Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Ледович Татьяна Сергеевна
Должность: ректор
Дата подписания: 27.11.2025 13:48:50
Уникальный программный ключ:
5bc4499c8c52d1513eb28ea155cce32285775eeb

ЧАСТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ "ИНСТИТУТ ДРУЖБЫ НАРОДОВ КАВКАЗА"

УТВЕРЖДАЮ
Ректор ЧОУ ВО ИДНК

_____Т.С. Ледович

31.03.2025 г.

Физическая культура и спорт

рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Кафедра Общенаучных дисциплин**

Учебный план 48.03.01_Теология_год набора 2025_ОФО.plx
48.03.01 Теология

Квалификация **Бакалавр**

Форма обучения **очная**

Общая трудоемкость **2 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 72
в том числе:
аудиторные занятия 36
самостоятельная работа 35,8

Виды контроля в семестрах:
зачеты 1

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	**1 (1.1)**		Итого	
Недель	17 3/6			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП
Лекции	18	18	18	18
Практические	18	18	18	18
Промежуточная аттестация	0,2	0,2	0,2	0,2
Итого ауд.	36	36	36	36
Контактная работа	36,2	36,2	36,2	36,2
Сам. работа	35,8	35,8	35,8	35,8
Итого	72	72	72	72

Рабочая программа дисциплины

Физическая культура и спорт

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 48.03.01 Теология (приказ Минобрнауки России от 25.08.2020 г. № 1110)

составлена на основании учебного плана:

48.03.01 Теология

утвержденного учёным советом вуза от 31.03.2025 протокол № 7.

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
1.1	1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ
1.2	Целями учебной дисциплины являются - формирование у обучающихся универсальной компетенции УК-7: способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культурыдля сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к профессиональной деятельности будущего бакалавра.
1.3	

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	
Цикл (раздел) ОП:	Б1.О
2.1	**Требования к предварительной подготовке обучающегося:**
2.1.1	Успешное освоение школьной программы по дисциплине «Физическая культура и спорт»
2.1.2	Физическая подготовка для лиц с ОВЗ и инвалидов
2.1.3	Баскетбол
2.1.4	Волейбол
2.1.5	Безопасность жизнедеятельности
2.1.6	Физическая подготовка для лиц с ОВЗ и инвалидов
2.2	**Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:**
2.2.1	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена
2.2.2	Физическая подготовка для лиц с ОВЗ и инвалидов
2.2.3	Баскетбол
2.2.4	Волейбол
2.2.5	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы
2.2.6	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена

3. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, СООТНЕСЕННЫЕ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	
УК-7.1: Соблюдает нормы здорового образа жизни, используя основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий на всех жизненных этапах развития личности	
Знать:	
Уровень 1	нормы здорового образа жизни, основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий
Уровень 2	уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Уровень 3	основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий на всех жизненных этапах развития личности
Уметь:	
Уровень 1	соблюдать нормы здорового образа жизни, используя основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий на всех жизненных этапах развития личности
Уровень 2	соблюдать уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Уровень 3	основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий на всех жизненных этапах развития личности
Владеть:	
Уровень 1	навыками соблюдения норм здорового образа жизни, используя основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий на всех жизненных этапах развития личности
Уровень 2	уровенем физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Уровень 3	основами физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий на всех жизненных этапах развития личности

УК-7.2: Выбирает рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и эмоционального утомления на рабочем месте	
Знать:	
Уровень 1	рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и эмоционального утомления на рабочем месте

Уровень 2	уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Уровень 3	основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий на всех жизненных этапах развития личности
Уметь:	
Уровень 1	выбирать рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и эмоционального утомления на рабочем месте
Уровень 2	соблюдать уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Уровень 3	применять основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий на всех жизненных этапах развития личности
Владеть:	
Уровень 1	рациональными способами и приемами профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и эмоционального утомления на рабочем месте
Уровень 2	уровенем физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Уровень 3	основами физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий на всех жизненных этапах развития личности

УК-7.3: Оценивает необходимость ведения здорового образа жизни для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	
Знать:	
Уровень 1	основы здорового образа жизни для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Уровень 2	уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Уровень 3	основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий на всех жизненных этапах развития личности
Уметь:	
Уровень 1	оценивать необходимость ведения здорового образа жизни для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Уровень 2	соблюдать уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Уровень 3	применять основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий на всех жизненных этапах развития личности
Владеть:	
Уровень 1	навыками ведения здорового образа жизни для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Уровень 2	уровнем физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Уровень 3	основами физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий на всех жизненных этапах развития личности

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен

3.1	**Знать:**
3.1.1	нормы здорового образа жизни, основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий
3.1.2	рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и эмоционального утомления на рабочем месте
3.1.3	основы здорового образа жизни для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
3.2	**Уметь:**
3.2.1	соблюдать нормы здорового образа жизни, используя основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий на всех жизненных этапах развития личности
3.2.2	выбирать рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и эмоционального утомления на рабочем месте
3.2.3	оценивать необходимость ведения здорового образа жизни для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
3.3	**Владеть:**
3.3.1	навыками соблюдения норм здорового образа жизни, используя основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий на всех жизненных этапах развития личности

3.3.2	рациональными способами и приемами профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и эмоционального утомления на рабочем месте
3.3.3	навыками ведения здорового образа жизни для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетен-ции	Литература	Инте ракт.	Знания Умения Владения /Формы текущего контроля успеваемости
	Раздел 1. Физическая культура в профессионально й подготовке студентов и социокультурное развитие личности студента						
1.1	Физическая культура в профессиональной подготовке студентов и социокультурное развитие личности студента. Нормы здорового образа жизни, основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий на всех жизненных этапах развития личности /Лек/	1	4	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7 Э8 Э9 Э10 Э11 Э12 Э13 Э14 Э15 Э16 Э17 Э18 Э19 Э20 Э21 Э22 Э23 Э24 Э25	0	Физическая культура и спорт как социальныефе номены общества.Совр еменное состояние физической культуры испорта.Федер альный закон «О
1.2	Физическая культура в профессионально й подготовке студентов и социокультурное развитие личности студента. Нормы здорового образа жизни, основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий на всех жизненных этапах развития личности /Пр/	1	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7 Э8 Э9 Э10 Э11 Э12 Э13 Э14 Э15 Э16 Э17 Э18 Э19 Э20 Э21 Э22 Э23 Э24 Э25	0	Физическая культура в профессионал ьно й подготовке студентов и социокультурн ое развитие личности студента. Нормы здорового образа жизни,
1.3	Физическая культура в профессионально й подготовке студентов и социокультурное развитие личности студента. Нормы здорового образа жизни, основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий на всех жизненных этапах развития личности /Ср/	1	4	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7 Э8 Э9 Э10 Э11 Э12 Э13 Э14 Э15 Э16 Э17 Э18 Э19 Э20 Э21 Э22 Э23 Э24 Э25	0	изучение и конспектирова ние рекомендуемо й учебно-методической литературы подготовка к практическому (семинарскому) занятию подготовка к устному
	Раздел 2. Социально биологические основы адаптации организма человека к физической и умственной деятельности, факторам среды обитания						

2.1	Социально биологические основы адаптации организма человека к физической и умственной деятельности, факторам среды обитания /Лек/	1	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7 Э8 Э9 Э10 Э11 Э12 Э13 Э14 Э15 Э16 Э17 Э18 Э19 Э20 Э21 Э22 Э23 Э24 Э25	0	Организм человека как единая саморазвиваю щаяся и саморегулиру ющаяся биологическая система. Воздействие природных и социальноэкол
2.2	Социально биологические основы адаптации организма человека к физической и умственной деятельности, факторам среды обитания /Пр/	1	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7 Э8 Э9 Э10 Э11 Э12 Э13 Э14 Э15 Э16 Э17 Э18 Э19 Э20 Э21 Э22 Э23 Э24 Э25	0	Социально биологические основы адаптации организма человека к физической и умственной деятельности, факторам среды обитания
2.3	Социально биологические основы адаптации организма человека к физической и умственной деятельности, факторам среды обитания /Ср/	1	4	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7 Э8 Э9 Э10 Э11 Э12 Э13 Э14 Э15 Э16 Э17 Э18 Э19 Э20 Э21 Э22 Э23 Э24 Э25	0	изучение и конспектирова ние рекомендуемо й учебно-методической литературы подготовка к практическому (семинарскому) занятию подготовка к устному
	Раздел 3. Методические основы Самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль в процессе самостоятельных занятий						
3.1	Методические основы Самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль в процессе самостоятельных занятий /Лек/	1	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7 Э8 Э9 Э10 Э11 Э12 Э13 Э14 Э15 Э16 Э17 Э18 Э19 Э20 Э21 Э22 Э23 Э24 Э25	0	Мотивация и целенаправлен ность самостоятельн ых занятий. Формы и содержание самостоятельн ых занятий. Организация самостоятельн ых занятий физическими

3.2	Методические основы Самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль в процессе самостоятельных занятий /Пр/	1	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7 Э8 Э9 Э10 Э11 Э12 Э13 Э14 Э15 Э16 Э17 Э18 Э19 Э20 Э21 Э22 Э23 Э24 Э25	0	Методические основы Самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль в процессе самостоятельных занятий
3.3	Методические основы Самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль в процессе самостоятельных занятий /Ср/	1	4	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7 Э8 Э9 Э10 Э11 Э12 Э13 Э14 Э15 Э16 Э17 Э18 Э19 Э20 Э21 Э22 Э23 Э24 Э25	0	изучение и конспектирование рекомендуемой учебно-методической литературы подготовка к практическому (семинарскому) занятию подготовка к устному
	Раздел 4. Профессионально - прикладная физическая подготовка будущих специалистов						
4.1	Профессионально -прикладная физическая подготовка будущих специалистов /Лек/	1	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7 Э8 Э9 Э10 Э11 Э12 Э13 Э14 Э15 Э16 Э17 Э18 Э19 Э20 Э21 Э22 Э23 Э24 Э25	0	Профессионально-прикладная физическая подготовка. Психофизиологическая характеристика интеллектуальной деятельности и учебного
4.2	Профессионально -прикладная физическая подготовка будущих специалистов /Пр/	1	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7 Э8 Э9 Э10 Э11 Э12 Э13 Э14 Э15 Э16 Э17 Э18 Э19 Э20 Э21 Э22 Э23 Э24 Э25	0	Профессионально - прикладная физическая подготовка будущих специалистов

4.3	Профессионально -прикладная физическая подготовка будущих специалистов /Ср/	1	4	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7 Э8 Э9 Э10 Э11 Э12 Э13 Э14 Э15 Э16 Э17 Э18 Э19 Э20 Э21 Э22 Э23 Э24 Э25	0	изучение и конспектирование рекомендуемой учебно-методической литературы подготовка к практическому (семинарскому) занятию подготовка к устному
	Раздел 5. Профессионально - прикладная физическая подготовка будущих специалистов						
5.1	Профессионально -прикладная физическая подготовка будущих специалистов /Лек/	1	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7 Э8 Э9 Э10 Э11 Э12 Э13 Э14 Э15 Э16 Э17 Э18 Э19 Э20 Э21 Э22 Э23 Э24 Э25	0	Профессионально-прикладная физическая подготовка. Психофизиологическая характеристика интеллектуальной деятельности и учебного
5.2	Профессионально -прикладная физическая подготовка будущих специалистов /Пр/	1	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7 Э8 Э9 Э10 Э11 Э12 Э13 Э14 Э15 Э16 Э17 Э18 Э19 Э20 Э21 Э22 Э23 Э24 Э25	0	Профессионально - прикладная физическая подготовка будущих специалистов
5.3	Профессионально -прикладная физическая подготовка будущих специалистов /Ср/	1	6	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7 Э8 Э9 Э10 Э11 Э12 Э13 Э14 Э15 Э16 Э17 Э18 Э19 Э20 Э21 Э22 Э23 Э24 Э25	0	изучение и конспектирование рекомендуемой учебно-методической литературы подготовка к практическому (семинарскому) занятию подготовка к устному
	Раздел 6. Легкая атлетика. Спортивные игры						

6.1	Легкая атлетика. Спортивные игры /Лек/	1	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7 Э8 Э9 Э10 Э11 Э12 Э13 Э14 Э15 Э16 Э17 Э18 Э19 Э20 Э21 Э22 Э23 Э24 Э25	0	Методические принципы и методы проведения легкоатлетических упражнений и спортивных игр. Основы обучения движениям. Основы совершенствов
6.2	Легкая атлетика. Спортивные игры /Пр/	1	4	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7 Э8 Э9 Э10 Э11 Э12 Э13 Э14 Э15 Э16 Э17 Э18 Э19 Э20 Э21 Э22 Э23 Э24 Э25	0	Легкая атлетика. Спортивные игры
6.3	Легкая атлетика. Спортивные игры /Ср/	1	4	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7 Э8 Э9 Э10 Э11 Э12 Э13 Э14 Э15 Э16 Э17 Э18 Э19 Э20 Э21 Э22 Э23 Э24 Э25	0	изучение и конспектирование рекомендуемой учебно-методической литературы подготовка к практическому (семинарскому) занятию подготовка к устному
	Раздел 7. Основы здорового образа жизни обучающегося						
7.1	Основы здорового образа жизни обучающегося /Лек/	1	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7 Э8 Э9 Э10 Э11 Э12 Э13 Э14 Э15 Э16 Э17 Э18 Э19 Э20 Э21 Э22 Э23 Э24 Э25	0	Здоровье человека как ценность и факторы, его определяющие. Взаимосвязь общей культуры студента и его образа жизни. Здоровый образ жизни и его
7.2	Основы здорового образа жизни обучающегося /Пр/	1	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7 Э8 Э9 Э10 Э11 Э12 Э13 Э14 Э15 Э16 Э17 Э18 Э19 Э20 Э21 Э22 Э23 Э24 Э25	0	Основы здорового образа жизни обучающегося

7.3	Основы здорового образа жизни обучающегося /Ср/	1	3,8	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7 Э8 Э9 Э10 Э11 Э12 Э13 Э14 Э15 Э16 Э17 Э18 Э19 Э20 Э21 Э22 Э23 Э24 Э25	0	изучение и конспектирование рекомендуемой учебно-методической литературы подготовка к практическому (семинарскому) занятию подготовка к устному
	Раздел 8. Средства и методы восстановления физической работоспособности						
8.1	Средства и методы восстановления физической работоспособности /Лек/	1	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7 Э8 Э9 Э10 Э11 Э12 Э13 Э14 Э15 Э16 Э17 Э18 Э19 Э20 Э21 Э22 Э23 Э24 Э25	0	Проблема утомления. Виды утомления. Причины возникновения утомления. Медико-биологические, педагогические и психологическ
8.2	Средства и методы восстановления физической работоспособности /Пр/	1	2	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7 Э8 Э9 Э10 Э11 Э12 Э13 Э14 Э15 Э16 Э17 Э18 Э19 Э20 Э21 Э22 Э23 Э24 Э25	0	Средства и методы восстановления физической работоспособности
8.3	Средства и методы восстановления физической работоспособности /Ср/	1	6	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7 Э8 Э9 Э10 Э11 Э12 Э13 Э14 Э15 Э16 Э17 Э18 Э19 Э20 Э21 Э22 Э23 Э24 Э25	0	изучение и конспектирование рекомендуемой учебно-методической литературы подготовка к практическому (семинарскому) занятию подготовка к устному
	Раздел 9. Зачет						

9.1	Промежуточная аттестация /ПА/	1	0,2	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7 Э8 Э9 Э10 Э11 Э12 Э13 Э14 Э15 Э16 Э17 Э18 Э19 Э20 Э21 Э22 Э23 Э24 Э25	0	Подготовка к аттестации

5. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

5.1. Типовые и контрольные задания, необходимые для оценки знаний, умений и навыков обучающихся

3.5. Перечень контрольных вопросов для подготовки к устному собеседованию

1. Нормы здорового образа жизни, основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий на всех жизненных этапах развития личности
2. Рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и эмоционального утомления на рабочем месте
3. Ведения здорового образа жизни для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
4. Использование физических упражнений для укрепления здоровья
5. Самостоятельная физическая тренировка
6. Организация физического воспитания студента
7. Отрицательные эмоции и их преодоления
8. Физическая культура людей умственного труда
9. Индивидуализация и прогноз в спорте
10. Изменения морфо – функциональных показателей организма под влиянием физических упражнений
11. Применение физических факторов и лечебной гимнастики для профилактики некоторых заболеваний
12. Массовая физкультура в ВУЗе
13. Медика – биологический контроль при занятиях физической культурой и спортом
14. Определение уровня тренированности
15. Роль физкультуры и спорта в преодолении вредных привычек
16. Самоконтроль на занятиях физической культуры и спорта
17. Основы здорового образа жизни
18. Спорт в системе физического воспитания
19. Основы методики самостоятельных занятий и самоконтроль за состоянием своего организма
20. Общая физическая и специальная физическая подготовка в системе физического воспитания
21. Оценка физического развития методами стандартов и индексов
22. Методики коррекции физического развития
23. Методы оценки и развития скоростных способностей
24. Освоение методики оздоровительной дыхательной гимнастики
25. Легкая атлетика, ее разновидности и роль в физическом совершенствовании личности

3.6. Перечень контрольных вопросов для устного собеседования на зачете
ОФО – 1 семестр, ЗФО - 2 курс

При ответах на вопросы учитывается, что обучающийся: способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, соблюдает нормы здорового образа жизни, используя основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий на всех жизненных этапах развития личности, выбирает рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и эмоционального утомления на рабочем месте, оценивает необходимость ведения здорового образа жизни для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

1. Перечислите нормы здорового образа жизни,
2. Дайте характеристику основам физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий на всех жизненных этапах развития личности
3. Перечислите рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и эмоционального утомления на рабочем месте
4. Какие этапы ведения здорового образа жизни необходимы для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
5. Цель и задачи физической культуры.
6. Система физического воспитания студентов в России.

7. Функции физической культуры.
8. Влияние физической культуры на развитие личности студента
9. Требования к организации учебных занятий по физической культуре.
10. Требования к обучающимся на занятиях по физической культуре.
11. Требования техники безопасности на занятиях по физической культуре.
12. Общая физическая испортивная подготовка студентов в образовательном процессе
13. Влияние физических упражнений и регулярных занятий спортом на формированиемышечнойсистемы.
14. Самоконтроль с применением антропометрических измерений (рассказать, продемонстрироватьи оценить).
15. 1Самоконтроль с применением функциональной пробы (рассказать, продемонстрировать иоценить).
16. Современные системы физических упражнений прикладной направленности.
17. Какими должны быть тренировочные нагрузки при выполнении физических упражнений.
18. Легкоатлетические дисциплины (бег, прыжки, метания).
19. Здоровый образ жизни. Теория "ортобиоза".
20. Питание и здоровье. Принципы рационального питания.
21. Личная гигиена при занятиях физическими упражнениями
22. История Олимпийских игр и их значение.
23. Функции МОК.
24. Развитие Олимпийского движения в России.
25. Методы физического воспитания.
26. Классификация физических упражнений.
27. Средства физического воспитания
28. Меры по профилактика вредных привычек.
29. Влияние окружающей среды и наследственности на здоровье человека.
30. Необходимость закаливания.
31. Понятие «здоровье», его содержание и критерии.
32. Разновидности утомления.
33. Влияние рациона питания на восстановление физической работоспособности.
34. Методы физического восстановления.

5.2. Примерная тематика курсовых работ, рефератов (докладов)

3.3. Темы рефератов

Написание и защита рефератов предполагает то, что обучающийся знает:нормы здорового образа жизни и основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий, рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и эмоционального утомления на рабочем месте, основы здорового образа жизни для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

1. Нормы здорового образа жизни, основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий на всех жизненных этапах развития личности
2. Рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и эмоционального утомления на рабочем месте
3. Ведения здорового образа жизни для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
4. Формы самостоятельных занятий физическими упражнениями.
5. Оздоровительная физическая культура и ее формы. Влияние оздоровительной физической культуры на организм.
6. Легка атлетика и ее влияние на организм человека.
7. Бег, как средство укрепления здоровья.
8. Научная организация труда: утомление, режим, гиподинамия, работоспособность, двигательнаяактивность, самовоспитание.
9. Гигиенические и естественные факторы природы: режим труда и отдыха; биологические ритмы исон; наука о весе тела и питании человека.
10. Формирование двигательных умений и навыков.
11. Воспитание основных физических качеств человека (определение понятия, методика воспитаниякачества).
12. Основы спортивной тренировки.
13. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.
14. Организм, как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система.
15. Анатомо-морфологические особенности и основные физиологические функции организма.
16. Внешняя среда и ее воздействие на организм человека.
17. Функциональная активность человека и взаимосвязь физической и умственной деятельности.
18. Утомление при физической и умственной работе. Восстановление.
19. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.
20. Организация физического воспитания.

5.3. Описание критериев и шкалы оценивания

Приложение к рабочей программе по дисциплине «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ (ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ) ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

1. ОПИСАНИЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ОЦЕНИВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ, ФОРМИРУЕМЫХ В ПРОЦЕССЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Описание показателей оценивания компетенций, формируемых в процессе освоения дисциплины (модуля), и используемые оценочные средства приведены в таблице 1.

Таблица 1 – Показатели оценивания и оценочные средства для оценивания результатов обучения по дисциплине

Код и наименование формируемой компетенции	Код и наименование индикатора достижения формируемой компетенции	Показатели оценивания (результаты обучения)	Процедуры оценивания (оценочные средства) текущий контроль успеваемости	промежуточная аттестация
УК.7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности				
	УК-7.1 Соблюдает нормы здорового образа жизни, используя основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий на всех жизненных этапах развития личности			
		Знает: нормы здорового образа жизни и основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий	Устный опрос Рефераты Тестовые задания	Контрольные вопросы для устного опроса на зачете
		Умеет: соблюдать нормы здорового образа жизни, используя основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий на всех жизненных этапах развития личности	Устный опрос Тестовые задания Практическое задание Рефераты	Контрольные вопросы для устного опроса на зачете
		Владеет: навыками соблюдения норм здорового образа жизни, используя основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий на всех жизненных этапах развития личности	Практическое задание Устный опрос	Контрольные вопросы для устного опроса на зачете
	УК-7.2 Выбирает рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и эмоционального утомления на рабочем месте			
		Знает: рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и эмоционального утомления на рабочем месте	Устный опрос Рефераты Тестовые задания	Контрольные вопросы для устного опроса на зачете
		Умеет: выбирать рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и эмоционального утомления на рабочем месте	Тестовые задания Практические задания Рефераты	Контрольные вопросы для устного опроса на зачете
		Владеет: рациональными способами и приемами профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и эмоционального утомления на рабочем месте	Практическое задание	Контрольные вопросы для устного опроса на зачете
	УК-7.3 Оценивает необходимость ведения здорового образа жизни для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности			
		Знает: основы здорового образа жизни для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Устный опрос Рефераты Тестовые задания	Контрольные вопросы для устного опроса на зачете
		Умеет: оценивать необходимость ведения здорового образа жизни для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Практическое задание	Контрольные вопросы для устного опроса на зачете
		Владеет: навыками ведения здорового образа жизни для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Практическое задание Компьютерные презентации	Контрольные вопросы для устного опроса на зачете
Знания, умения, навыки УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3				Зачет

2. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ

2.1. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания в рамках текущего контроля успеваемости
С целью определения уровня овладения компетенциями, закрепленными за дисциплиной, в заданные преподавателем сроки проводится текущий и промежуточный контроль знаний, умений и навыков каждого обучающегося. Постоянный текущий контроль (после изучения каждой темы) позволяет обучающемуся систематизировать знания в разрезе отдельных тем дисциплины. Все виды текущего контроля осуществляются на практических занятиях.

Оценочные средства Организация деятельности студента
Выполнение тестовых заданий Тестовые задания – это средство или система заданий, возрастающей трудности, специфической формы, позволяющая качественно и эффективно определить уровень и оценить структуру подготовленности тестируемого.
Процедура проведения данного оценочного мероприятия включает в себя:
Показатели для оценки устного ответа: 1) знание лекционного и практического материала; 2) логичность и последовательность3) уровень теоретического анализа; 4) степень самостоятельности; 5) степень активности в процессе; 6) выполнение регламента.
Для подготовки к данному оценочному мероприятию необходимо изучить работы отечественных и зарубежных ученых по темам дисциплины, просмотреть последние аналитические отчеты и справочники, а также повторить лекционный материал.
Критерии и шкала оценки приведены в разделе 3 Фонда оценочных средств.
Выполнение практических/творческих заданий Практические/творческих задания− письменная форма работы студента, предполагает умение выделять главное в исследуемой проблеме, устанавливать причинно-следственные связи, способности к систематизации основных проблем теологии, демонстрирует способность решить поставленную задачу, направленную на самостоятельный мыслительный поиск решения проблемы, интегрировать знания различных областей, аргументировать собственную точку зрения.
По характеру выполняемых студентами заданий практические задания могут быть:
- аналитические, ставящие своей целью получение новой информации на основе формализованных методов (изучение и анализ первоисточников);
- практико-ориентированные задания, связанные с получением навыков применения теоретических знаний для решения практических профессиональных задач (решение ситуационных задач);
- творческие, связанные с получением новой информации путем самостоятельно выбранных подходов к решению задач (составление схем, таблиц).
Критерии и шкала оценки приведены в разделе 3 Фонда оценочных средств.
Защита реферата на заданную тему Реферат - это письменное краткое изложение статьи, книги или нескольких научных работ, научного труда, литературы по общей тематике; подразумевает раскрытие сущности исследуемой проблемы, включающее обращение к различным точкам зрения на вопрос.
Процедура проведения данного оценочного мероприятия включает в себя: защиту материала темы (реферата), отстаивание собственного взгляда на проблему, демонстрацию умения свободно владеть материалом, грамотно формулировать мысли.
Защита реферата проводится на семинаре (практическом занятии), и продолжается 10-15 минут.
Студент делает сообщение, в котором освещаются основные проблемы, дается анализ использованных источников, обосновываются сделанные выводы. После этого он отвечает на вопросы преподавателя и аудитории. Все оппоненты могут обсуждать и дополнять реферат, давать ему оценку, оспаривать некоторые положения и выводы.
Критерии и шкала оценки приведены в разделе 3 Фонда оценочных средств.
Устный опрос (собеседование) Устный опрос - средство контроля усвоения учебного материала по темам занятий.
Процедура проведения данного оценочного мероприятия включает в себя: беседу преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, и рассчитанное на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу, теме, проблеме (индивидуально или фронтально).
Показатели для оценки устного ответа: 1) знание материала; 2) последовательность изложения; 3) владение речью и профессиональной терминологией; 4) применение конкретных примеров; 5) знание ранее изученного материала; 6) уровень теоретического анализа; 7) степень самостоятельности; 8) степень активности в процессе; 9) выполнение регламента.
Для подготовки к данному оценочному мероприятию необходимо изучить работы отечественных и зарубежных ученых по теме занятия. Критерии и шкала оценки приведены в разделе 3 Фонда оценочных средств.
Компьютерная презентация Компьютерная презентация - творческое задание, визуально представляет содержание докладов. Слайдов не должно быть больше 12-15, текст на них должен быть хорошо виден и читаем на расстоянии.
Показатели для оценки презентаций:
-полнота раскрытия темы;
структуризация информации;
-отсутствие грамматических, орфографических и речевых ошибок;
-отсутствие фактических ошибок, достоверность представленной информации;
-наличие и правильность оформления обязательных слайдов (титульный, о проекте, список источников, содержание);
-оригинальность оформления презентации;
- единый стиль слайдов.
Критерии и шкала оценки приведены в разделе 3 Фонда оценочных средств.

2.2. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания в рамках промежуточной аттестации
Зачет – это форма промежуточной аттестации по части дисциплины, задачей которого является комплексное оценка уровней достижения планируемых результатов обучения по дисциплине.
Зачет для очной формы обучения проводится за счет часов, отведённых на изучение соответствующей дисциплины в 1 семестре.

Процедура проведения данного оценочного мероприятия включает в себя: оценку результатов текущего контроля успеваемости студента в течение периода обучения по дисциплине.
Для получения зачета необходимо иметь оценки, полученные в рамках текущего контроля успеваемости, по каждой теме, предусмотренной дисциплиной.
В критерии итоговой оценки уровня подготовки обучающегося по первой части дисциплине входят:
- уровень усвоения студентом материала, предусмотренного рабочей программой;
- уровень практических умений, продемонстрированных студентом при выполнении практических заданий;
- уровень освоения компетенций, позволяющих выполнять практические задания;
- логика мышления, обоснованность, четкость, полнота ответов.
Зачет для заочной формы по дисциплине включает в себя собеседование преподавателя со студентами по контрольным вопросам. Контрольный вопрос – это средство контроля усвоения учебного материала дисциплины.
Процедура проведения данного оценочного мероприятия включает в себя: беседу преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, и рассчитанное на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу, теме дисциплины.

5.4. Формы аттестации успеваемости обучающегося

Критерии и шкала оценки тестовых заданий
Количество правильных ответов:
Менее 52% - «неудовлетворительно»
53-70% – «удовлетворительно»
71-85% – «хорошо»
86-100% – «отлично»

Критерии и шкала оценки выполнения практических заданий

Оценка	Критерии
Отлично	Оценка «отлично» выставляется обучающемуся, если он самостоятельно и правильно выполнил учебно-профессиональное задание, уверенно, логично, последовательно и аргументировано излагал свое решение, используя понятия профессиональной сферы.
Хорошо	Оценка «хорошо» выставляется обучающемуся, если он самостоятельно и в основном правильно выполнил учебно-профессиональное задание, уверенно, логично, последовательно и аргументировано излагал свое решение, используя понятия профессиональной сферы.
Удовлетворительно	Оценка «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если он в основном выполнил учебно-профессиональное задание, допустил несущественные ошибки, слабо аргументировал свое решение, не используя в понятия профессиональной сферы.
Неудовлетворительно	Оценка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если он не выполнил учебно-профессиональное задание или решил с грубыми ошибками.

Критерии и шкала оценки рефератов

Оценка	Критерии
Отлично	Оценка «отлично» выставляется обучающемуся, если 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.
Хорошо	Оценка «хорошо» выставляется обучающемуся, если основные требования к реферату и его защите выполнены, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объём реферата; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы.
Удовлетворительно	Оценка «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если 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.
Неудовлетворительно	Оценка «неудовлетворительно» выставляется обучающийся, если тема реферата не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы.

Оценка	Критерии
Отлично	Оценка «отлично» выставляется обучающемуся, если выполнены все требования к подготовке презентации. Материал, используемый в презентации информативен, автор свободно в нем ориентируется

Хорошо Оценка «хорошо» выставляется обучающемуся если основные требования к презентации и его защите выполнены, Содержание работы соответствует теме исследования. Достигнуто стилевое единство и выразительность текста. Презентация отражает основные стороны работы, хорошего качества, но требует некоторых дополнений
Удовлетворительно Оценка «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если в работе допущены существенные отклонения от темы. Имеются отдельные фактические неточности.
Допущены нарушения в последовательности изложения. Беден словарь, встречается неправильное словоупотребление. Стиль работы не отличается единством, речь недостаточно выразительна. Допущены нарушения в расположении информации, в перегрузке слайдов информацией.
Неудовлетворительно Оценка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если. презентация полностью не соответствует требованиям и докладу, плохого качества, много текста, мало иллюстраций.

Критерии и шкала оценки устного собеседования
Оценка Критерии
Отлично Отлично ставится, если обучающийся демонстрирует глубокое, полное раскрытие вопроса. Выдвигаемые им положения аргументированы и иллюстрированы примерами. В освещении содержания вопроса используется аналитический подход, обосновывается своя точка зрения; делаются содержательные выводы. Материал изложен в определенной логической последовательности, литературным языком, с использование современных научных терминов; ответ самостоятельный.
Хорошо Хорошо ставится, если обучающийся демонстрирует достаточно полный и правильный ответ; выдвигаемые теоретические положения подтверждены примерами; в ответе представлены различные подходы к рассматриваемой проблеме, но их обоснование не аргументировано, отсутствует собственная точка зрения; сделаны краткие выводы; материал изложен в определенной логической последовательности, при этом допущены две-три несущественные ошибки (или оговорки), исправленные по требованию преподавателя.
Удовлетворительно При удовлетворительном ответе обучающийся допускает одну существенную ошибку; ответ недостаточно логически выстроен; базовые понятия употреблены правильно, но обнаруживается недостаток раскрытия теории; выдвигаемые положения недостаточно аргументированы и не подтверждены примерами; ответ носит преимущественно описательный, а не концептуальный характер; научная терминология используется недостаточно.
Неудовлетворительно При неудовлетворительном ответе обучающийся допускает ряд существенных ошибок, которые он не может исправить при наводящих вопросах преподавателя; не может дать научное обоснование проблемы; выводы отсутствуют или носят поверхностный характер; преобладает бытовая лексика; наблюдаются значительные неточности в использовании научной терминологии.

Критерии и шкала оценки промежуточной аттестации - зачета
Оценка Критерии
Зачтено Оценка «зачтено» ставится, если обучающийся получил оценки «отлично», «хорошо», «удовлетворительно» и/или «зачтено» за 80% и более семинаров и практических работ.
Не зачтено Оценка «не зачтено» ставится, если обучающийся получил оценки «неудовлетворительно» и/или «зачтено» за менее чем 80% семинаров и практических работ.

6. ПРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, РИСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО – ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ, ВКЛЮЧАЯ ПЕРЕЧЕНЬ ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ И ИНФОРМАЦИОННЫХ СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ (ПРИ НЕОБХОДИМОСТИ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Быченков С.В.	Физическая культура : Учебник для студентов высших учебных заведений	Саратов: Вузовское образование, 2016
Л1.2	Небытова Л.А.	Физическая культура: Учебное пособие	Ставрополь :Северо-Кавказский федеральный университет, 2017
Л1.3	А. В. Зюкин, В. С. Кунарев, А. Н. Дитятин [и др.]; под редакцией А. В. Зюкина, Л. Н. Шелковой, М. В. Габова	Физическая культура и спорт : Учебное пособие	Санкт-Петербург : Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена, 2019

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.4	А. Г. Наймушина, Ю. А. Петрова, О. А. Драгич, Н. Н. Рябова	Физическая культура: учебное пособие	Тюмень : Тюменский индустриальный университет, 2019

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Барчуков И.С.	Теория и методика физического воспитания и спорта: Учебник	М.: КНОРУС, 2015
Л2.2	Кобяков, Ю.П	Физическая культура. Основы здорового образа жизни: учебное пособие	Ростов н/Д: Феникс , 2014
Л2.3	Зайцева Г.А.	Физическая культура. Оптимальная двигательная активность : учебно-методическое пособие	М.: Издательский Дом МИСиС, 2017
Л2.4	Каткова А.М.	Физическая культура и спорт : учебное наглядное пособие	М.: Московский педагогический государственный университет, 2018

6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

Э1	Научный богословский портал БОГОСЛОВ.RU
Э2	Научно-образовательная теологическая ассоциация
Э3	Православная беседа
Э4	Журнал «Вопросы теологии» - международный академический журнал по теологии
Э5	Библиотека православного христианина
Э6	Православная электронная библиотека
Э7	Библейский колледж "Наследие"
Э8	Библейские истории в шедеврах мирового искусства
Э9	Епархиальная газета «Ставропольский благовест»
Э10	Епархиальная телевизионная передача «Град Креста»
Э11	Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов
Э12	Наука и образование против террора
Э13	Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Э14	Информационная система "Единое окно доступа к образовательным ресурсам"
Э15	Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов
Э16	Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов
Э17	Наука и образование против террора
Э18	Национальный центр противодействия терроризму и экстремизму в образовательной среде и сети Интернет
Э19	Антитеррористическая комиссия Ставропольского края
Э20	Электронная библиотека ИДНК
Э21	Электронно – библиотечная система «ЭБС IPRbooks»
Э22	ГБУК «СКУНБ им. М.Ю.Лермонтова»
Э23	Информационно-правовая система «Консультант +». лиц.дог. № 62794 от 18.06.2020 г.
Э24	Федеральный портал «Российское образование»
Э25	Научная электронная библиотека – полнотекстовые журналы на русском и иностранных языках

6.3.1 Перечень информационных технологий, включая перечень лицензионного программного обеспечения

6.3.1.1	Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства:
6.3.1.2	- Microsoft Server Open License, лицензия № 43817628 от 18.04.2008 (бессрочно)
6.3.1.3	- Microsoft Office 2010 – Academic License № 60199945 от 08.11.2011 (бессрочно)
6.3.1.4	- ООО «Консультант Плюс-СК», договор № 67662 от 21.06.2021 (сроком на 1 год)
6.3.1.5	- Radmin 3, договор № 1546 от 22.10.2018 (бессрочно)
6.3.1.6	- Radmin 3, договор № 1719 от 20.11.2018 (бессрочно)
6.3.1.7	- Платформа ВКР-ВУЗ, лицензионный договор № 7874/21 от 26.03.2021 (сроком на 1 год)
6.3.1.8	- Информационно-аналитическая система SCIENCE INDEX, договор № SIO-932/2020 от 13.11.2020, договор № SIO-932/2021 от 08.11.2021 (сроком на 1 год)
6.3.1.9	- Программное обеспечение «Интернет-расширение информационной системы», лицензионный договор № 4061 на программное обеспечение от 28.03.2017 (бессрочно)

6.3.1.10	- Foxit PDF Reader (свободно распространяемое программное обеспечение)
6.3.1.11	- Яндекс. Браузер (свободно распространяемое программное обеспечение)
6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем	
6.3.2.1	-Научный богословский портал БОГОСЛОВ.RUhttp://www.bogoslov.ru;
6.3.2.2	- Научно-образовательная теологическая ассоциация http://nota-theology.ru;
6.3.2.3	- Электронная библиотека Православного Свято-Тихоновского гуманитарного университета
6.3.2.4	- Православная беседа http://www.pravbeseda.ru; - Журнал «Вопросы теологии» - международный академический журнал по теологии theologyjournal@spbu.ru;
6.3.2.5	- Библиотека православного христианина http://www. wco.ru;
6.3.2.6	- Православная электронная библиотека https://lib.pravmir.ru/;
6.3.2.7	- Библейский колледж "Наследие" http://nasledie-college.ru/;
6.3.2.8	- Библейские истории в шедеврах мирового искусства http://biblegroups.predanie.ru/kurs/;
6.3.2.9	- Епархиальная газета «Ставропольский благовест» Gazeta-stavropolskij-blagovest;
6.3.2.10	- Епархиальная телевизионная передача «Град Креста» Grad-kresta-stavropol-3822515;
6.3.2.11	- Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов http://fcior.edu.ru/- Наука и образование против террора http://scienceport.ru
6.3.2.12	- Министерство науки и высшего образования Российской Федерации http://minobrnauki.gov.ru
6.3.2.13	- Информационная система "Единое окно доступа к образовательным ресурсам" http://window.edu.ru/
6.3.2.14	- Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов http://schoolcollection.edu.ru/
6.3.2.15	- Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов http://fcior.edu.ru/- Наука и образование против террора http://scienceport.ru
6.3.2.16	- Национальный центр противодействия терроризму и экстремизму в образовательной среде и сети Интернет http://нцпти.рф
6.3.2.17	- Антитеррористическая комиссия Ставропольского края http://www.atk26.ru
6.3.2.18	- Электронная библиотека ИДНК https://idnk.ru/idnk-segodnya/biblioteka.html
6.3.2.19	- Электронно – библиотечная система «ЭБС IPRbooks» http://www.iprbookshop.ru
6.3.2.20	- ГБУК «СКУНБ им. М.Ю.Лермонтова» http://www.skunb.ru
6.3.2.21	- Информационно-правовая система «Консультант +». лиц.дог. № 62794 от 18.06.2020 г. http://www.consultant.ru/
6.3.2.22	- Федеральный портал «Российское образование» www.elibrary.ru
6.3.2.23	- Научная электронная библиотека – полнотекстовые журналы на русском и иностранных языках http://www.edu.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ	
7.1	Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, для занятий практического (семинарского) типа, для групповых и индивидуальных консультаций, для текущего контроля и промежуточной аттестации
7.2	Специализированная учебная мебель:
7.3	стол на 2 посадочных места (20 шт.), стул (40 шт.),
7.4	стол преподавателя (1 шт.),
7.5	кафедра для чтения лекций (1 шт.),
7.6	доска меловая (1 шт.).
7.7	Технические средства обучения: ноутбук Lenovo с подключением к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду организации,
7.8	видеопроекционное оборудование – Мониторы DEXP – 4 шт., HD Video Wall Controller, колонки Dialog.
7.9	Наборы учебно-наглядных пособий:

7.10	презентационный материал по дисциплине на CD-дисках
7.11	Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства:
7.12	Microsoft Server Open License, лицензия № 43817628 от 18.04.2008 (бессрочно)
7.13	Microsoft Office 2010 – Academic License № 60199945 от 08.11.2011 (бессрочно)
7.14	ООО «Консультант Плюс-СК», договор № 67662 от 21.06.2021 (сроком на 1 год)
7.15	Radmin 3, договор № 1546 от 22.10.2018 (бессрочно)
7.16	Radmin 3, договор № 1719 от 20.11.2018 (бессрочно)
7.17	Платформа ВКР-ВУЗ, лицензионный договор № 7874/21 от 26.03.2021 (сроком на 1 год)
7.18	Информационно-аналитическая система SCIENCE INDEX, договор
7.19	№ SIO-932/2020 от 13.11.2020, договор № SIO-932/2021 от 08.11.2021 (сроком на 1 год)
7.20	Программное обеспечение «Интернет-расширение информационной системы», лицензионный договор № 4061 на программное обеспечение от 28.03.2017 (бессрочно)
7.21	Foxit PDF Reader (свободно распространяемое программное обеспечение)
7.22	Яндекс. Браузер (свободно распространяемое программное обеспечение)
7.23	355008, Российская Федерация, Ставропольский край, г. Ставрополь, проспект Карла Маркса, 7, аудитория 113
7.24	Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, для занятий практического (семинарского) типа, для групповых и индивидуальных консультаций, для текущего контроля и промежуточной аттестации, спортивный зал
7.25	Специализированная учебная мебель:
7.26	электронное табло (1шт),
7.27	волейбольные сетки (1 шт.),
7.28	волейбольные мячи (10 шт.),
7.29	гимнастические лестницы (5 шт.),
7.30	гимнастические маты (4 шт),
7.31	теннисный стол (1 шт.),
7.32	355008, Российская Федерация, Ставропольский край, г. Ставрополь, проспект Карла Маркса, 7, аудитория 116
7.33	Помещение для самостоятельной работы обучающихся
7.34	Специализированная учебная мебель:
7.35	стол на 2 посадочных места (10 шт.), стул (20 шт.).
7.36	Технические средства обучения: автоматизированные рабочие места студентов с возможностью выхода в информационно-телекоммуникационную сеть «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду организации
7.37	Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства:
7.38	Microsoft Server Open License, лицензия № 43817628 от 18.04.2008 (бессрочно)
7.39	Microsoft Office 2010 – Academic License № 60199945 от 08.11.2011 (бессрочно)
7.40	ООО «Консультант Плюс-СК», договор № 67662 от 21.06.2021 (сроком на 1 год)
7.41	Radmin 3, договор № 1546 от 22.10.2018 (бессрочно)
7.42	Radmin 3, договор № 1719 от 20.11.2018 (бессрочно)
7.43	Платформа ВКР-ВУЗ, лицензионный договор № 7874/21 от 26.03.2021 (сроком на 1 год)
7.44	Информационно-аналитическая система SCIENCE INDEX, договор
7.45	№ SIO-932/2020 от 13.11.2020, договор № SIO-932/2021 от 08.11.2021 (сроком на 1 год)
7.46	Программное обеспечение «Интернет-расширение информационной системы», лицензионный договор № 4061 на программное обеспечение от 28.03.2017 (бессрочно)
7.47	Foxit PDF Reader (свободно распространяемое программное обеспечение)
7.48	Яндекс. Браузер (свободно распространяемое программное обеспечение)
7.49	355008, Российская Федерация, Ставропольский край, г. Ставрополь, проспект Карла Маркса, 7, аудитория 206
7.50	Помещение для самостоятельной работы обучающихся
7.51	Специализированная учебная мебель:
7.52	стол на 2 посадочных места (10 шт.), стул (20 шт.), стол преподавателя (1 шт.),
7.53	стеллаж книжный (7 шт.).

7.54	Технические средства обучения: автоматизированные рабочие места студентов с возможностью выхода в информационно-телекоммуникационную сеть «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду организации, и специализированным программным обеспечением для блокировки сайтов экстремистского содержания (6 шт.),
7.55	принтер (1 шт.).
7.56	Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства:
7.57	Microsoft Server Open License, лицензия № 43817628 от 18.04.2008 (бессрочно)
7.58	Microsoft Office 2010 – Academic License № 60199945 от 08.11.2011 (бессрочно)
7.59	ООО «Консультант Плюс-СК», договор № 67662 от 21.06.2021 (сроком на 1 год)
7.60	Radmin 3, договор № 1546 от 22.10.2018 (бессрочно)
7.61	Radmin 3, договор № 1719 от 20.11.2018 (бессрочно)
7.62	Платформа ВКР-ВУЗ, лицензионный договор № 7874/21 от 26.03.2021 (сроком на 1 год)
7.63	Информационно-аналитическая система SCIENCE INDEX, договор
7.64	№ SIO-932/2020 от 13.11.2020, договор № SIO-932/2021 от 08.11.2021 (сроком на 1 год)
7.65	Программное обеспечение «Интернет-расширение информационной системы», лицензионный договор № 4061 на программное обеспечение от 28.03.2017 (бессрочно)
7.66	Foxit PDF Reader (свободно распространяемое программное обеспечение)
7.67	Яндекс. Браузер (свободно распространяемое программное обеспечение)
7.68	355008, Российская Федерация, Ставропольский край, г. Ставрополь, проспект Карла Маркса, 7, аудитория 210

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Методические указания по изучению специальной методической литературы и анализа научных источников
Всю литературу можно разделить на учебники и учебные пособия, оригинальные научные монографические источники, научные публикации в периодической печати. Из них можно выделить литературу основную (рекомендуемую), дополнительную и литературу для углубленного изучения дисциплины.
Изучение дисциплины следует начинать с учебника, поскольку учебник – это книга, в которой изложены основы научных знаний по определенному предмету в соответствии с целями и задачами обучения, установленными программой.
При работе с литературой следует учитывать, что имеются различные виды чтения, и каждый из них используется на определенных этапах освоения материала.
Предварительное чтение направлено на выявление в тексте незнакомых терминов и поиск их значения в справочной литературе. В частности, при чтении указанной литературы необходимо подробнейшим образом анализировать понятия.
Сквозное чтение предполагает прочтение материала от начала до конца. Сквозное чтение литературы из приведенного списка дает возможность обучающемуся сформировать свод основных понятий из изучаемой области и свободно владеть ими.
Выборочное – наоборот, имеет целью поиск и отбор материала. В рамках данного курса выборочное чтение, как способ освоения содержания курса, должно использоваться при подготовке к практическим занятиям по соответствующим разделам.
Аналитическое чтение - это критический разбор текста с последующим его конспектированием. Освоение указанных понятий будет наиболее эффективным в том случае, если при чтении текстов обучающийся будет задавать к этим текстам вопросы. Часть из этих вопросов сформулирована в приведенном в ФОС перечне вопросов для собеседования. Перечень этих вопросов ограничен, поэтому важно не только содержание вопросов, но сам принцип освоения литературы с помощью вопросов к текстам.
Целью изучающего чтения является глубокое и всестороннее понимание учебной информации.
Есть несколько приемов изучающего чтения:
1. Чтение по алгоритму предполагает разбиение информации на блоки: название; автор; источник; основная идея текста; фактический материал; анализ текста путем сопоставления имеющихся точек зрения по рассматриваемым вопросам; новизна.
2. Прием постановки вопросов к тексту имеет следующий алгоритм: медленно прочитать текст, стараясь понять смысл изложенного; выделить ключевые слова в тексте; постараться понять основные идеи, подтекст и общий замысел автора.
3. Прием тезирования заключается в формулировании тезисов в виде положений, утверждений, выводов.
К этому можно добавить и иные приемы: прием реферирования, прием комментирования.
Важной составляющей любого солидного научного издания является список литературы, на которую ссылается автор. При возникновении интереса к какой-то обсуждаемой в тексте проблеме всегда есть возможность обратиться к списку относящейся к ней литературы. В этом случае вся проблема как бы разбивается на составляющие части, каждая из которых может изучаться отдельно от других. При этом важно не терять из вида общий контекст и не погружаться чрезмерно в детали, потому что таким образом можно не увидеть главного.

Методические указания для подготовки к занятиям семинарского типа
Занятия семинарского типа – это форма форму организации учебного процесса, в ходе которого студент должен приобрести умения получать новые учебные знания, их систематизировать и концептуализировать; оперировать базовыми понятиями и теоретическими конструкциями дисциплины.
Рабочей программой по дисциплине предусмотрены практические занятия, в том числе практическая подготовка.

Основное назначение практических занятий заключается в закреплении полученных теоретических знаний. Для этого студентам к каждому занятию предлагаются теоретические вопросы для обсуждения (устного опроса) и задания (задачи) для практического решения. Кроме того, участие в практических занятиях предполагает отработку и закрепление студентами навыков работы с информацией, взаимодействия с коллегами и профессиональных навыков (участия в публичных выступлениях, ведения групповых дискуссий, защита рефератов).
При подготовке к занятию можно выделить 2 этапа:
- организационный;
- закрепление и углубление теоретических знаний.
На первом этапе студент планирует свою самостоятельную работу, которая включает:
- уяснение задания на самостоятельную работу;
- подбор рекомендованной литературы;
- составление плана работы, в котором определяются основные пункты предстоящей подготовки.
Составление плана дисциплинирует и повышает организованность в работе.
Второй этап включает непосредственную подготовку студента к занятию.
Начинать надо с изучения рекомендованной литературы (основной и дополнительной), а также относящихся к теме занятия первоисточников. Необходимо помнить, что на занятиях обычно рассматривается не весь материал, а только его наиболее важная и сложная часть, требующая пояснений преподавателя в контексте контактной работы со студентами. Остальная его часть восполняется в процессе самостоятельной работы.
Перечень спорных теоретических вопросов по каждой теме, на которые студенты должны обратить особое внимание, определяется преподавателем и заранее (до проведения соответствующего занятия) доводится до сведения обучающихся в устной или письменной форме.
Теоретические вопросы темы могут рассматриваться на практическом занятии самостоятельно или в связи с выполнением практических заданий, в т.ч. анализом конкретных ситуаций.
Заканчивать подготовку следует составлением плана (перечня основных пунктов) по изучаемому материалу (вопросу). Такой план позволяет составить концентрированное, сжатое представление по изучаемым вопросам и структурировать изученный материал.
В структуре занятия семинарского типа традиционно выделяют следующие этапы:
1) организационный этап, контроль исходного уровня знаний (обсуждение вопросов, возникших у студентов при подготовке к занятию;
2) исходный контроль (тесты, устный опрос, проверка заданий и т.д.), коррекция знаний студентов;
3) обучающий этап (предъявление алгоритма выполнения заданий, инструкций по выполнению заданий, выполнения методик и др.);
4) самостоятельная работа студентов на занятии;
5) контроль конечного уровня усвоения знаний;
6) заключительный этап.
На практических заданиях могут применяться следующие формы работы:
• фронтальная - все студенты выполняют одну и ту же работу;
• групповая - одна и та же работа выполняется группами из 2-5 человек;
• индивидуальная - каждый студент выполняет индивидуальное задание.
При изучении дисциплины используются активные и интерактивные методы обучения, которые позволяют активизировать мышление студентов, вовлечь их в учебный процесс; стимулируют самостоятельное, творческое отношение студентов к предмету; повышают степень мотивации и эмоциональности; обеспечивают постоянное взаимодействие обучаемых и преподавателей с помощью прямых и обратных связей.
В частности, используются такие формы, как:
1. Практическое занятие в диалоговом режиме – форма организации занятия семинарского типа, по заранее определенной теме или группе вопросов, способствующая закреплению и углублению теоретических знаний и практических навыков студентов, развитию навыков самостоятельной работы с первоисточниками, учебными и литературными источниками, обмена взглядами, знаниями, позициями, точками зрениями.
Перечень требований к выступлению студента на занятии:
- связь выступления с предшествующей темой или вопросом;
- раскрытие сущности проблемы;
- методологическое значение для научной, профессиональной и практической деятельности.

Методические указания по выполнению практических заданий

Практическое задание – самостоятельная работа, содержащая решение какой-либо проблемы по образцу, типовой формуле, заданному алгоритму.
Результатом заданий является овладение обучающимися определенным набором способов деятельности, универсальным по отношению к предмету воздействия.
Для выполнения задания необходимо внимательно прочитать задание, повторить лекционный материал по соответствующей теме, изучить рекомендуемую литературу, в т.ч. дополнительную; подобрать исходные данные самостоятельно, используя различные источники информации.
При разработке содержания практических заданий учитывался уровень сложности освоения студентами соответствующей темы, общих и профессиональных компетенций, на формирование которых направлена дисциплина. Выполнение практических заданий в рамках учебной дисциплины позволяет освоить технику упражнений и приобретение физических качеств необходимых в различных профессиях. Практические задания в соответствии с требованием ФГОС включают такой обязательный элемент, как использование ПК. Оценки за выполнение практических заданий выставляются по пятибалльной системе. Оценки за практические работы являются обязательными текущими оценками по учебной

дисциплине и выставляются в журнале теоретического обучения.

Методические указания для выполнения самостоятельной работы
Самостоятельная работа – это вид учебной деятельности, которую обучающийся совершает индивидуально или в группе, без непосредственной помощи преподавателя при его контроле), руководствуясь сформированными ранее представлениями о порядке и правильности выполнения действий.
Самостоятельная работа по дисциплине включает в себя: подготовку к устному опросу по теме, конспектирование рекомендуемой учебно-методической литературы и первоисточников, написание рефератов, подготовку презентаций.
Задачи самостоятельной внеаудиторной работы студентов заключаются в продолжении изучения теоретического материала дисциплины и в развитии навыков самостоятельного анализа первоисточников и научно-исследовательской литературы.
Самостоятельное теоретическое обучение предполагает освоение студентом во внеаудиторное время рекомендуемой преподавателем основной и дополнительной литературы. С этой целью студентам рекомендуется постоянно знакомиться с классическими теоретическими источниками по темам дисциплины, а также с новинками литературы, статьями в периодических изданиях, справочных системах по направлению теология.
В зависимости от цели обращения к научному тексту существует несколько видов чтения:
1. Библиографическое – просматривание рекомендательных списков, списков журналов и статей за указанный период и т.п.
2. Просмотровое – поиск материалов, содержащих нужную информацию, чтобы установить, какие из источников будут использованы в дальнейшей работе.
3. Ознакомительное – сплошное, достаточно подробное прочтение отобранных статей, глав, отдельных страниц, чтобы познакомиться с характером информации, узнать, какие вопросы вынесены автором на рассмотрение, провести сортировку материала.
4. Изучающее – доскональное освоение материала.
5. Аналитико-критическое и творческое чтение – два вида чтения, участвующие в решении исследовательских задач. Первый из них предполагает направленный критический анализ, как самой информации, так и способов ее получения и подачи автором; второе – поиск тех суждений, фактов, по которым или в связи, с которыми, можно высказать собственные мысли.
Для лучшего понимания материала целесообразно осуществлять его конспектирование с возможным последующим его обсуждением на практических занятиях и в индивидуальных консультациях с преподавателем.
Конкретные требования к содержанию и оформлению результатов выполненных заданий указаны в соответствующих разделах ФОС по дисциплине.
Ключевую роль в планировании индивидуальной траектории обучения по дисциплине играет опережающая самостоятельная работа (ОПС). Такой тип обучения предлагается в замену традиционной репродуктивной самостоятельной работе (самостоятельное повторение учебного материала и рассмотренных на занятиях алгоритмов действий, выполнение по ним аналогичных заданий). Студенты, приступая к изучению тем, должны применить свои навыки работы с библиографическими источниками и рекомендуемой литературой, умение четко формулировать свою собственную точку зрения и навыки ведения научных дискуссий. Все подготовленные и представленные тексты должны являться результатом самостоятельной информационно-аналитической работы студентов. На их основе студенты готовят материалы для выступлений в ходе практических занятий.
Самостоятельная работа может осуществляться индивидуально или группами обучающихся в зависимости от цели, объема, конкретной тематики самостоятельной работы, уровня сложности, уровня умений обучающихся.
Контроль самостоятельной работы студентов предусматривает:
- соотнесение содержания контроля с целями обучения;
- объективность контроля;
- валидность контроля (соответствие предъявляемых заданий тому, что предполагается проверить);
- дифференциацию оценочных материалов.

Формы контроля самостоятельной работы: 1) просмотр и проверка выполнения самостоятельной работы преподавателем; 2) организация самопроверки, взаимопроверки выполненного задания в группе; 3) обсуждение результатов выполненной работы на занятии; 4) проведение устного опроса; 5) организация и проведение индивидуального собеседования; 6) организация и проведение собеседования с группой.

Методические указания по подготовке рефератов.
Реферат представляет собой краткое изложение содержания монографии (одной или нескольких книг), тематической группы научных статей, материалов научных публикаций по определенной проблеме, вопросу, дискуссии или концепции. Реферат не предполагает самостоятельного научного исследования и не требует определения позиции автора.
Главная задача, стоящая перед студентами при его написании, - научиться осуществлять подбор источников по теме, кратко излагать имеющиеся в литературе суждения по определенной проблеме, сравнивать различные точки зрения. Рефераты являются одной из основных форм самостоятельной работы обучающихся и средством контроля за усвоением учебного и нормативного материала в объеме, устанавливаемым программой. Для большинства обучающихся реферат носит учебный характер, однако он может включать элементы исследовательской работы и стать базой для написания выпускной квалификационной работы.
Порядок подготовки к написанию реферата включает следующие этапы:
1. Подготовительный этап, включающий изучение предмета исследования.
1) Выбор и формулировка темы.
Тема в концентрированном виде должна выражать содержание будущего текста, заключать проблему, скрытый вопрос.
2) Поиск источников.
Составить библиографию, используя систематический и электронный каталоги библиотеки филиала, а также электронно-библиотечных систем; изучить относящиеся к данной теме источники и литературу.
3) Работа с несколькими источниками. Выделить главное в тексте источника, определить их проблематику, выявить

авторскую позицию, основные аргументы и доказательства в защиту авторской позиции, аргументировать собственные выводы по данной проблематике.
4) Систематизация материалов для написания текста реферата.
2. Написание текста реферата.
1) Составление подробного плана реферата.
План реферата — это основа работы. Вопросы плана должны быть краткими, отражающими сущность того, что излагается в содержании. Рекомендуется брать не более двух или трех основных вопросов. Не следует перегружать план второстепенными вопросами.
2) Создание текста реферата.
Текст реферата должен подчиняться определенным требованиям: он должен раскрывать тему, обладать связностью и цельностью. Раскрытие темы предполагает, что в тексте реферата излагается относящийся к теме материал и предлагаются пути решения содержащейся в теме проблемы. Связность текста предполагает смысловую соотносительность отдельных компонентов. Цельность – смысловая законченность текста. При написании реферата не следует допускать:
- дословное переписывание текстов из книг и Интернет;
- использование устаревшей литературы;
- подмену научно-аналитического стиля художественным;
- подмену изложения теоретических вопросов длинными библиографическими справками;
- небрежного оформления работы.
Структура реферата.
Объем реферата должен составлять 15-20 страниц компьютерного текста, не считая приложений.
Структура реферата:
1) Титульный лист. Титульный лист является первой страницей реферата.
2) Содержание.
После титульного листа на отдельной странице следует содержание: порядок расположения отдельных частей – подпункты должны имеет названия; номера страниц, указывающие начало этих разделов в тексте реферата.
3) Введение.
Автор обосновывает научную актуальность, практическую значимость, новизну темы, а также указывает цели и задачи, предмет объект и методы исследования. Введение обычно состоит из 2-3 страниц.
4) Основная часть.
Может иметь одну или несколько глав, состоящих из 2-3 параграфов (подпунктов, разделов). Предполагает осмысленное и логичное изложение главных положений и идей, содержащихся в изученной литературе. В тексте обязательны ссылки на первоисточники.
5) Заключение.
Подводится итог проведенному исследованию, формулируются предложения и выводы автора, вытекающие из всей работы. Заключение обычно состоит из 2-3 страниц.
6) Библиографический список.
Включаются только те работы, на которые сделаны ссылки в тексте.
7) Приложения. Включаются используемые в работе документы, таблицы, графики, схемы и др.
Требования к оформлению реферата
Реферат оформляется на русском языке в виде текста, подготовленного на персональном компьютере с помощью текстового редактора и отпечатанного на принтере на листах формата А4 с одной стороны. Текст на листе должен иметь книжную ориентацию, альбомная ориентация допускается только для таблиц и схем приложений. Шрифт текста – TheTimesNewRoman, размер – 14, цвет – черный. Поля: левое – 3 см., правое – 1,5 см., верхнее и нижнее – 2 см. Межстрочный интервал – 1,5 пт. Абзац – 1,25 см.
Допускается использование визуальных возможностей акцентирования внимания на определенных терминах, определениях, применяя инструменты выделения и шрифты различных стилей.
Наименования всех структурных элементов реферата (за исключением приложений) записываются в виде заголовков строчными буквами по центру страницы без подчеркивания (шрифт 14 полужирный).
Страницы нумеруются арабскими цифрами с соблюдением сквозной нумерации по всему тексту.
Номер страницы проставляется в центре нижней части листа без точки.
Титульный лист включается в общую нумерацию страниц. Номер страницы на титульном листе не проставляется (нумерация страниц – автоматическая).
Приложения включаются в общую нумерацию страниц.
Главы имеют порядковые номера и обозначаются арабскими цифрами. Номер раздела главы состоит из номеров главы и ее раздела, разделенных точкой.
Цитаты воспроизводятся с соблюдением всех правил цитирования (соразмерная кратность цитаты, точность цитирования). Цитированная информация заключаются в кавычки, указывается источник цитирования, а также номер страницы источника, из которого приводится цитата (при наличии).
Цифровой (графический) материал (далее - материалы), как правило, оформляется в виде таблиц, графиков, диаграмм, иллюстраций и имеет по тексту отдельную сквозную нумерацию для каждого вида материала, выполненную арабскими цифрами. В библиографическом списке указывается перечень изученных и использованных при подготовке реферата источников.
Библиографический список является составной частью работы. Количество и характер источников в списке дают представление о степени изученности конкретной проблемы автором, документально подтверждают точность и достоверность приведенных в тексте заимствований: ссылок, цитат, информационных и статистических данных. Список помещается в конце работы, после Заключения.
Библиографический список содержит сведения обо всех источниках, используемых при написании работы. Список обязательно должен быть пронумерован.

Приложения к реферату оформляются на отдельных листах, причем каждое из них должно иметь свой тематический заголовок и в правом верхнем углу страницы надпись «Приложение» с указанием его порядкового номера арабскими цифрами. Характер приложения определяется студентом самостоятельно, исходя из содержания работы. Текст каждого приложения может быть разделен на разделы, которые нумеруют в пределах каждого приложения. Приложения должны иметь общую с остальной частью работы сквозную нумерацию страниц.

Методические указания по подготовке к тестированию.
Как и любая другая форма подготовки к контролю знаний, тестирование имеет ряд особенностей, знание которых помогает успешно выполнить тест.
Прежде всего, следует внимательно изучить структуру теста, оценить объем времени, выделяемого на данный тест, увидеть, какого типа задания в нем содержатся. Это поможет настроиться на работу.
Лучше начинать отвечать на те вопросы, в правильности решения которых нет сомнений, пока не останавливаясь на тех, которые могут вызвать долгие раздумья. Это позволит успокоиться и сосредоточиться на выполнении более трудных вопросов.
Очень важно всегда внимательно читать задания до конца, не пытаясь понять условия «по первым словам» или выполнив подобные задания в предыдущих тестированиях. Такая спешка нередко приводит к досадным ошибкам в самых легких вопросах.
Если вы не знаете ответа на вопрос или не уверены в правильности, следует пропустить его и отметить, чтобы потом к нему вернуться.
Лучше думать только о текущем задании. Как правило, задания в тестах не связаны друг с другом непосредственно, поэтому необходимо концентрироваться на данном вопросе и находить решения, подходящие именно к нему. Кроме того, выполнение этой рекомендации даст еще один психологический эффект – позволит забыть о неудаче в ответе на предыдущий вопрос, если таковая имела место.
Рассчитывать выполнение заданий нужно всегда так, чтобы осталось время на проверку и доработку (примерно 1/3-1/4 запланированного времени). Тогда вероятность описок сводится к нулю и имеется время, чтобы набрать максимум баллов на легких заданиях и сосредоточиться на решении более трудных, которые вначале пришлось пропустить.
При подготовке к тесту не следует просто заучивать раздел учебника, необходимо понять логику изложенного материала. Этому немало способствует составление развернутого плана, таблиц, схем, внимательное изучение исторических карт. Большую помощь оказывают разнообразные опубликованные сборники тестов, Интернет-тренажеры, позволяющие, во-первых, закрепить знания, во-вторых, приобрести соответствующие психологические навыки саморегуляции и самоконтроля. Именно такие навыки не только повышают эффективность подготовки, позволяют более успешно вести себя во время экзамена, но и вообще способствуют развитию навыков мыслительной работы.
Методические указания по подготовке к собеседованию
Самостоятельная работа студентов включает подготовку к устному опросу на практических занятиях/занятиях семинарского типа. Для этого студент изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов. Кроме того, изучению должны быть подвергнуты различные источники по проблемам дисциплины. Тема и вопросы к практическим занятиям по дисциплине доводятся до обучающихся заранее. Эффективность подготовки к устному собеседованию зависит от качества ознакомления с рекомендованной литературой. Для подготовки к устному собеседованию необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме практического занятия в рекомендованной литературе, записях с лекционного занятия, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения, составить тезисы выступления по отдельным проблемным аспектам. В среднем, подготовка к устному опросу по одному практическому занятию занимает от 2 до 4 часов в зависимости от сложности темы и особенностей организации студентом своей самостоятельной работы.

Методические указания для подготовки компьютерной (мультимедиа) презентации
Компьютерные презентации - это сочетание самых разнообразных средств представления информации, объединенных в единую структуру. Чередование или комбинирование текста, графики, видео и звукового ряда позволяют донести информацию в максимально наглядной и легко воспринимаемой форме, акцентировать внимание на значимых моментах излагаемой информации, создавать наглядные эффектные образы в виде схем, диаграмм, графических композиций и т. п. Мультимедийные презентации обеспечивают наглядность, способствующую комплексному восприятию материала, изменяют скорость подачи материала, облегчают показ фотографий, рисунков, графиков, географических карт, исторических или труднодоступных материалов. Кроме того, при использовании анимации и вставок видеофрагментов возможно продемонстрировать динамичные процессы. Преимущество мультимедийных презентаций - проигрывание аудиофайлов, что обеспечивает эффективность восприятия информации: излагаемый материал подкрепляется зрительными образами и воспринимается на уровне ощущений.
Процесс презентации состоит из отдельных этапов:
-подготовка и согласование с преподавателем текста доклада;
-разработка структуры презентации;
-создание презентации в Power Point;
-согласование презентации и репетиция доклада.
На первом этапе производится подготовка и согласование с преподавателем текста доклада. На втором этапе производится разработка структуры компьютерной презентации. Обучающийся составляет варианты сценария представления результатов собственной деятельности и выбирает наиболее подходящий. На третьем этапе он создает выбранный вариант презентации в Power Point .На четвертом этапе производится согласование презентации и репетиция доклада.
Цель доклада - помочь обучающемуся донести замысел презентации до слушателей, а слушателям понять представленный материал. После выступления докладчик отвечает на вопросы слушателей, возникшие после презентации. После проведения всех четырех этапов выставляется итоговая оценка.
Требования к формированию компьютерной презентации:

-компьютерная презентация должна содержать начальный и конечный слайды;
-структура компьютерной презентации должна включать оглавление, основную и резюмирующую части;
-каждый слайд должен быть логически связан с предыдущим и последующим;
-слайды должны содержать минимум текста (на каждом не более 10 строк);
-необходимо использовать графический материал (включая картинки), сопровождающий текст (это позволит разнообразить представляемый материал и обогатить доклад выступающего);
-время выступления должно быть соотнесено с количеством слайдов из расчета, что компьютерная презентация, включающая 10- 15 слайдов, требует для выступления около 7-10 минут.
Подготовленные для представления доклады должны отвечать следующим требованиям:
-цель доклада должна быть сформулирована в начале выступления;
-выступающий должен хорошо знать материал по теме своего выступления, быстро и свободно ориентироваться в нем;
-недопустимо читать текст со слайдов или повторять наизусть то, что показано на слайде;
-речь докладчика должна быть четкой, умеренного темпа;
-докладчику во время выступления разрешается держать в руках листок с тезисами свое¬го выступления, в который он имеет право заглядывать;
-докладчик должен иметь зрительный контакт с аудиторией;
-после выступления докладчик должен оперативно и по существу отвечать на все вопросы аудитории (если вопрос задан не по теме, то преподаватель должен снять его).

Методические указания по подготовке к промежуточной аттестации.
Зачет – это форма промежуточной аттестации, задачей которого является комплексное оценка уровней достижения планируемых результатов обучения по дисциплине.
Зачет для очной формы обучения проводится за счет часов, отведённых на изучение соответствующей дисциплины.
Процедура проведения данного оценочного мероприятия включает в себя: оценку результатов текущего контроля успеваемости студента в течение периода обучения по дисциплине.
Для получения зачета необходимо иметь оценки, полученные в рамках текущего контроля успеваемости, по каждой теме, предусмотренной дисциплиной.
В критерии итоговой оценки уровня подготовки обучающегося по дисциплине входят:
- уровень усвоения студентом материала, предусмотренного рабочей программой;
- уровень практических умений, продемонстрированных студентом при выполнении практических заданий;
- уровень освоения компетенций, позволяющих выполнять практические задания;
- логика мышления, обоснованность, четкость, полнота ответов.
Процедура проведения данного оценочного мероприятия включает в себя: беседу преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, и рассчитанное на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу, теме дисциплины. Вопросы к зачету доводятся до сведения обучающихся заранее.
Зачет для заочной формы по дисциплине проводится в зимнюю сессию, включая в себя собеседование преподавателя со студентами по контрольным вопросам. Контрольный вопрос – это средство контроля усвоения учебного материала дисциплины.
При подготовке к ответу пользование учебниками, учебно-методическими пособиями, средствами связи и электронными ресурсами на любых носителях запрещено.
На ответ обучающихся по каждому вопросу отводится, как правило, 3-5 минут.
После окончания ответа преподаватель объявляет обучающемуся оценку по результатам зачета, а также вносит эту оценку в аттестационную ведомость, зачетную книжку.
Уровень знаний, умений и навыков обучающегося определяется оценками «зачтено», «не зачтено». Перечень вопросов к зачету, критерии и шкала оценки приведены в п. 3. Фонда оценочных средств.