МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«Национальный исследовательский ядерный университет «МИФИ»
Обнинский институт атомной энергетики –
филиал федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего образования «Национальный исследовательский ядерный университет «МИФИ»
(ИАТЭ НИЯУ МИФИ)

ИНСТИТУТ ОБЩЕЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ
Кафедра физического воспитания

Одобрено на заседании
Ученого совета ИАТЭ НИЯУ
МИФИ
Протокол от 25.08.2025 № 25.8

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
для студентов по освоению дисциплины

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

название дисциплины

для студентов направления подготовки

38.03.05 Бизнес-информатика

код и наименование направления подготовки

образовательная программа

Цифровая трансформация компании

код и наименование профиля

Форма обучения: очная

г. Обнинск 2025 г.

Содержание учебной дисциплины включает: лекционный курс; практические, методико-практические занятия.

Лекционный курс проходит с применением дистанционных образовательных технологий, включает тестирование (компьютерное). Баллы формируются автоматической системой, переводятся в систему оценок преподавателем в соответствии с утвержденной шкалой оценивания.

Тесты на практических занятиях включают выполнение контрольных нормативов комплекса ГТО для студентов основного отделения. Студенты, имеющие отклонения в состоянии здоровья, по медицинским показаниям отнесенные к специальной медицинской группе здоровья, выполняют методико-практические задания, рефераты.

Оценка сформированности компетенций на зачете для тех обучающихся, которые пропускали занятия и не участвовали в проверке компетенций во время изучения дисциплины, проводится после индивидуального собеседования с преподавателем по пропущенным или не усвоенным обучающимся темам с последующей оценкой самостоятельно усвоенных знаний на зачете.

Студенты, пропустившие более 50 % учебных занятий по состоянию здоровья, готовят рефераты по согласованию с преподавателем.

По окончании освоения дисциплины проводится промежуточная аттестация в виде зачета, что позволяет оценить совокупность приобретенных в процессе обучения компетенций.

При выставлении итоговой оценки применяется балльно-рейтинговая система оценки результатов обучения: мин 60 баллов, максимум-100 баллов.

Методические рекомендации для студентов по освоению дисциплины:

Лекционный курс - написание конспекта лекций: кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, обобщения; помечать важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Задавать вопросы преподавателю, в случае непонимания. Записывать рекомендуемую литературу. Выполнять рекомендации по освоению лекционного материала. Использовать электронный ресурс в освоении теоретического материала. В качестве дополнительных материалов приветствуется самостоятельное изучение материалов по избранному виду спорта.

Тестирование - система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений обучающегося. Тесты по лекциям состоят из вопросов типа «множественный выбор», предусматривающих выбор единственного ответа. Каждый тест включает 20 вопросов, которые выкладываются после окончания лекции Для подготовки к тестированию необходимо повторить материал по указанным темам. Необходимо внимательно прочитать инструкции к заданию. Перед тем, как сдать работу преподавателю,

необходимо внимательно еще раз проверить все свои ответы.

Критерии оценивания: Количество правильных ответов

Оценка	Шкала
Отлично	Количество верных ответов в интервале: 18-20
Хорошо	Количество верных ответов в интервале: 15-17
Удовлетворительно	Количество верных ответов в интервале: 10-14
Неудовлетворительно	Количество верных ответов в интервале: 9 и менее

или

Зачтено 36-60	Количество верных ответов в интервале: 0-20 (50-100%)
Не зачтено 35 и менее	Количество верных ответов в интервале: 0-9 (0-49%)

Подготовка к зачету- зачет по дисциплине ставиться на основании посещаемости занятий, сдачи теоретического материала по разделам дисциплины, выполнении компьютерного тестирования, выполнения практических тестов (контрольных нормативов), методико-практических заданий. Для подготовки к зачету нужно отработать все занятия, если были пропуски, сдать реферат (если есть освобождение по справке), иметь конспекты лекций, список зачетных вопросов.

Отметка о выполнении зачетных требований вносится в зачетную книжку студента в конце каждого семестра (зачтено- мин 60 баллов, максимум-100 баллов; не зачтено –менее 60 баллов).

В процессе прохождения курса физического воспитания каждый студент обязан:

- систематически посещать занятия (теоретические и практические) в дни и часы, предусмотренные учебным расписанием;
- систематически повышать свою физическую подготовку, выполнять требования и зачетные нормы и совершенствовать спортивное мастерство;
- выполнять контрольные упражнения и нормативы в установленные сроки; соблюдать рациональный режим учебы, отдыха и питания;
- соблюдать правила техники безопасности;
- активно участвовать в массовых оздоровительных, факультативных и спортивных мероприятиях в учебной группе, на курсе, факультете, в вузе;
- ежегодно проходить медицинское обследование в установленные сроки, приносить справку о принадлежности к физкультурной группе здоровья; осуществлять самоконтроль за состоянием здоровья, физического развития, за физической и спортивной подготовкой;
-обучающиеся, не прошедшие медицинское обследование, к практическим занятиям по физической культуре не допускаются