игры с элементами легкой атлетики	68	6	-	-	2	66	
	Итого:	328				12	316	

5.2. Содержание дисциплины, структурированное по разделам

5.2.1. Содержание лекционных занятий

учебным планом не предусмотрены

5.2.2. Содержание лабораторных занятий

учебным планом не предусмотрены

5.2.3. Содержание практических занятий

№	Наименование раздела дисциплины	Содержание
1	2	3
1	Раздел 1. Инструктаж по технике безопасности при занятиях легкой атлетикой.	<p>Организация занятий физической культурой и спортом. Общие требования безопасности. Требования безопасности перед началом, во время и после окончания проведения занятий. Применение страховки, страховочных приспособлений для улучшения техники упражнений и профилактики травматизма. Бережное отношение к спортивному инвентарю и оборудованию, использование его по назначению. Первая помощь при травмах. Основные приемы оказания первой помощи. Медико-восстановительные мероприятия. Место и значение легкой атлетики в системе физической культуры. Использование методов и средств физической культуры и спорта для собственного физического развития, коррекции здоровья и восстановления работоспособности. ✓</p> <p>Определение основных понятий легкой атлетики. Обучение необходимым знаниям в области культуры здоровья, медицины, гигиены, противоэпидемиологических мероприятий, методик спортивных тренировок. Основные средства физического воспитания, основные понятия здорового образа жизни. Инструкция по технике безопасности при проведении занятий по легкой атлетике.</p>
2	Раздел 2. Спортивная ходьба.	<p>Средства физического воспитания: ходьба. Выполнение упражнений на месте: ходьба с прямыми ногами; ходьба широким шагом с поворотом таза вокруг вертикальной оси. Изучение движения ног: ходьба по прямой линии по отметкам; по кругу или «змейкой»; в гору; по мягкому грунту. Изучение движения ног и туловища: ходьба с изменением положения рук, туловища (руки сцеплены за головой; на груди). Техника ходьбы: старт, стартовое ускорение, ходьба на дистанции, финиширование. Специальные упражнения (выполняются сериями на дистанции 20-60 м.). Совершенствование (ходьба различных отрезков с разной скоростью в координации). Прохождение дистанции на результат. Основные понятия в технике движений. Отработка техники выполнения упражнений. Формирование потребности в систематических занятиях адаптивной физической культурой, здоровом образе жизни. Усвоения образцов поведения, психологических установок, социальных норм и ценностей, позволяющих успешно функционировать в</p>

		<p>обществе.</p> <p>Моделирование возможных результатов взаимодействия. Выполнение требований к организации доступной и безбарьерной среды для лиц с ОВЗ и маломобильных групп граждан.</p> <p>Пропаганда безопасного и здорового образа жизни.</p>
3	Раздел 3. Бег на короткие дистанции. Бег на средние дистанции.	<p>Средства физического воспитания: бег. Бег, как средство физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки. Бег на дистанцию 100 м. Техника бега: низкий старт, стартовое ускорение, бег на дистанции, финиширование. Специальные упражнения (выполняются сериями на дистанции 20-60м.): бег с ускорением с высокого старта; бег с высоким подниманием бедра; семенящий бег; бег с захлестом голени; бег прыжковыми шагами. Бег с изменением скорости. Контрольный бег 60-100м. Бег на дистанцию 200; 400м. Знакомство с особенностями бега по повороту. Низкий старт в поворот. Бег по кругу. Стартовые ускорения. Бег с различной интенсивностью на отрезках от 150 до 250м. Контрольный бег 200, 400м. на результат. Бег 800, 1000, 1500, 2000, 3000м. без учета времени. Техника бега: высокий старт, стартовое ускорение, бег по дистанции в среднем темпе по прямой, по виражу, финиширование. Техника постановки ног на грунт. Ускорения по прямой и виражу. Общеразвивающие упражнения: упражнения для рук и плечевого пояса, туловища, ног; упражнения для развития силы, быстроты, выносливости. Упражнения на дыхание и расслабление. Основы техники бега. Отработка техники выполнения упражнений.</p> <p>Средства легкой атлетики для развития физических качеств и их влияние на физическую подготовку человека. Умение оценивать уровень развития личных физических качеств, показателей собственного здоровья. Воспитание интереса и потребности в систематических занятиях физической культурой. Проведение спортивно-массовых мероприятий.</p>
4	Раздел 4. Прыжок в длину с места. Прыжок в длину с разбега.	<p>Средства физического воспитания: отталкивание, прыжок, приземление. Напрыгивание на планку. Отталкивание. Полет. Приземление. Серийные прыжки. То же, с движением рук. Прыжки в яму с тумбы. Знакомство с техникой прыжка: рассказ, показ; выполнение пробных попыток. Изучение отталкивания: имитация постановки ноги на отталкивание; отталкивание с шага, с 2-х шагов, с 3-х шагов, с 5-ти шагов. Прыжки в шаге серийно, отталкиваясь на каждый 3,5 шаг. Напрыгивание на планку. Разбег. Для изучения полетной фазы выполнять отталкивания с тумбы; прыжки через барьер; прыжки с доставанием подвешенного предмета. Приземление. Основы техники прыжков. Характеристика задач и особенности разбега в прыжках. Оп-</p>

		<p>ределение составляющих результата в прыжках в длину. Отработка техники выполнения упражнений.</p> <p>Организация занятий физической культурой и спортом. Обучение необходимым знаниям в области культуры здоровья.</p> <p>Место физической подготовки в системе физического воспитания студентов. Методика подбора средств физической подготовки. Производственная физическая культура. Профилактика профессиональных заболеваний. Рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервно - эмоционального утомления на рабочем месте.</p>
5	Раздел 5. Лёгкоатлетические эстафеты	<p>Средства физического воспитания: эстафеты (4/100, 4/200, 4/400). Техника эстафетного бега. Рассказ, показ техники эстафетного бега, коридора для передачи. Передача эстафетной палочки в парах на месте; в ходьбе; в медленном беге; в парах на отрезках 50-60 м. Передача палочки в коридорах парами по нескольким дорожкам. Соревнования команд. Правила соревнований. Эстафеты с прикладными упражнениями: ходьба, бег, прыжки, упражнения в равновесии. Основные понятия в технике движений. Фазы, моменты, силы движений. Кинематическая структура движений. Динамическая структура движений.</p> <p>Пропаганда безопасного и здорового образа жизни.</p> <p>Развитие культуры здорового образа жизни посредством активных занятий спортом. Здоровьесберегающие технологии с учетом физиологических особенностей организма. Расширение и укрепление знаний и умений, связанных с профилактикой здоровья.</p>
6	Раздел 6. Подвижные игры с элементами легкой атлетики	<p>Игры малой, средней и большой подвижности с элементами легкой атлетики. Подвижные игры как средство и метод физического воспитания. Использование приобретенных навыков легкой атлетики.</p> <p>Формирование потребности в систематических занятиях адаптивной физической культурой, здоровом образе жизни. Включение лиц с ограниченными возможностями здоровья в профессиональную среду организации и создание условий для их развития и саморазвития. Создание благоприятной, эмоционально-комфортной атмосферы.</p>

5.2.4. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине
Очная форма обучения – «ОПОП не предусмотрены».

Заочная форма обучения

№	Наименование раздела дисциплины	Содержание	Учебно-методическое обеспечение
1	2	3	4
1	Раздел 1. Инструктаж по технике безопасности при занятиях легкой атлетикой.	Подготовка к реферату Подготовка к зачету	[1-7]
2	Раздел 2. Спортивная ходьба.	Подготовка к реферату Подготовка к зачету	[1-7]
3	Раздел 3. Бег на короткие дистанции. Бег на средние дистанции.	Подготовка к реферату Подготовка к зачету	[1-7]
4	Раздел 4. Прыжок в длину с места. Прыжок в длину с разбега.	Подготовка к реферату Подготовка к зачету	[1-7]
5	Раздел 5. Лёгкоатлетические эстафеты	Подготовка к реферату Подготовка к зачету	[1-7]
6	Раздел 6. Подвижные игры с элементами легкой атлетики	Подготовка к реферату Подготовка к зачету	[1-7]

5.2.5. Темы контрольных работ учебным планом не предусмотрены

5.2.6. Темы курсовых проектов/ курсовых работ

учебным планом не предусмотрены

6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Организация деятельности студента

Практическое занятие

Обязательными видами физических упражнений на практических занятиях являются спортивные игры, упражнения скоростно-силовой, силовой направленности и профессионально-прикладной физической подготовки. Подбор упражнений на практических занятиях предусматривает совершенствование ранее изученных и обучение новым двигательным действиям (умениям и навыкам), а также выполнение технических элементов.

Самостоятельная работа

Самостоятельная работа студента над усвоением учебного материала по учебной дисциплине может выполняться в помещениях для самостоятельной работы, а также в домашних условиях. Содержание самостоятельной работы студента определяется учебной программой дисциплины, методическими материалами, заданиями и указаниями преподавателя.

Самостоятельная работа в аудиторное время может включать:

– работу со справочной и методической литературой;

Самостоятельная работа во внеаудиторное время может состоять из:

– подготовки к практическим занятиям;

– изучения учебной и научной литературы;

– подготовки к рефератам и т.д.;

– выделение наиболее сложных и проблемных вопросов по изучаемой теме, получение разъяснений и рекомендаций по данным вопросам с преподавателями кафедры на их еженедельных консультациях.

Подготовка к зачету

Подготовка студентов к зачету включает три стадии:

- самостоятельная работа в течение учебного года;
- непосредственная подготовка в дни, предшествующие зачету;
- подготовка к ответу на вопросы, содержащиеся в билете.

7. Образовательные технологии

Перечень образовательных технологий, используемых при изучении дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: легкая атлетика».

Традиционные образовательные технологии

Дисциплина «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: легкая атлетика» проводится с использованием традиционных образовательных технологий, ориентирующихся на организацию образовательного процесса, предполагающую прямую трансляцию знаний от преподавателя к студенту, учебная деятельность студента носит в таких условиях, как правило, репродуктивный характер. Формы учебных занятий с использованием традиционных технологий:

Практическое занятие – занятие, посвященное освоению конкретных умений и навыков по предложенному алгоритму.

Интерактивные технологии

По дисциплине «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: легкая атлетика» практические занятия проводятся с использованием следующих интерактивных технологий:

Тренинг – процесс получения навыков и умений в какой-либо области посредством выполнения последовательных заданий, действий или игр, направленных на достижение наработки и развития требуемого навыка.

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

8.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

а) основная учебная литература:

1. Иванков, Ч. Технология физического воспитания в высших учебных заведениях: учебное пособие / Ч. Иванков, С.А. Литвинов. - Москва: Владос, 2015. – 304 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=429625
2. Кравчук, В.И. Легкая атлетика: учебно-методическое пособие по дисциплине «Физическая культура» (раздел «Легкая атлетика») / В.И. Кравчук.— Челябинск: Челябинский государственный институт культуры, 2013. — 184 с. — ISBN 978-5-94839-402-5. – Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPS BOOKS : [сайт]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/56428.html>
3. Шубина Н.Г. Теория и методика обучения базовым видам спорта: легкая атлетика. Рабочая тетрадь / Н.Г. Шубина, М.С. Шубин – 5-е изд., стер. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2019. – 115 с. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=37598419>

б) дополнительная учебная литература:

4. Витун, В.Г. Повышение адаптационных возможностей студентов средствами физической культуры: учебное пособие / В.Г. Витун, Е.В. Витун; Оренбургский государственный университет. - Оренбург: Оренбургский государственный университет, 2015.-103 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=439101
5. Грудницкая, Н. Н. Современные оздоровительные системы и виды кондиционной тренировки: учебное пособие / Н.Н. Грудницкая, Т.В. Мазаква; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет

(СКФУ), 2015.-131с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL:
https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=457279

в) перечень учебно-методического обеспечения:

6. Учебно-методическое пособие «Физическая культура и спорт (элективная дисциплина)»
 А.А. Рязанцев, г. Астрахань, 2016, ГАОУ АО ВО «АГАСУ», 54- с.
<http://moodle.aucu.ru/course/view.php?id=509>

г) перечень онлайн курсов:

7. Онлайн курс для дисциплины «Физическая культура и спорт» (элект. дисциплина)
<https://www.intuit.ru/studies/courses/2356/656/info>

8.2. Перечень необходимого лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства, используемого при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

1. Office 365 A1
2. Apache Open Office;
3. 7-Zip;
4. Adobe Acrobat Reader DC;
5. Internet Explorer;
6. Google Chrome;
7. Azure Dev Toolsfor Teaching;
8. VLC mediaplayer;
9. Kaspersky Endpoint Security;
10. WinArc;
11. Yandex браузер.

8.3. Перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем, доступных обучающимся при освоении дисциплины

1. Электронная информационно-образовательная среда Университета: (<http://edu.aucu.ru>,
<http://moodle.aucu.ru>).
2. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека»
[\(https://biblioclub.ru/\)](https://biblioclub.ru/).
3. Электронно-библиотечная система «IPRbooks» (www.iprbookshop.ru).
4. Научная электронная библиотека (<http://www.elibrary.ru/>).
5. Консультант + (<http://www.consultant-urist.ru/>).
6. Федеральный институт промышленной собственности (<https://www1.fips.ru/>).
7. Патентная база USPTO (<https://www.uspto.gov/patents-application-process/search-patents>).

9. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

№ п/п	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Учебные аудитории для проведения учебных занятий: 414056, г. Астрахань, ул. Татищева, 18, спортивный зал.	Спортивный зал Комплект учебной мебели Стол для настольного тенниса НЕОТТЕСОsаказел. - 4 шт, Доска шахматная демонстрационная (90*90 см) - 2шт. Настольный теннис (стол, сетка, ракетки, шарик) –

		2 шт. Гимнастическая скамейка - 14 шт. Лавочки гимнастические - 8 шт. Маты - 2 шт. Стенка гимнастическая - 6 шт. Секундомер - 2шт. Скакалка гимнастическая - 20 шт.
2.	Помещения для самостоятельной работы: 414056, г. Астрахань, ул. Татищева, 22а, № 201, 203; 414056, г. Астрахань, ул. Татищева, 18а, библиотека, читальный зал.	№ 201 Комплект учебной мебели Компьютеры – 8 шт. Доступ к информационно – телекоммуникационной сети «Интернет»
		№ 203 Комплект учебной мебели Компьютеры – 8 шт. Доступ к информационно – телекоммуникационной сети «Интернет»
		библиотека, читальный зал Комплект учебной мебели Компьютеры - 4 шт. Доступ к информационно – телекоммуникационной сети «Интернет»

10. Особенности организации обучения по дисциплине для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Для обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья на основании письменного заявления дисциплина «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: легкая атлетика» реализуется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья (далее – индивидуальных особенностей).

РЕЦЕНЗИЯ

на рабочую программу, оценочные и методические материалы по дисциплине
«*Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: легкая атлетика*»

ОПОП ВО по специальности 21.05.01 «*Прикладная геодезия*»,
специализация «*Инженерная геодезия*»
по программе *специалитета*

Ю.О. Лобановой (далее по тексту рецензент), проведена рецензия рабочей программы, оценочных и методических материалов по дисциплине «*Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: легкая атлетика*» ОПОП ВО по специальности 21.05.01 «*Прикладная геодезия*», по программе *специалитета*, разработанной в ГАОУ АО ВО "Астраханский государственный архитектурно-строительный университет", на кафедре *Философия, социология и лингвистика* (разработчик – доцент, к.пед.н. О.О. Куралева).

Рассмотрев представленные на рецензию материалы, рецензент пришел к следующим выводам:

Предъявленная рабочая программа учебной дисциплины «*Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: легкая атлетика*» (далее по тексту Программа) соответствует требованиям ФГОС ВО для специальности 21.05.01 «*Прикладная геодезия*», утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 07.06.2016 г. № 674 и зарегистрированного в Минюсте России 22. 06. 2016 г. № 42596.

Представленная в Программе актуальность учебной дисциплины в рамках реализации ОПОП ВО не подлежит сомнению – дисциплина относится к части, формируемой участниками образовательных отношений Блок 1 «*Дисциплины (модули)*» (элективные дисциплины (по выбору)).

Представленные в Программе цели учебной дисциплины соответствуют требованиям ФГОС ВО специальности 21.05.01 «*Прикладная геодезия*».

В соответствии с Программой за дисциплиной «*Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: легкая атлетика*» закреплены 2 компетенции, которые реализуются в объявленных требованиях.

Предложенные в Программе индикаторы компетенций в категориях *знать, уметь, иметь навыки* отражают специфику и содержание дисциплины, а представленные в ОММ показатели и критерии оценивания компетенций по дисциплине на различных этапах их формирования, а также шкалы оценивания позволяют определить степень достижения заявленных результатов, т.е. уровень освоения обучающимися соответствующих компетенций в рамках данной дисциплины.

Учебная дисциплина «*Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: легкая атлетика*» взаимосвязана с другими дисциплинами ОПОП ВО для специальности 21.05.01 «*Прикладная геодезия*», специализация «*Инженерная геодезия*» и возможность дублирования в содержании не выявлена.

Представленная Программа предполагает использование современных образовательных технологий при реализации различных видов учебной работы. Формы образовательных технологий соответствуют специфике дисциплины.

Представленные и описанные в Программе формы текущей оценки знаний соответствуют специфике дисциплины и требованиям к выпускникам.

Промежуточная аттестация знаний *специалиста*, предусмотренная Программой, осуществляется в форме *зачета*. Формы оценки знаний, представленные в Рабочей программе, соответствуют специфике дисциплины и требованиям к выпускникам.

Учебно-методическое обеспечение дисциплины представлено основной, дополнительной литературой, интернет-ресурсами и соответствует требованиям ФГОС

РЕЦЕНЗИЯ

на рабочую программу, оценочные и методические материалы по дисциплине
«*Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: легкая атлетика*»

ОПОП ВО по специальности 21.05.01 «*Прикладная геодезия*»,
специализация «*Инженерная геодезия*»
по программе *специалитета*

И.А. Кузнецовым (далее по тексту рецензент), проведена рецензия рабочей программы, оценочных и методических материалов по дисциплине «*Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: легкая атлетика*» ОПОП ВО по специальности 21.05.01 «*Прикладная геодезия*», по программе *специалитета*, разработанной в ГАОУ АО ВО "Астраханский государственный архитектурно-строительный университет", на кафедре *Философия, социология и лингвистика* (разработчик – *доцент, к.пед.н. О.О. Куралева*).

Рассмотрев представленные на рецензию материалы, рецензент пришел к следующим выводам:

Предъявленная рабочая программа учебной дисциплины «*Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: легкая атлетика*» (далее по тексту Программа) соответствует требованиям ФГОС ВО для специальности 21.05.01 «*Прикладная геодезия*», утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 11 августа 2020 г. № 944 и зарегистрированного в Минюсте России 25 августа 2020 г. № 59432.

Представленная в Программе актуальность учебной дисциплины в рамках реализации ОПОП ВО не подлежит сомнению – дисциплина относится к части, формируемой участниками образовательных отношений Блок 1 «*Дисциплины (модули)*» (элективные дисциплины (по выбору)).

Представленные в Программе цели учебной дисциплины соответствуют требованиям ФГОС ВО специальности 21.05.01 «*Прикладная геодезия*».

В соответствии с Программой за дисциплиной «*Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: легкая атлетика*» закреплены 2 компетенции, которые реализуются в объявленных требованиях.

Предложенные в Программе индикаторы компетенций в категориях *знать, уметь, иметь навыки* отражают специфику и содержание дисциплины, а представленные в ОММ показатели и критерии оценивания компетенций по дисциплине на различных этапах их формирования, а также шкалы оценивания позволяют определить степень достижения заявленных результатов, т.е. уровень освоения обучающимися соответствующих компетенций в рамках данной дисциплины.

Учебная дисциплина «*Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: легкая атлетика*» взаимосвязана с другими дисциплинами ОПОП ВО для специальности 21.05.01 «*Прикладная геодезия*», специализация «*Инженерная геодезия*» и возможность дублирования в содержании не выявлена.

Представленная Программа предполагает использование современных образовательных технологий при реализации различных видов учебной работы. Формы образовательных технологий соответствуют специфике дисциплины.

Представленные и описанные в Программе формы текущей оценки знаний соответствуют специфике дисциплины и требованиям к выпускникам.

Промежуточная аттестация знаний *специалиста*, предусмотренная Программой, осуществляется в форме *зачета*. Формы оценки знаний, представленные в Рабочей программе, соответствуют специфике дисциплины и требованиям к выпускникам.

Учебно-методическое обеспечение дисциплины представлено основной, дополнительной литературой, интернет-ресурсами и соответствует требованиям ФГОС

ВО для специальности 21.05.01 «Прикладная геодезия», специализация «Инженерная геодезия».

Материально-техническое обеспечение соответствует требованиям ФГОС ВО специальности 21.05.01 «Прикладная геодезия» и специфике дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: легкая атлетика» и обеспечивает использование современных образовательных, в том числе интерактивных методов обучения.

Представленные на рецензию оценочные и методические материалы специальности 21.05.01 «Прикладная геодезия» разработаны в соответствии с нормативными документами, представленными в программе. Оценочные и методические материалы по дисциплине «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: легкая атлетика» предназначены для текущего контроля и промежуточной аттестации и представляют собой совокупность разработанных кафедрой «Философия, социология и лингвистика» материалов для установления уровня и качества достижения обучающимися результатов обучения.

Задачами оценочных и методических материалов является контроль и управление процессом освоения обучающимися компетенций, заявленных в образовательной программе по специальности 21.05.01 «Прикладная геодезия», специализация «Инженерная геодезия».

Оценочные и методические материалы по дисциплине «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: легкая атлетика» представлены:

- темами к реферату;
- заданиями к зачету.

Данные материалы позволяют в полной мере оценить результаты обучения по дисциплине «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: легкая атлетика» в АГАСУ, а также оценить степень сформированности компетенций.

ОБЩИЕ ВЫВОДЫ

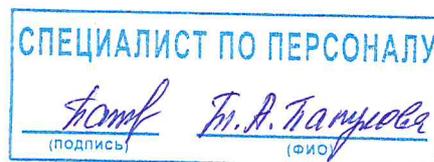
На основании проведенной рецензии можно сделать заключение, что характер, структура, содержание рабочей программы, оценочных и методических материалов дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: легкая атлетика» ОПОП ВО по специальности 21.05.01 «Прикладная геодезия», по программе *специалитета*, разработанная доцентом, к.пед.н., О.О. Куралевой соответствует требованиям ФГОС ВО, современным требованиям отрасли, рынка труда, профессиональных стандартов специальности 21.05.01 «Прикладная геодезия», специализация «Инженерная геодезия» и могут быть рекомендованы к использованию.

Рецензент:

к.мед.н., профессор кафедры «ФСЛ»
ГАОУ АО ВО «АГАСУ»


И.А. Кузнецов/

Подпись И. А. Кузнецова заверяю:



Аннотация
к рабочей программе дисциплины
«Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: легкая атлетика»
по специальности 21.05.01 «Прикладная геодезия»
специализация «Инженерная геодезия»

Общая трудоемкость дисциплины составляет 328 академических часов.
Форма промежуточной аттестации: зачет.

Целью учебной дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: легкая атлетика» является углубление уровня освоения компетенций обучающихся в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по специальности 21.05.01 «Прикладная геодезия».

Учебная дисциплина «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: легкая атлетика» входит в Блок 1 «Дисциплины (модули)» часть, формируемая участниками образовательных отношений (элективные дисциплины (по выбору)).

Для освоения дисциплины необходимы знания, полученные при изучении следующих дисциплин: «Физическая культура» из школьного курса.

Краткое содержание дисциплины:

Раздел 1. Инструктаж по технике безопасности при занятиях легкой атлетикой.

Раздел 2. Спортивная ходьба.

Раздел 3. Бег на короткие дистанции. Бег на средние дистанции.

Раздел 4. Прыжок в длину с места. Прыжок в длину с разбега.

Раздел 5. Лёгкоатлетические эстафеты.

Раздел 6. Подвижные игры с элементами легкой атлетики.

И.о. заведующего кафедрой

А.В. Сызранов

Лист внесения дополнений и изменений

в рабочую программу дисциплины

«Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: легкая атлетика»

на 2022-2023 учебный год

Рабочая программа пересмотрена на заседании кафедры «философия, социология и лингвистика»,

Протокол № 7 от 16.03.2022г

И.о. зав. кафедрой

доцент, к. ист.наук
ученая степень, ученое звание


подпись

/А.В.Сызранов/
И.О. Фамилия

В рабочую программу вносятся следующие изменения:

1. В п.2 внесены следующие изменения:

При изучении дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: легкая атлетика» реализуется спортивно-оздоровительное направление воспитательной работы.

2. П.5.2.1. изложен в следующей редакции:

№	Наименование раздела дисциплины	Содержание
1	2	3
1	Раздел 1. Инструктаж по технике безопасности при занятиях легкой атлетикой.	Здоровьесберегающие технологии с учетом физиологических особенностей организма. Методы и средства физической культуры и спорта для собственного физического развития, коррекции здоровья и восстановления работоспособности. Моделирование возможных результатов взаимодействия. Организация занятий физической культурой и спортом. Обучение необходимым знаниям в области культуры здоровья, медицины, гигиены, противоэпидемиологических мероприятий, методик спортивных тренировок. Основные средства физического воспитания, основные понятия здорового образа жизни. Основные приемы оказания первой помощи. Инструкция по технике безопасности при проведении занятий по легкой атлетике. Общие требования безопасности. Требования безопасности перед началом, во время и после окончания проведения занятий. Первая помощь при травмах. Организация занятий физической культурой и спортом; обучение необходимым

		знаниям в области культуры здоровья, медицины, гигиены, противоэпидемиологических мероприятий, методик спортивных тренировок и пр.
2	Раздел 2. Спортивная ходьба.	Оценка уровня развития личных физических качеств, показателей собственного здоровья. Оценка влияния образа жизни на здоровье и физическую подготовку человека. Требования к организации доступной и безбарьерной среды для лиц с ОВЗ и маломобильных групп граждан. Средства физического воспитания: ходьба. Пропаганда безопасного и здорового образа жизни. Выполнение упражнений на месте: ходьба с прямыми ногами; ходьба широким шагом с поворотом таза вокруг вертикальной оси. Изучение движения ног: ходьба по прямой линии по отметкам; по кругу или «змейкой»; в гору; по мягкому грунту. Изучение движения ног и туловища: ходьба с изменением положения рук, туловища (руки сцеплены за головой; на груди). Техника ходьбы: старт, стартовое ускорение, ходьба на дистанции, финиширование. Специальные упражнения (выполняются сериями на дистанции 20-60 м.). Совершенствование (ходьба различных отрезков с разной скоростью в координации). Прохождение дистанции на результат.
3	Раздел 3. Бег на короткие дистанции. Бег на средние дистанции.	Рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервно - эмоционального утомления на рабочем месте. Включение лиц с ограниченными возможностями здоровья в профессиональную среду организации и создание условий для их развития и саморазвития. Воспитание интереса и потребности в систематических занятиях физической культурой. Проведение спортивно-массовых мероприятий. Средства физического воспитания: бег. Бег, как средство физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки. Бег на дистанцию 100 м. Техника бега: низкий старт, стартовое ускорение, бег на дистанции, финиширование. Специальные упражнения (выполняются сериями на дистанции 20-60м.): бег с ускорением с высокого старта; бег с высоким подниманием бедра; семенящий бег; бег с захлестом голени; бег прыжковыми шагами. Бег с изменением скорости. Контрольный бег 60-100м. Бег

		<p>на дистанцию 200; 400м. Знакомство с особенностями бега по повороту. Низкий старт в поворот. Бег по кругу. Стартовые ускорения. Бег с различной интенсивностью на отрезках от 150 до 250м. Контрольный бег 200, 400м. на результат.</p> <p>Бег 800, 1000, 1500, 2000, 3000м. без учета времени. Техника бега: высокий старт, стартовое ускорение, бег по дистанции в среднем темпе по прямой, по виражу, финиширование. Техника постановки ног на грунт. Ускорения по прямой и виражу. Общеразвивающие упражнения: упражнения для рук и плечевого пояса, туловища, ног; упражнения для развития силы, быстроты, выносливости. Упражнения на дыхание и расслабление.</p>
4	<p>Раздел 4. Прыжок в длину с места. Прыжок в длину с разбега.</p>	<p>Методы и средства физической культуры и спорта для собственного физического развития, коррекции здоровья и восстановления работоспособности. Здоровьесберегающие технологии с учетом физиологических особенностей организма. Рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервно - эмоционального утомления на рабочем месте. Моделирование возможных результатов взаимодействия. Организация занятий физической культурой и спортом. Обучение необходимым знаниям в области культуры здоровья. Средства физического воспитания: отталкивание, прыжок, приземление. Средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования. Обучение технике прыжка. Напрыгивание на планку. Отталкивание. Полет. Приземление. Серийные прыжки. То же, с движением рук. Прыжки в яму с тумбы.</p> <p>Знакомство с техникой прыжка: рассказ, показ; выполнение пробных попыток. Изучение отталкивания: имитация постановки ноги на отталкивание; отталкивание с шага, с 2-х шагов, с 3-х шагов, с 5-ти шагов. Прыжки в шаге серийно, отталкиваясь на каждый 3,5 шаг. Напрыгивание на планку. Разбег. Для изучения полетной фазы выполнять отталкивания с тумбы; прыжки через</p>

		барьер; прыжки с доставкой подвешенного предмета. Приземление.
5	Раздел 5. Лёгкоатлетические эстафеты	Оценка влияния образа жизни на здоровье и физическую подготовку человека. Оценка уровня развития личных физических качеств, показателей собственного здоровья. Организация доступной и безбарьерной среды для лиц с ОВЗ и маломобильных групп граждан. Включение лиц с ограниченными возможностями здоровья в профессиональную среду организации и создавать условия для их развития и саморазвития. Пропаганда безопасного и здорового образа жизни. Средства физического воспитания: эстафеты (4/100, 4/200, 4/400). Техника эстафетного бега. Рассказ, показ техники эстафетного бега, коридора для передачи. Передача эстафетной палочки в парах на месте; в ходьбе; в медленном беге; в парах на отрезках 50-60 м. Передача палочки в коридорах парами по нескольким дорожкам. Соревнования команд. Правила соревнований. Эстафеты с прикладными упражнениями: ходьба, бег, прыжки, упражнения в равновесии.
6	Раздел 6. Подвижные игры с элементами легкой атлетики	Методы и средства физической культуры и спорта для собственного физического развития, коррекции здоровья и восстановления работоспособности. Здоровьесберегающие технологии с учетом физиологических особенностей организма. Рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервно - эмоционального утомления на рабочем месте. Моделирование возможных результатов взаимодействия. Физкультурно-спортивная деятельность для достижения жизненных и профессиональных целей. Игры малой, средней и большой подвижности с элементами легкой атлетики.

Составители изменений и дополнений:

доцент, к. пед.наук
ученая степень, ученое звание


_____ подпись

/О.О. Куралева/
И.О. Фамилия

Председатель методической комиссии

К. С. И. Горюнов
ученая степень, ученое звание


подпись

И. О. Фамилия

16.03.2022г

Министерство образования и науки Астраханской области
Государственное автономное образовательное учреждение
Астраханской области высшего образования
«Астраханский государственный архитектурно-
строительный университет»
(ГАОУ АО ВО «АГАСУ»)

УТВЕРЖДАЮ



Первый проректор

Е. В. Богдалова/

(подпись)

И. О. Ф.

2021 г.

ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Наименование дисциплины

Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: легкая атлетика
(указывается наименование в соответствии с учебным планом)

По специальности

21.05.01 «Прикладная геодезия»

(указывается наименование специальности в соответствии с ФГОС ВО)

Специализация

«Инженерная геодезия»

(указывается наименование специализации в соответствии с ОПОП)

Кафедра

«Философия, социология и лингвистика»

Квалификация выпускника *специалист*

Астрахань – 2021

Содержание

	Стр.
1. Оценочные и методические материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине	4
1.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы	4
1.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания	5
1.2.1. Перечень оценочных средств текущего контроля успеваемости	5
1.2.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций по дисциплине на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания	6
1.2.3. Шкала оценивания	11
2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы	12
3. Перечень и характеристики процедуры оценивания знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций	14

1. Оценочные и методические материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Оценочные и методические материалы являются неотъемлемой частью рабочей программы дисциплины (далее РПД) и представлены в виде отдельного документа

1.1 Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Индекс и формулировка компетенции N	Индикаторы достижений компетенций, установленные ОПОП	Номер раздела дисциплины (в соответствии с п.5.1 РПД)						Формы контроля с организацией задания
		1	2	3	4	5	6	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
УК-7 - Способен поддерживать должный уровень физической подготовки и готовности для обеспечения полноценной и ценной социальной и профессиональной деятельности;	Знать: методы и средства физической культуры и спорта для собственного физического развития, коррекции здоровья и восстановления работоспособности; здоровьесберегающие технологии с учетом физиологических особенностей организма; Уметь: оценивать влияние образа жизни на здоровье и физическую подготовку человека; оценивать уровень развития личных физических качеств, показателей собственного здоровья; Владеть навыками: по выбору рациональных способов и приемов профилактики профессиональных заболеваний, психического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте;	X				X		Реферат (1-3)
УК-9 – Способен использовать базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной	Знать: требования к организации доступной и безбарьерной среды для лиц с ОВЗ и маломобильных групп граждан; Уметь: моделировать возможные результаты взаимодействия;		X					Реферат (22-24)
			X					Реферат (17-21)

сферах;	Владеть навыками: Умением обеспечивать включение лиц с ограниченными возможностями здоровья в профессиональную среду организации и создавать условия для их развития и саморазвития;							X	Зачет (задания 3-7)

1.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

1.2.1 Перечень оценочных средств текущего контроля успеваемости

Наименование оценочного средства	Краткая характеристика оценочного средства	Представление оценочного средства в фонде
1	2	3
Реферат	Продукт самостоятельной работы обучающегося, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа определенной научной (учебно-исследовательской) темы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а так же собственные взгляды на неё	Темы рефератов

1.2.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций по дисциплине на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Компетенция, этапы освоения компетенции	Планируемые результаты обучения	Показатели и критерии оценивания результатов обучения			
		Ниже порогового уровня (не зачтено)	Пороговый уровень (Зачтено)	Продвинутый уровень (Зачтено)	Высокий уровень (Зачтено)
1	2	3	4	5	6
УК-7 - способность поддерживать должный уровень	Знает: методы и средства физической культуры и спорта для собствен-	Обучающийся не знает методы и средства физической культуры и спорта	Обучающийся знает методы и средства физической культуры и спорта для собственного физи-	Обучающийся твердо знает методы и средства физической культуры и спорта для собствен-	Обучающийся знает методы и средства физической культуры и спорта для собственного

<p>физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;</p>	<p>венного физического развития, коррекции здоровья и восстановления работоспособности; здоровьесберегающие технологии с учетом физиологических особенностей организма.</p>	<p>для собственного физического развития, коррекции здоровья и восстановления работоспособности; здоровьесберегающие технологии с учетом физиологических особенностей организма.</p>	<p>ческого развития, коррекции здоровья и восстановления работоспособности; здоровьесберегающие технологии с учетом физиологических особенностей организма.</p>	<p>венного физического развития, коррекции здоровья и восстановления работоспособности; здоровьесберегающие технологии с учетом физиологических особенностей организма.</p>	<p>физического развития, коррекции здоровья и восстановления работоспособности; здоровьесберегающие технологии с учетом физиологических особенностей организма.</p>
<p>Умеет: оценивать влияние образа жизни на здоровье и физическую подготовку человека; оценивать уровень развития личных физических качеств, показателей собственного здоровья.</p>	<p>Не умеет оценивать влияние образа жизни на здоровье и физическую подготовку человека; оценивать уровень развития личных физических качеств, показателей собственного здоровья.</p>	<p>В целом успешное, но не системное умение оценивать влияние образа жизни на здоровье и физическую подготовку человека; оценивать уровень развития личных физических качеств, показателей собственного здоровья.</p>	<p>В целом успешное, но содержащее отдельные пробелы, умение оценивать влияние образа жизни на здоровье и физическую подготовку человека; оценивать уровень развития личных физических качеств, показателей собственного здоровья.</p>	<p>Сформированное умение оценивать влияние образа жизни на здоровье и физическую подготовку человека; оценивать уровень развития личных физических качеств, показателей собственного здоровья.</p>	
<p>Владеет навыками: по выбору рациональных способов и прие-</p>	<p>Обучающийся не владеет навыками по выбору рациональных способов и</p>	<p>В целом успешное, но не системное владение навыками по выбору рациональных способов и</p>	<p>В целом успешное, но содержащее отдельные пробелы или сопровождающиеся</p>	<p>Успешное и системное владение практически всеми навыками по выбору рациональных способов</p>	

	<p>мов профилактики профессиональных заболеваний, психозического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте;</p>	<p>приемов профилактики профессиональных заболеваний, психозического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте;</p>	<p>приемов профилактики профессиональных заболеваний, психозического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте;</p>	<p>отдельными ошибками владение навыками выбора рациональных способов и приемов профилактики профессиональных заболеваний, психозического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте;</p>	<p>и приемов профилактики профессиональных заболеваний, психозического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте;</p>
<p>УК-9 – способность использовать базовые дефектологические знания и социальной и профессиональной сферах;</p>	<p>Знает: требования к организации доступной и безбарьерной среды для лиц с ОВЗ и маломобильных групп граждан;</p>	<p>Обучающийся не знает требования к организации доступной и безбарьерной среды для лиц с ОВЗ и маломобильных групп граждан;</p>	<p>Обучающийся знает требования к организации доступной и безбарьерной среды для лиц с ОВЗ и маломобильных групп граждан;</p>	<p>Обучающийся твердо знает требования к организации доступной и безбарьерной среды для лиц с ОВЗ и маломобильных групп граждан;</p>	<p>Обучающийся знает к организации доступной и безбарьерной среды для лиц с ОВЗ и маломобильных групп граждан;</p>
	<p>Умеет: моделировать возможные результаты взаимодействия;</p>	<p>Не умеет моделировать возможные результаты взаимодействия;</p>	<p>В целом успешное, но не системное умение моделировать возможные результаты взаимодействия;</p>	<p>В целом успешное, но содержащее отдельные пробелы, умение моделировать возможные результаты взаимодействия;</p>	<p>Сформированное умение моделировать возможные результаты взаимодействия;</p>
<p>Владеет навыками: умением обеспечивать включение лиц с ограниченными возможностями</p>	<p>Обучающийся не владеет умением обеспечивать включение лиц с ограниченными возможностями</p>	<p>В целом успешное, но не системное владение умением обеспечивать включение лиц с ограниченными возможностями</p>	<p>В целом успешное, но содержащее отдельные пробелы или сопровождающиеся отдельными ошибками владение умением</p>	<p>Успешное и системное владение умением обеспечивать включение лиц с ограниченными возможностями</p>	<p>Успешное и системное владение умением обеспечивать включение лиц с ограниченными возможностями</p>

	здоровья в профессиональную среду организации и создавать условия для их развития и саморазвития;	профессиональную среду организации и создавать условия для их развития и саморазвития;	нальную среду организации и создавать условия для их развития и саморазвития;.	обеспечивать включение лиц с ограниченными возможностями здоровья в профессиональную среду организации и создавать условия для их развития и саморазвития;	ду организации и создавать условия для их развития и саморазвития;
--	---	--	--	--	--

1.2.3. Шкала оценивания

Уровень достижений	Отметка в 5-балльной шкале	Зачтено/ не зачтено
Высокий	«5» (отлично)	зачтено
Продвинутый	«4» (хорошо)	зачтено
Пороговый	«3» (удовлетворительно)	зачтено
ниже порогового	«2» (неудовлетворительно)	не зачтено

2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ:

2.1. Зачет

а) типовые задания к зачету

УК-7 (владеет навыками):

1. Бег 100 м
2. Бег 1000 м

УК-9 (владеет навыками):

3. Поднимание /сед./ и опускание туловища из положения лежа, ноги закреплены, руки за головой
4. Прыжок в длину с разбега
5. Прыжки со скакалкой за 1 мин
6. Челночный бег 4*9 м
7. Челночный бег 10*10 м

б) критерии оценивания:

№	Зачет	Зачтено	Незачтено
1	Бег 100 м (сек)	17	Более 17
2	Бег 1000 м (мин.)	6	Более 6
3	Поднимание /сед./ и опускание туловища из положения лежа, ноги закреплены, руки за головой (кол-во раз)	40	Менее 40
4	Прыжок в длину с разбега (см)	325	Менее 325
5	Прыжки со скакалкой за 1 мин (кол. раз)	110	Менее 110
6	Челночный бег 4*9 м (мин. сек)	11,2	Более 11,2
7	Челночный бег 10*10 м (мин. сек)	31,0	Более 31,0
8	Наклон вперед из положения сидя (см)	14	Менее 14
9	Поднимание ног в висе на гимн. стенке до угла 90	8	Менее 8
10	Приседание на одной ноге, опора о стену (кол. раз)	8	Менее 8
11	Приседание (кол-во раз в мин.)	40	Менее 40

ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ:

2.2. Реферат

а) темы рефератов

УК-7 (знать):

1. Основные средства физического воспитания, основные понятия здорового образа жизни.
2. Профилактика вредных привычек и здорового образа и стиля жизни.
3. Средства физического воспитания.

УК-9 (уметь):

4. Физкультурно-спортивная деятельность для достижения жизненных и профессиональных целей.
5. История развития легкой атлетики в России
6. Правила соревнований в легкой атлетике.
7. Правила и техника безопасности при занятиях легкоатлетическими упражнениями

УК-9 (уметь):

8. Методика развития физических качеств (силы, быстроты, выносливости) на учебных занятиях со студентами.
9. Спортивные достижения, выдающиеся легкоатлеты
10. Методические основы оздоровительной физической культуры.
11. Влияние легкоатлетических упражнений на укрепление здоровья и основные системы организма
12. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом.

УК-9 (знать):

13. Основные приемы оказания первой помощи.
14. Профилактика травматизма на учебных занятиях по физической культуре.
15. Профилактическое значение ФК и спорта для здорового и больного студента.

б) критерии оценивания

При оценке работы студента учитывается:

1. Актуальность темы исследования
2. Соответствие содержания теме
3. Глубина проработки материала
4. Правильность и полнота разработки поставленных задач
5. Значимость выводов для дальнейшей практической деятельности
6. Правильность и полнота использования литературы
7. Соответствие оформления реферата методическим требованиям
8. Качество сообщения и ответов на вопросы при защите реферата

№ п/п	Оценка	Критерии оценки
1	Отлично	Выполнены все требования к написанию и защите реферата: обозначена проблема и обоснована её актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём, соблюдены требования к внешнему оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы.

2	Хорошо	Основные требования к реферату и его защите выполнены, но при этом допущены недочеты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объем реферата; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы.
3	Удовлетворительно	Имеются существенные отступления от требований к реферированию. В частности, тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании реферата или при ответе на дополнительные вопросы; во время защиты отсутствует вывод.
4	Неудовлетворительно	Тема реферата не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы.

3. Перечень и характеристики процедуры оценивания знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций

Процедура проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине регламентируется локальным нормативным актом.

Перечень и характеристика процедур текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине

№	Наименование оценочного средства	Периодичность и способ проведения процедуры оценивания	Виды вставляемых оценок	Форма учета
1.	Зачет	Раз в семестр, по окончании изучения дисциплины	зачтено/не зачтено	Ведомость, зачетная книжка
2.	Реферат	Систематически на занятиях	По пятибалльной шкале	Журнал успеваемости преподавателя