

Методические материалы по учебной дисциплине

«Элективные курсы по физической культуре»

Содержание учебной дисциплины включает: практические занятия.

Студенты основного отделения оцениваются по посещению занятий и сдаче контрольных нормативов, студенты специального отделения оцениваются по посещению занятий, выполнению реферата и индивидуальных заданий.

Тесты по разделам проводятся на практических занятиях, что позволяет оценить уровень развития основных физических качеств для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

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:

Практические занятия - соблюдать технику безопасности на практических занятиях. Знать показатели тестирования по физической подготовленности. Знать способы контроля, оценки, коррекции физического развития и физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Планировать самостоятельную работу по дисциплине: посещение секции, фитнес-клуба, кружков и др., для подготовки к сдаче нормативов по физической подготовленности.

Выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики; осуществлять медико-биологический и психолого-педагогический контроль состояния организма при проведении самостоятельных физкультурно-спортивных занятий.

Владеть методами самостоятельного выбора вида спорта или системы физических упражнений для укрепления здоровья, развития прикладных физических и психофизических качеств, необходимых для успешного выполнения определенных профессиональных действий.

Критерии и шкала оценивания

Оценка	Критерии оценки
Зачтено 27,6-46	Выставляется при соответствии параметрам экзаменационной шкалы на уровнях «отлично», «хорошо», «удовлетворительно».
Не зачтено 27,5 и менее	Выставляется при соответствии параметрам экзаменационной шкалы на уровне «неудовлетворительно».

Посещаемость занятий (практические)

1 занятие практическое - 2 балла

27 занятий-максимум 54 балла

Критерии и шкала оценивания

Оценка	Критерии оценки
Зачтено 32,4-54	Выставляется при соответствии параметрам экзаменационной шкалы на уровнях «отлично», «хорошо», «удовлетворительно».
Незачтено 32,3 и менее	Выставляется при соответствии параметрам экзаменационной шкалы на уровне «неудовлетворительно».

Индивидуальное задание – учитывается новизна и самостоятельность в оформлении задания, самостоятельность выполнения. Соответствие плана по теме задания, соответствие содержания теме и плану задания; умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал. Правильное оформление; грамотность и культура изложения; владение терминологией и понятийным аппаратом проблемы; соблюдение требований к объему задания.

Шкалы оценок:

46-40 баллов – оценка «отлично»;

39 -34 баллов – оценка «хорошо»;

33- 27,6 баллов – оценка «удовлетворительно»;

0 – 27,5 баллов – оценка «неудовлетворительно».

Критерии и шкала оценивания

Оценка	Критерии оценки
Зачтено 27,6-46	Выставляется при соответствии параметрам экзаменационной шкалы на уровнях «отлично», «хорошо», «удовлетворительно».
Не зачтено 27,5 и менее	Выставляется при соответствии параметрам экзаменационной шкалы на уровне «неудовлетворительно».

Реферат-оформляется в соответствии ГОСТу 2021 г, тема выбирается совместно с преподавателем, возможно предложение интересующей студента темы. Шкалы оценок:

46-40 баллов – оценка «отлично»;

39 -34 баллов – оценка «хорошо»;

33- 27,6 баллов – оценка «удовлетворительно»;

0 – 27,5 баллов – оценка «неудовлетворительно».

Подготовка к зачету- Зачет по дисциплине выставляется на основании посещаемости занятий, сдачи нормативов физической подготовленности, собеседования по теории и методике. Для подготовки к зачету нужно отработать все занятия, если были пропуски. Подготовить и сдать реферат (если есть освобождение по справке). При сдаче контрольных нормативов, желательно дополнительно заниматься самостоятельно.

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