

**УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «УНИВЕРСИТЕТ
УПРАВЛЕНИЯ «ТИСБИ»**

Кафедра физического воспитания

Утверждаю

зав. кафедрой

 А.А. Болотников

Протокол заседания кафедры № 3
от «15» января 2026 г.

Рабочая программа дисциплины

Наименование дисциплины	Физическая культура и спорт
Направление подготовки	37.03.01 Психология
Профиль подготовки	Социальная психология
Год набора	2026

Составители:
доцент Болотников А.А.

Казань

Содержание

1. Цели и задачи учебной дисциплины
 2. Место дисциплины в структуре ОПОП
 3. Требования к результатам освоения дисциплины
 4. Структура и содержание дисциплины
 - 4.1 Модульно-тематический план и пояснительная записка с указанием этапов формирования компетенций
 - 4.2 Содержание дисциплины по темам (разделам)
 - 4.3 Планы практических и семинарских занятий
 5. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов
 6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины
 7. Материально-техническое обеспечение дисциплины
 8. Оценка компетенций по изучаемой дисциплине
- Приложение 1. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины
- Приложение 2. Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации по дисциплине

1. Цели и задачи учебной дисциплины

Целью освоения дисциплины «Физическая культура и спорт» является формирование способности поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Для достижения поставленной цели предусматривается решение следующих воспитательных, образовательных, развивающих и оздоровительных **задач**:

- формулирует здоровые берегающие технологии для поддержания здорового образа жизни;
- выбирает берегающие технологии с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности.

После освоения данной дисциплины студент должен:

Знать роль и значение физической культуры в жизни человека и общества, основы профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни; виды физических упражнений.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Данная дисциплина относится к обязательной части 1 Блока учебного плана по направлению подготовки 37.03.01 Психология. Дисциплина находится во взаимосвязи с дисциплинами согласно схеме:

Обеспечивающие учебные дисциплины

Физическая культура (школьный курс)

Физическая культура и спорт

Обеспечиваемые учебные дисциплины

Элективные дисциплины по физической культуре и спорту

До начала изучения дисциплины «Физическая культура и спорт» у студента должны быть сформированы компоненты компетенций, полученных в результате изучения дисциплин «Физическая культура (школьный курс)».

3. Требования к результатам освоения дисциплины

Дисциплина «Физическая культура и спорт» участвует в формировании следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО по направлению 37.03.01 Психология:

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

После освоения дисциплины студент должен получить следующие образовательные результаты соотнесённые с индикаторами достижения компетенций.

Декомпозиция компетенций

Индикаторы	Результаты обучения по дисциплине
Компетенция УК-7	
УК-7.1 Формулирует и выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности	УК-7.1 3.1 Знает роль и значение физической культуры в жизни человека и общества, основы профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни УК-7.1 3.2 Знает виды физических упражнений

4. Структура и содержание дисциплины.

4.1. Модульно-тематический план и пояснительная записка с указанием этапов формирования компетенций

Общая трудоемкость дисциплины по очному обучению составляет 2 зачетные единицы (72 академических часа).

Модульно-тематический план для студентов очной формы обучения

Модульная разбивка учебной дисциплины					
Наименование модулей	Количество ауд. часов		Самост. работа	Всего часов	Индикаторы компетенции
	Лекции	Практики			
Модуль 1					
Тема 1: Физическая культура как учебная дисциплина в вузе	2		4	6	УК-7.1 31.
Тема 2: Здоровый образ жизни студентов. Физическая культура в обеспечении здоровья	2		5	7	
Модули 2					
Тема 3: Психофизиология учебного труда и интеллектуальной деятельности средства физической культуры в оптимизации работоспособности студентов и в профилактике	1		5	6	

нервно-эмоционального утомления.					
Тема 4: Основы методики спортивной тренировки.	2		4	6	УК-7.1 31, 32
Тема 5: Методика самостоятельных занятий физическими упражнениями и спортом.	2		5	7	
Тема 6: Врачебный контроль и самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом.	2		4	6	
Тема 7: Профессионально-прикладная физическая культура	2		4	6	
Тема 8: Рациональная организация жизнедеятельности	2		8	10	
Подготовка к зачету			18	18	
ИТОГО	15		57	72	

Пояснительная записка с этапами формирования компетенций

Данный модульный курс состоит из 2-х модулей, порядок освоения которых выстраивает траекторию и этапы формирования заявленных компетенций (или их составляющих).

Модуль 1 включает в себя две учебные темы.

В результате прохождения первого модуля студент должен:

УК-7.1 3.1 Знает роль и значение физической культуры в жизни человека и общества, основы профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни

По результатам освоения модуля проводится тестирование.

Модуль 2 включает в себя шесть учебных тем.

В результате прохождения модуля студент должен:

УК-7.1 3.1 Знает роль и значение физической культуры в жизни человека и общества, основы профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни

УК-7.1 3.2 Знает виды физических упражнений

По результатам освоения модуля проводится тест и пишется реферат.

По результатам освоения дисциплины проводится зачет.

4.2. Содержание дисциплины по темам (разделам)

Тема 1. Физическая культура как учебная дисциплина в вузе.

Физическая культура как социальные феномены общества. Федеральный закон “О физической культуре и спорте в Российской Федерации. Физической культуры в различных сферах жизни. Физическая

культура как учебная дисциплина высшего профессионального образования и целостного развития личности. Основные положения организации физического воспитания в высшем учебном заведении.

Тема 2. Здоровый образ жизни студентов. Физическая культура в обеспечении здоровья.

Здоровье человека как ценность и факторы его определяющие. Взаимосвязь общей культуры студента и его образа жизни. Структура жизнедеятельности студентов и ее отражение в их образе жизни. Здоровый образ жизни и его составляющие. Личное отношение к здоровью как условие формирования здорового образа жизни.

Тема 3. Психофизиология учебного труда и интеллектуальной деятельности средства физической культуры в оптимизации работоспособности студентов и в профилактике нервно-эмоционального утомления.

Психофизиологическая характеристика интеллектуальной деятельности и учебного труда студента. Динамика работоспособности студента в учебном году и факторы, ее определяющие. Основные причины изменения состояния организма студентов под влиянием различных режимов и условий обучения. Средства физической культуры в регулировании умственной работоспособности, психоэмоционального и функционального состояния студентов.

Тема 4. Основы методики спортивной тренировки.

Методические принципы спортивной тренировки. Основы методики обучения движениям. Основы развития и совершенствования физических качеств. Общая физическая и специальная подготовка, их цели и задачи. Структура и направленность учебно-тренировочного процесса.

Тема 5. Методика самостоятельных занятий физическими упражнениями и спортом.

Мотивация и выбор направленности самостоятельных занятий. Организация, содержание и методика самостоятельных занятий. Границы интенсивности нагрузок у лиц различного возраста. Гигиена самостоятельных занятий. Контроль эффективности самостоятельных занятий.

Тема 6. Врачебный контроль и самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом.

Организация и содержание врачебного и педагогического контроля. Самоконтроль, его основные методы, показатели, дневник самоконтроля. Использование методов стандартов, антропометрических индексов, функциональных проб, упражнений-тестов для оценки физического развития, функционального состояния и физической подготовленности.

Тема 7. Профессионально-прикладная физическая культура бакалавров.

Профессионально-прикладная культура личности. Основные направления оптимизации трудовой профессиональной деятельности средствами физической культуры. Использование средств профессионально-прикладной физической культуры для развития и совершенствования профессионально важных психофизических качеств.

Тема 8. Рациональная организация жизнедеятельности

Понятие о рациональной организации жизнедеятельности. Факторы, определяющие умственную работоспособность. Фазы изменения работоспособности при умственной работе. Механизмы утомления и усталости при умственной работе. Механизмы активизации восстановления при умственном утомлении. Средства предупреждения раннего умственного утомления. Значение планирования жизнедеятельности для здоровья человека. Рациональная организация жизнедеятельности студента. Организация свободного времени работника умственного труда (студента). Роль и место сна в режиме здоровой жизнедеятельности.

4.3. Планы практических и семинарских занятий

Семинарские занятия не предусмотрены

5. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов

Важным разделом наряду с учебными занятиями является внеучебная работа как дополнение к основным занятиям:

1. Работа спортивных секций.
2. Спортивно-массовые мероприятия.

Самостоятельная работа студентов регламентируется Положением об организации самостоятельной работы студентов.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Основная литература

1. Муллер, А. Б. Физическая культура : учебник и практикум для вузов / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 424 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02483-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/559943>.

2. Стриханов, М. Н. Физическая культура и спорт в вузах: учебное пособие / М. Н. Стриханов, В. И. Савинков. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 160 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10524-7. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/540376>.

Дополнительная литература

1. Психология физической культуры и спорта: учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546>.

2. Мудриевская, Е. В. Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями оздоровительной направленности: учебное пособие / Е. В. Мудриевская. — Саратов: Вузовское образование, 2021. — 53 с. — ISBN 978-5-4487-0782-7. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/107084.html>.

Интернет-ресурсы:

1. <http://www.iprbookshop.ru> - Электронно-библиотечная система «IPRbooks»
2. <http://www.urait.ru> - Образовательная платформа ЮРАЙТ
3. <http://www.gto.ru> - Сайт ВФСК «ГТО»

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

В процессе изучения данной дисциплины в соответствии с Реестром материально-технического обеспечения аудиторного фонда Университета управления "ТИСБИ" используются:

Наименование аудитории	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
Мультимедийная 336 аудитория. Кабинет междисциплинарных курсов	Компьютер с выходом в интернет, проектор, экран, звуковые колонки, комплект специализированной учебной мебели на 80 посадочных мест.	- Операционная система Microsoft Windows 10 Pro. - Microsoft Office 2013. Данные программы получают обновления автоматически, в режиме установленном разработчиком (компанией Microsoft), посредством сети интернет. Подтверждающие документы: Акт приема-передачи неисключительного ограниченного права на лицензионное ПО № ПРСЧ-12-04326 от 18.12.2013г., №558 от 18.12.2014г., №ПРСЧ-15-01353 от 10.11.2015г., №272 от 15.04.2016г., Microsoft Open License : 64476071 Windows 8.1 Professional и Office Professional Plus 2013; Microsoft Open License

		: 65966487 Windows 10 Pro, бухгалтерские документы, подтверждающие факт приобретения лицензионного ПО.
Читальный зал. Кабинет 214 для самостоятельной работы студентов	10 компьютеров с выходом в интернет, копировальный аппарат, комплект специализированной учебной мебели (столы, стулья) на 46 посадочных мест, книжные стеллажи для периодики, выставочные витрины, шкаф для хранения книг, выставочный стеллаж, стеллажи для хранения книжного фонда. Спец. рабочее место для слабовидящих: ноутбук, клавиатура Брайля, портативное устройство для чтения PEARL.	- Операционная система Microsoft Windows 8.1 Pro, Windows 10 Pro. - Microsoft Office 2013. Данные программы получают обновления автоматически, в режиме, установленном разработчиком (компанией Microsoft), посредством сети интернет. Подтверждающие документы: Акт приема-передачи неисключительного ограниченного права на лицензионное ПО № ПРСЧ-12-04326 от 18.12.2013г., №558 от 18.12.2014г., №ПРСЧ-15-01353 от 10.11.2015г., №272 от 15.04.2016г., Microsoft Open License: 64476071 Windows 8.1 Professional и Office Professional Plus 2013; Microsoft Open License: 65966487 Windows 10 Pro, бухгалтерские документы, подтверждающие факт приобретения лицензионного ПО. - Информационно-правовая система ""Гарант"" - договор №12135/2019 от 02.12.2019г. с автоматической пролонгацией. Обновления производятся в автоматическом режиме через сеть Интернет самим разработчиком практически ежедневно

8. Оценка компетенций по изучаемой дисциплине

Для оценки результатов обучения рекомендуется использовать модульно-рейтинговую систему оценивания знаний, умений и навыков студентов по окончании изучения каждого Модуля в соответствии с Положением о модульно-рейтинговой системе организации образовательного процесса. Итоговая оценка (в баллах) складывается из баллов, набранных по каждому Модулю (семестровая оценка) и баллов, набранных, непосредственно на экзамене.

Расчет набранных баллов по дисциплине осуществляется в следующей последовательности:

$$C = \frac{M_1 + M_2 + \dots + M_n}{n} \times 0,6, \text{ где } M - \text{ количество баллов по модулю; } n - \text{ количество модулей}$$

$Z = K \times 0,4$, где K - количество баллов на экзамене (зачете);

$I = C + Z + П$, где П - поощрительные баллы (от 1 до 5).

Уровень сформированности компетенций и их основные признаки оцениваются по следующим таблицам:

Оценка уровня сформированности компетенции УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, в части дисциплины «Физическая культура и спорт»

Уровни сформированности и компетенции	Основные признаки уровня	Инструменты оценки сформированности уровня
Пороговый уровень (как минимально допустимый) (обязательный для всех студентов-выпускников вуза по завершении освоения ОПОП ВО) (от 60 до 70 баллов)	-Знает роль и значение физической культуры в жизни человека и общества,	Тестовый опрос Зачет
Базовый уровень (относительно порогового уровня) (От 71 до 85 баллов)	-Знает роль и значение физической культуры в жизни человека и общества, - Знает основы профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни. - может назвать виды физических упражнений	Тестовый опрос Зачет
Повышенный уровень (относительно порогового уровня) (От 86 до 100 баллов)	-Знает роль и значение физической культуры в жизни человека и общества, - Знает основы профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни. - Знает виды физических упражнений	Тестовый опрос Зачет

Методические рекомендации для обучающихся по освоению дисциплины

Студентам на первом занятии необходимо ознакомиться с Рабочей программой дисциплины, где прописаны цели, задачи и трудоемкость дисциплины. Перед началом изучения дисциплины необходимо повторить учебный материал обеспечивающих учебных дисциплин предшествующих курсов, которые дают основу для изучения дисциплины «Физическая культура и спорт».

Затем необходимо ознакомиться с порядком изучения дисциплины, т.е. модульно-тематическим планом и пояснительной запиской с указанием этапов формирования заявленных компетенций.

И, наконец, ознакомиться с порядком оценивания результатов обучения, для чего необходимо изучить следующие документы: Положение о модульно-рейтинговой системе оценивания и Принципы оценки уровня знаний, умений и навыков (характеристика ответа). Студент должен внимательно изучить перечень основной (дополнительной) литературы и взять необходимые учебники в библиотеке.

**УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«УНИВЕРСИТЕТ УПРАВЛЕНИЯ «ТИСБИ»**

Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной
аттестации по дисциплине «Физическая культура и спорт»
направление подготовки 37.03.01 - Психология

Профиль подготовки: Социальная психология

Казань

Содержание

1. Паспорт фонда оценочных средств
2. Наполнение фонда оценочных средств по формам контроля
 - 2.1 Фонд оценочных средств и шкала оценивания для текущего контроля.
 - 2.1.1 Тестирование
 - 2.2 Фонд оценочных средств и шкала оценивания для промежуточного контроля.
 - 2.2.1 Фонд оценочных средств для проверки знаний и умений (вопросы к зачету)
 - 2.2.2 Фонд оценочных средств для проверки сформированности навыков (задания к зачету)

1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Формы контроля	УК-7
Формируемые компетенции и их индикаторы	УК-7.1
Формы текущего контроля	
тестирование письменное	31, 32
Формы промежуточного контроля	
зачет	31, 32

З- знания, У- умения, В-владения

2. Наполнение фонда оценочных средств по формам контроля.

2.1. Фонд оценочных средств и шкала оценивания для текущего контроля

2.1.1. Тестирование

1. Измерить длину тела можно с помощью:
 - А) секундомера Б) ростометра В) динамометра
2. Главная опора человека при движении:
 - А) мышцы Б) внутренние органы В) скелет
3. Что такое физическое развитие?
 - А) Уровень, антропометрических показателей (рост, вес, окружность грудной клетки, состояние осанки, жизненная емкость легких и т.д.)
 - Б) Мышцы, которыми человек может управлять
 - В) Физические качества (выносливость, ловкость, быстрота, сила, гибкость)
4. Утренняя гимнастика – это..:
 - А) Важный элемент двигательного режима, где сосредоточен комплекс физических упражнений.
 - Б) Метод быстрого просыпания
 - В) Один из методов похудения
5. Дайте определение «здоровье» в уставе Всемирной организации здравоохранения:
 - А) Состояние полного физического, душевного и социального благополучия
 - Б) Отсутствие болезни.
 - В) Способность организма к выполнению профессиональных функций.
6. Вид спорта, известный как «королева спорта»
 - А) Легкая атлетика
 - Б) Стрельба из лука
 - В) Художественная гимнастика
7. Вид спорта, где больше проявляется гибкость :
 - А) Хоккей Б) Баскетбол В) Фигурное катание
8. Вид спорта, где больше проявляется дыхательная функция:
 - А) Плавание Б) Фехтование В) Дартс
9. Где нельзя измерить пульс?
 - А) В области шеи. Б) На запястье. В) Около пупка

10. Где больше проявляется физическая качество «сила»?
- А) Лазанье по канату
 - Б) Синхронное плавание
 - В) Бег на короткие дистанции
11. Отличительные внешние признаки утомление организма человека:
- А) Одышка, потливость
 - Б) Повышенный пульс
 - В) Головная боль.
12. Что такое закаливание?
- А) Переохлаждение или перегрев организма
 - Б) Повышенная устойчивость организма к неблагоприятным внешним воздействиям
 - В) Выполнение утренней гигиенической гимнастики
13. Что не включают в утреннюю гигиеническую гимнастику?
- А) Ходьбу Б) Наклоны В) Бег на длинную дистанцию
14. В какой профессии больше проявляется физическое качество «ловкость»:
- А) Инженер Б) Бухгалтер В) Кондитер
15. Как в древней Греции называли людей, следивших за соблюдением правил олимпийских состязаний, отбором, подготовкой атлетов и мест соревнований?
- А) Олимпионики Б) Эвпатриды В) Элланодики
16. Кто из императоров изменил программу Игр и стал победителем во всех без исключения турнирах?
- А) Феодосий II Б) Нерон В) Сулла
17. Кто из римских императоров издал декрет о разрушении языческих храмов, после чего Олимпиада прекратила свое существование?
- А) 8 дней Б) 10 дней В) 12 дней
18. При развитии гибкости следует стремиться к:
- А) Гармоничному увеличению подвижности в основных суставах
 - Б) Достижению максимальной амплитуды движений в основных суставах
 - В) Оптимальной амплитуде движений в плечевом, тазобедренном, коленном суставах.
19. Что означает в баскетболе термин «пробежка» при выполнении броска в кольцо:
- А) Выполнения с мячом в руках одного шага 17
 - Б) Выполнения с мячом в руках двух шагов
 - В) Выполнения с мячом в руках трех шагов
20. С какой целью планируют режим дня:
- А) с целью организации рационального режима питания
 - Б) с целью поддержания высокого уровня работоспособности организма
 - В) с целью четкой организации текущих дел, их выполнение в установленные сроки.
 - Г) с целью высвобождения времени на отдых и снятие нервных напряжений.
21. Выбрать физические упражнения с учетом состояния здоровья и уровня физической подготовки:

Группа (указать порядковый номер)	Комплекс упражнений
1. Основная медицинская группа	1 Дозированное лечебное плавание;
2. Специальная медицинская группа	2 Спортивные соревнования;
3. Группа освобожденных от занятий	3 Туризм;
Физической культурой и лиц с	4 Водная гимнастика;
ограниченными возможностями	5 Массаж;
здоровья.	6 Академическая гребля.

Критерии оценивания результатов тестирования

Результат	Балл
Студент верно ответил на 100-90 % вопросов	100-90
Студент верно ответил на 81-89 % вопросов	81-89
Студент верно ответил на 71-80 % вопросов	71-80
Студент верно ответил на 61-70 % вопросов	61-70
Студент верно ответил на менее 60% вопросов	Менее 60

2.2. Фонд оценочных средств и шкала оценивания для промежуточного контроля

2.2.1. Фонд оценочных средств для проверки знаний/умений

Вопросы для подготовки к зачету

1. Роль физической культуры и спорта в развитии общества.
2. Профессиональная направленность физического воспитания
3. Физическая культура – ведущий фактор здоровья студентов.
4. Организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулируемая биологическая система.
5. Физическая культура – ведущий фактор здоровья студентов.
6. Взаимосвязь физической и умственной деятельности человека.
7. Утомление при физической и умственной работе: компенсированное, некомпенсированное, острое, хроническое.
8. Биологические ритмы и работоспособность.
9. Средства физической культуры в совершенствовании организма, обеспечении его устойчивости к физической и умственной деятельности.
10. Воздействие природных и социальных факторов на организм и жизнедеятельность человека.
11. Понятие «здоровье», его содержание и критерии.
12. Функциональные возможности проявления здоровья человека в различных сферах жизнедеятельности.
13. Влияние образа жизни на здоровье.
14. Содержательные особенности составляющих здорового образа жизни.
15. Ценностные ориентации студентов на здоровый образ жизни.
16. Изменение состояния организма студента под влиянием различных режимов и условий обучения.

17. Общие закономерности изменения работоспособности студентов в учебном дне, неделе, семестре, учебном году.

18. Реабилитация в физкультурно-спортивной и профессиональной деятельности.

19. Объективные и субъективные признаки усталости, утомления и переутомления, их причины и профилактика.

20. Основы обучения движениям (техническая подготовка).

21. Развитие физических качеств у студентов.

22. Тестирование и оценка уровня подготовленности на занятиях физической культурой.

23. Физическая культура и спорт как социальный феномен общества.

24. Роль физической культуры и спорта в подготовке студентов к профессиональной деятельности и экстремальным жизненным ситуациям.

25. Возможность и условия коррекции физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами физической культуры и спорта в студенческом возрасте.

26. Оптимальная двигательная активность и её воздействие на здоровье и работоспособность.

27. Формирование мотивов и организация самостоятельных занятий физическими упражнениями.

28. Средства и методы лечебной физической культуры при различных заболеваниях студентов.

Критерии оценки уровня усвоения знаний, умений и навыков по результатам зачета

Характеристика ответа	Европейская оценка	Рубежные баллы	Оценка	Уровень сформированности компетенций
Дан полный, развернутый ответ на поставленный теоретический вопрос, показана совокупность осознанных знаний, проявляющаяся в свободном ориентировании понятиями, умении выделить существенные и несущественные его признаки, причинно-следственные связи. Знание об объекте демонстрируется на фоне понимания его в системе дисциплины «Физическая культура и спорт». Ответ формулируется в терминах науки, изложен литературным языком, логичен, доказателен, демонстрирует авторскую позицию студента. При ответе на зачете студент демонстрирует применение знаний к реальным профессиональным ситуациям, дает свою оценку решения проблемы. Причем студент не затрудняется с ответом при видоизменении задания и правильно обосновывает принятое решение.	А	100-96	Зачет	Повышенный уровень сформированности компетенций
Дан полный, развернутый ответ на поставленный теоретический вопрос, показана совокупность осознанных знаний, доказательно раскрыты основные положения темы; в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Знание демонстрируется на фоне понимания его в системе дисциплины «Физическая культура и спорт». Умеет тесно увязывать теорию с практикой. Ответ изложен литературным языком в терминах науки.	А	95-91	Зачет	

Могут быть допущены недочеты в определении понятий, исправленные студентом самостоятельно в процессе ответа.				
Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, доказательно раскрыты основные положения темы; в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Ответ изложен литературным языком в терминах науки. В ответе допущены недочеты, исправленные студентом с помощью преподавателя.	A	90-86	Зачет	
Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Ответ четко структурирован, логичен, изложен литературным языком в терминах науки. Студент владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач. Могут быть допущены недочеты или незначительные ошибки, исправленные студентом с помощью преподавателя.	B	85-81	Зачет	Базовый уровень сформированности компетенций
Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос. Ответ четко структурирован, логичен, изложен в терминах науки. Студент владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач. Ответы на дополнительные вопросы логичны, изложены в терминах науки, однако допущены незначительные ошибки или недочеты, исправленные студентом с помощью «наводящих» вопросов преподавателя.	C	80-76	Зачет	
Студент демонстрирует достаточные теоретические и практические знания. Дан полный, но недостаточно последовательный ответ на поставленный вопрос. Ответ логичен и изложен в терминах науки. Могут быть допущены 1-2 ошибки в определении основных понятий или решении практической задачи, которые студент затрудняется исправить самостоятельно.	C	75-71	Зачет	
Дан недостаточно полный и развернутый ответ. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Допущены ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. Студент может конкретизировать обобщенные знания, доказав на примерах их основные положения только с помощью преподавателя. Речевое оформление требует поправок, коррекции. Студент испытывает затруднения при выполнении практической задачи и не может связать теорию с практикой.	D	70-66	Зачет	Пороговый уровень сформированности компетенций
Дан неполный ответ, логика и последовательность изложения имеют существенные нарушения. Допущены грубые ошибки при определении сущности раскрываемых понятий, теорий, явлений, вследствие непонимания студентом их существенных и несущественных признаков и связей. В ответе отсутствуют выводы. Умение раскрыть конкретные проявления обобщенных знаний не показано. Испытывает затруднения при выполнении практических задач. Речевое оформление требует поправок, коррекции.	E	65-61	Зачет	
Дан неполный ответ. Присутствует нелогичность изложения. Студент затрудняется с доказательностью. Масса существенных ошибок в определениях терминов, понятий, характеристике фактов, явлений. В ответе отсутствуют выводы. Речь неграмотна. При ответе на дополнительные вопросы студент начинает понимать связь между знаниями только после подсказки преподавателя	E	60	Зачет	
Студент испытывает значительные трудности в ответе на вопросы. Присутствует масса существенных ошибок в определениях терминов, понятий, характеристике фактов. Речь неграмотна. На дополнительные вопросы студент не отвечает.	F	Менее 60	Не зачет	Компетенции не сформированы