



**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
ФГБОУ ВО «Брянский государственный технический университет»

Механико-технологический факультет  
Кафедра «Физическое воспитание и спорт»

УТВЕРЖДАЮ  
Первый проректор по учебной  
работе и цифровизации  
\_\_\_\_\_ В.А. Шкаберин  
«25» апреля 2025 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
учебной дисциплины

«Физическая культура и спорт»

*(наименование дисциплины)*

23.03.01 Технология транспортных процессов

*(код и наименование специальности или направления подготовки)*

Организация и сервис пассажирских железнодорожных перевозок

*(направленность (профиль)/ специализация образовательной программы)*

высшее образование – Бакалавриат

*(уровень образования)*

Бакалавр

*(квалификация, присваиваемая по специальности или направлению подготовки)*

Очная форма

*(форма обучения)*

2025

*(год набора)*

Брянск 2025

# Рабочая программа учебной дисциплины

## «Физическая культура и спорт»

(наименование дисциплины)

### 23.03.01 Технология транспортных процессов

(код и наименование специальности или направления подготовки)

### Организация и сервис пассажирских железнодорожных перевозок

(специализация / направленность (профиль) образовательной программы)

#### Разработал(и):

доцент, к.п.н., доцент

(должность, ученая степень, ученое звание)

(подпись)

Г.Е. Сякина

(И.О. Фамилия)

(должность, ученая степень, ученое звание)

(подпись)

(И.О. Фамилия)

Рассмотрена и одобрена на заседании кафедры

«Физическое воспитание и спорт»

(наименование кафедры, ответственной за реализацию дисциплины)

«4» марта 2025 г., протокол № 7

Заведующий кафедрой

к.пед.н., доцент

(ученая степень, ученое звание)

(подпись)

Каленикова Н.Г.

(И.О. Фамилия)

#### Согласовано:

Заведующий выпускающей кафедрой

Производство и сервис в транспортном машиностроении

(наименование выпускающей кафедры)

к.т.н., доцент

(ученая степень, ученое звание)

(подпись)

Бондаренко Д.А.

(И.О. Фамилия)

© Г.Е. Сякина, 2025

© ФГБОУ ВО «Брянский государственный  
технический университет», 2025

## СОДЕРЖАНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ.....	5
1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ .....	5
2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ .....	5
3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ .....	6
4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ .....	6
5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ .....	7
5.1. Структура дисциплины.....	7
5.2. Лекции .....	8
5.3. Самостоятельная работа обучающихся .....	10
5.4. Организация текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся .....	15
6. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ .....	15
7. РЕАЛИЗАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ ТЕХНОЛОГИЙ ЭЛЕКТРОННОГО ОБУЧЕНИЯ И (ИЛИ) ДИСТАНЦИОННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ.....	16
8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ .....	16
8.1. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся .....	16
8.2. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины .....	17
8.3. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», используемых при изучении дисциплины .....	18
8.4. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и (или) информационных справочных систем .....	18
9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ.....	18
10. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ.....	19
11. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ.....	20
11.1. Методические материалы для педагогических работников .....	20
11.2. Методические материалы для обучающихся .....	21
12. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ .....	21

12.1. Виды и средства оценивания результатов освоения дисциплины .....	21
12.2. Шкала оценивания при текущем контроле успеваемости .....	21
12.3. Шкала оценивания при промежуточной аттестации обучающихся .....	22
12.4. Оценивание окончательных результатов обучения по дисциплине .....	25
12.5. Контрольно-измерительные материалы для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся .....	25
13. ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА .....	26

## ПРЕДИСЛОВИЕ

Учебная дисциплина «Физическая культура и спорт» (далее – дисциплина) ориентирована на формирование у обучающихся компетенций в рамках основной профессиональной образовательной программы высшего образования (ОПОП ВО) по направлению подготовки, 23.03.01 Технология транспортных процессов, профиль «Организация и сервис пассажирских железнодорожных перевозок»

### 1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

**Цель** освоения дисциплины – формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

**Задачи** освоения дисциплины:

- понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- знание научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

### 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина входит в обязательную часть учебного плана, и реализуется на 1 курсе(-ах) в 1 семестре(-ах).

Параллельно изучаются дисциплины: *«Физическая культура и спорт. Общая физическая подготовка»*, *«Физическая культура и спорт. Спортивная подготовка»*.

[illegible]

Виды учебной работы в соответствии с учебным планом образовательной программы	Трудоемкость, час.												
	Всего	Семестр											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
в том числе в форме практической подготовки	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>2. Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>47</b>	<b>47</b>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>3. Текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация обучающихся, в том числе:</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
3.1. Экзамен	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
3.2. Зачет	1	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
3.3. Зачет с оценкой	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
3.4. Курсовой проект (контроль)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
3.5. Курсовая работа (контроль)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
3.6. Расчетно-графическая работа (контроль)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
3.7. Контрольная работа (контроль)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>Общая трудоемкость (2 з.е.)</b>	<b>72</b>	<b>72</b>											

## 5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 5.1. Структура дисциплины

Структура дисциплины представлена в виде тематического плана в таблице 3.

Таблица 3 – Тематический план дисциплины

Наименование раздела (темы) дисциплины	Трудоемкость, час.				
	Всего	Лекции	Лабораторные работы	Практические занятия	Самостоятельная работа
<b>1. Теоретические основы физической культуры</b>	<b>8</b>	<b>2</b>	-	-	<b>6</b>
Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов		2	-	-	6
<b>2. Социально-биологические основы физической культуры</b>	<b>16</b>	<b>4</b>	-	-	<b>12</b>
Тема 2. Организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система.		2	-	-	6
Тема 3. Механизмы совершенствования отдельных систем организма под воздействием направленной физической тренировки		2	-	-	6
<b>3. Физическая культура в обеспечении здоровья</b>	<b>22</b>	<b>6</b>	-	-	<b>16</b>
Тема 4. Основы здорового образа жизни студента		2	-	-	4

Наименование раздела (темы) дисциплины	Трудоемкость, час.				
	Всего	Лекции	Лабораторные работы	Практические занятия	Самостоятельная работа
Тема 5. Психофизиологические основы учебной деятельности студентов.		2	-	-	4
Тема 6. Диагностика уровня здоровья.		2	-	-	8
<b>4. Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями</b>	<b>17</b>	<b>4</b>	-	-	<b>13</b>
Тема 7. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.		2	-	-	6
Тема 8. Самоконтроль занимающихся физической культурой и спортом		2	-	-	7
<b>Итого</b>	<b>63</b>	<b>16</b>			<b>47</b>

## 5.2. Лекции

Перечень занятий лекционного типа, их содержание и трудоемкость представлены в таблице 4.

Таблица 4 – Тематика и содержание лекций

Наименование темы дисциплины	Тема лекции	Содержание лекции	Трудоемкость, час.
Раздел 1. Теоретические основы физической культуры	Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов	1. Цель и задачи, предмет дисциплины «Физическая культура и спорт». 2. Федеральный Закон «О физической культуре и спорте в РФ». 3. Основные понятия: - физическая культура, - физическое развитие, - спорт, - физическое совершенство. 4. Физическая культура личности. 5. Социальные функции физической культуры. 6. Средства физической культуры. 7. Современное состояние физической культуры и спорта	2



Наименование темы дисциплины	Тема лекции	Содержание лекции	Трудоемкость, час.
Раздел 2. Социально-биологические основы физической культуры	Тема 2. Организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система	1. Организм человека как единая биологическая система. 2. Регуляция функций. 3. Гипокинезия и ее эффекты. 4. «Мышечный насос» 5. Воздействие природных и социально-экологических факторов на организм и жизнедеятельность человека	2
	Тема 3. Механизмы совершенствования отдельных систем организма под воздействием направленной физической тренировки	1. Физиологические механизмы и закономерности совершенствования отдельных систем организма под воздействием направленной физической тренировки. 2. Влияние физических упражнений на опорно-двигательный аппарат. 3. Влияние физических упражнений на сердечно-сосудистую систему. 4. Признаки спортивного сердца. 5. Влияние физических упражнений на дыхательную систему. 6. Влияние физических упражнений на нервную систему. 7. Влияние физических упражнений на состав крови	2
Раздел 3. Физическая культура в обеспечении здоровья	Тема 4. Основы здорового образа жизни студента	1. Здоровье человека как ценность и факторы, его определяющие. 2. Понятие образа жизни. 3. Образ жизни студента. 4. Здоровый образ жизни и его составляющие: - оптимальный двигательный режим, формулы ЧСС; - рациональное питание; - искоренение вредных привычек; - гигиена; - положительные эмоции	2
	Тема 5. Психофизиологические основы учебной деятельности студентов	1. Психофизиологические основы интеллектуальной деятельности. 2. Работоспособность и факторы, влияющие на нее. 3. Утомление умственное и физическое. 4. Переутомление: симптомы, критерии, профилактика. 5. Средства физической культуры в регулировании работоспособности. 6. Принцип активного отдыха. 7. Физические упражнения, воздействующие на сосуды головного мозга. 8. Двигательный режим во время экзаменов	2
	Тема 6. Диагностика уровня здоровья	1. Функциональные пробы (Купера, Руфье). 2. Степ-тест. 3. Экспресс-диагностика по Белову	2

Наименование темы дисциплины	Тема лекции	Содержание лекции	Трудоемкость, час.
Раздел 4. Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями	Тема 7. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	1. Планирование самостоятельных занятий. 2. Формы и методика самостоятельных тренировочных занятий. 3. Утренняя гигиеническая гимнастика: принципы построения и проведения комплекса. 4. Методика оздоровительной ходьбы. 5. Методика оздоровительного бега. 6. Физические качества и их развитие. 7. Методики современных фитнес-технологий. 8. Двигательные умения и навыки	2
	Тема 8. Самоконтроль занимающихся физической культурой и спортом	1. Основы самоконтроля при самостоятельных тренировочных занятиях. 2. Дневник самоконтроля. 3. Профилактика травматизма. 4. Гигиенические факторы. 5. Тесты для оценки физического развития занимающихся. 6. Тесты для оценки физической подготовленности занимающихся. 7. Физические упражнения профессионально-прикладной направленности	2
<b>Итого</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>16</b>

### 5.3. Самостоятельная работа обучающихся

Вопросы, выносимые на самостоятельное изучение, представлены в таблице 5.

Таблица 5 – Вопросы для самостоятельного изучения дисциплины

Наименование темы дисциплины	Вопросы для самостоятельного изучения темы
Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов	1. Нормативно-правовая база физической культуры и спорта (Федеральный закон «О физической культуре и спорте в РФ»); 2. Физическая культура личности. 3. Современное состояние физической культуры и спорта
Тема 2. Организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система	1. Организм человека как единая биологическая система. 2. Двигательная активность в эволюции. 3. Воздействие природных и социально-экологических факторов на организм и жизнедеятельность человека
Тема 3. Механизмы совершенствования отдельных систем организма под	1. Физиологические механизмы и закономерности совершенствования отдельных систем организма под воздействием направленной физической тренировки. 2. Признаки спортивного сердца.

Наименование темы дисциплины	Вопросы для самостоятельного изучения темы
воздействием направленной физической тренировки	3. Гипертония: показатели, симптомы, профилактика. 4. Гипотония: показатели, симптомы, профилактика. 5. Частота сердечных сокращений: нормы, пороговые значения, тахикардия, брадикардия. 6. Гравитационный шок: причины, симптомы, меры профилактики.
Тема 4. Основы здорового образа жизни студента	1. Здоровье человека как ценность. 2. Факторы, определяющие здоровье. 3. Здоровый образ жизни студента: - оптимальный двигательный режим, - рациональное питание, - искоренение вредных привычек.
Тема 5. Психофизиологические основы учебной деятельности студентов	1. Изменение работоспособности студентов в течение дня, недели, семестра, учебного года. 2. Физические упражнения и питание для улучшения умственной работоспособности.
Тема 6. Диагностика уровня здоровья	1. Функциональные пробы (Купера, Руфье). 2. Степ- тест. 3. Экспресс-диагностика по Белову
Тема 7. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	1. Дневник самоконтроля. 2. Современные методики совершенствования умений и навыков в избранном виде спорта. 3. Современные методики совершенствования физических качеств. 4. Фитнес-технологии
Тема 8. Самоконтроль занимающихся физической культурой и спортом	1. Профессионально-прикладные физические упражнения в режиме трудового дня. 2. Особенности профессионально-прикладной физической подготовки будущего специалиста данного профиля.

В процессе самостоятельной работы обучающиеся должны принимать решение по рассматриваемой проблеме с минимальным участием педагогического работника. Для решения поставленных задач может использоваться дополнительная литература и источники в информационно-коммуникационной сети «Интернет».

Учебным планом в рамках дисциплины предусмотрено выполнение индивидуальных заданий (написание рефератов, составление комплексов физических упражнений различной направленности) и самостоятельные тренировочные занятия.

### **Примерные задания по составлению комплексов физических упражнений различной направленности**

1. Составить комплекс утренней гигиенической гимнастики:  
- без предметов;

- с гантелями;
  - с жгутами;
  - с гимнастической палкой;
  - со скакалкой.
2. Составить комплекс упражнений для развития конкретной группы мышц (например, для верхнего плечевого пояса, живота, спины и т. д.).
  3. Составить комплекс упражнений в тренажерном зале на начальном этапе обучения.
  4. Составить комплекс упражнений в тренажерном зале на этапе совершенствования.
  5. Разработать программу для наращивания массы тела.
  6. Разработать программу для снижения массы тела.
  7. Составить комплекс специальных упражнений на развитие конкретного физического качества (на примере какого-либо вида спорта):
    - выносливости;
    - быстроты;
    - силы;
    - ловкости;
    - гибкости.
  8. Составить комплекс упражнений лечебной физкультуры при каком-либо заболевании с предметами и без них.
  9. Составить базовый комплекс любой современной фитнес-системы.
  10. Составить комплекс производственной гимнастики.

### **Примерная тематика рефератов**

1. Диагноз и краткая характеристика заболевания студента.
2. Влияние заболевания на личную работоспособность и самочувствие.
3. ЛФК и противопоказания при данном заболевании студента.
4. Питание при данном заболевании студента.
5. Методика развития скоростно-силовой подготовки спортсмена (на примере любого вида спорта).
6. Способы и методы совершенствования функциональных возможностей организма человека.
7. Характеристика технических действий (на примере баскетбола).
8. Правила и принципы спортивного отбора.
9. Спортивный ритуал, традиции и символика в спорте.
10. Физическое воспитание в Древнем Риме. Цели, задачи, средства.
11. Организация судейства соревнований по лёгкой атлетике на стадионе.
12. Методика спортивной тренировки в условиях повышенной гипоксии.
13. Характеристика физического упражнения.
14. Построение плана-графика круглогодичной тренировки спортсмена.
15. Методы проведения спортивной тренировки.

16. Сочетание объема физической нагрузки с ее интенсивностью.  
Физическая подготовка женщин.

17. Воркаут (уличный спорт). Тенденции развития.

18. Подготовка в экстремальных видах спорта.

19. Системный подход к организации спортивно – массовой работы в вузе.

20. Физическая культура и спорт через призму средств массовой информации (СМИ).

21. Подготовка спортсменов в предсоревновательный период (на примере любого вида спорта).

22. Медитация как прием психологической подготовки спортсмена.

23. «Второе дыхание» - физиологический процесс вработывания.

24. Компьютерные технологии в спорте.

25. Компьютерное имитационное биомеханическое моделирование как метод изучения двигательных действий человека.

26. Адаптация восточноазиатской психо-телесной теории личности к отечественной системе спортивных единоборств.

27. Принцип непрерывности в спортивной тренировке.

28. Принципы адекватности и доступности в спортивной тренировке.

29. Принцип цикличности в спортивной тренировке.

30. Принципы сознательности и активности в спортивной тренировке.

31. Влияние тренировочных нагрузок анаэробной и аэробной направленности на уровень физической работоспособности.

32. Влияние стресс-фактора на функциональное состояние спортсменов.

33. Критерии оценки эффективной тренировки.

34. Историческое развитие физкультурно-спортивной деятельности в стране.

35. Технические требования к спортивной и художественной гимнастике.

36. Содержание и методика тренировки специальной выносливости (на примере любого вида спорта).

37. Специфика тренировочной нагрузки девушек и юношей.

38. Здоровьесберегающие технологии в системе высшего образования.

39. Прыжковые упражнения на мягкой опоре как одно из средств снижения ударной нагрузки на стопу.

40. Понятие «тренировочный эффект».

41. Систематизация специальных тренировочных упражнений.

42. Тесты для оценки двигательной деятельности студентов в спортивных играх.

43. Технологии ускоренного обучения плаванию.

44. Современные технологии укрепления психофизического состояния и психосоциального здоровья населения.

45. Импровизация и форма движения под воздействием музыки.

46. Физическое совершенство как основное понятие теории физической культуры.

47. Административное управление развитием физической культуры и спорта в субъекте Российской Федерации (на примере Брянской области).

48. Спорт в коррекции физического развития лиц, имеющих избыточный вес.
49. Моделирование содержания и структуры тренировочного процесса (на примере средств, методов, объемов и динамики нагрузок).
50. Способ оценки технического и технико-тактического мастерства спортсменов в индивидуальных и игровых видах спорта.
51. Комплексный контроль в спорте.
52. Математический анализ в спорте.
53. Теория спортивной подготовки в процессе физического воспитания.
54. Олимпийский спорт и физическое воспитание: взаимосвязи и диссоциации.
55. Организация непрерывного контроля за спортсменом в процессе тренировки.
56. Профилактика спортивного травматизма в большом спорте.
57. Базовые формы физической культуры.
58. Цели и задачи предстартовой разминки.
59. Адаптация организма спортсменов к выполнению статических нагрузок.
60. Спортивные показатели в информационно-вероятностной интерпретации.
61. Нормы этики в спорте.
62. Феномен преодоления в психологической подготовке спортсмена.
63. Оптимизация тренировочного процесса в подготовительном периоде.
64. Тренировочное задание как элемент структуры тренировочного процесса в спорте.
65. Аквааэробика как средство обучения плавательным движениям студентов, не имеющих опыта в плавании.
66. Развитие показателей максимальной силы с помощью изометрических упражнений.
67. Основы современной системы подготовки спортсменов высшего класса.
68. Спорт как социальное явление и фактор социализации личности студентов, имеющих проблемы со здоровьем.
69. Лицензирование в сфере физической культуры и спорта.
70. Государственная политика в сфере спорта и паралимпийского спорта.
- Программы.
71. Восстановительный процесс после интенсивной нагрузки в зависимости от типа темперамента спортсмена.
72. Концепция здоровья в XXI веке.
73. Игры народов Севера.
74. Проблемы сохранения здоровья спортсменов.
75. Анализ двигательной активности студентов-инвалидов.
76. Информатизация отрасли «Физическая культура и спорт».
77. Положительное влияние занятий спортом на психическую устойчивость молодежи с асоциальным поведением.

Выполнение предусмотренных в учебном плане работ осуществляется в соответствии с методическими указаниями, содержащимися в соответствующем разделе электронного курса «Физическая культура и спорт» в системе электронной поддержки учебных курсов на базе программного обеспечения Moodle со встроенной подсистемой тестирования, входящей в состав электронной информационно-образовательной среды БГТУ (<http://edu.tu-bryansk.ru>).

#### **5.4. Организация текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся**

Текущий контроль успеваемости обеспечивает оценивание хода освоения дисциплины. Формы контрольно-оценочных мероприятий, проводимых в рамках текущего контроля успеваемости:

- при реализации контактной работы: устный экспресс-опрос, экспресс-тестирование;
- при реализации самостоятельной работы обучающихся: устная (подготовка к устному опросу, защите письменной работы, докладу по результатам самостоятельной работы и т.д.); письменная (подготовка к письменному опросу, выполнению предусмотренных в учебном плане работ и т.д.); тестовая (подготовка к бланчному или компьютерному тестированию).

Оценивание результатов обучения по дисциплине (промежуточная аттестация обучающихся) осуществляется в форме, установленной в учебном плане, проводимой устно / письменно. Аттестационное испытание может включать в себя прохождение теста с использованием технологии компьютерного тестирования. Для более объективной оценки знаний обучающегося после тестирования экзаменатор может проводить короткий опрос-собеседование с обучающимся и (или) выдавать ему дополнительные задания.

### **6. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ**

В процессе освоения дисциплины при реализации различных видов учебных занятий и самостоятельной работы обучающихся могут применяться следующие виды образовательных (педагогических) технологий:

- современное традиционное обучение (использование лекционно-семинарских занятий и др.);
- педагогические технологии на основе современных информационно-телекоммуникационных средств, в том числе элементы электронного обучения и дистанционных образовательных технологий;
- технологии проблемного обучения (создание в учебной деятельности проблемных ситуаций и организация активной самостоятельной деятельности обучающихся по их разрешению);

- технологии деловой игры;
- групповые технологии (обучение в сотрудничестве) и другие.

## **7. РЕАЛИЗАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ ТЕХНОЛОГИЙ ЭЛЕКТРОННОГО ОБУЧЕНИЯ И (ИЛИ) ДИСТАНЦИОННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ**

В электронной информационно-образовательной среде БГТУ размещается электронный курс по дисциплине.

Электронный курс по дисциплине предназначен для обеспечения обучающихся всеми необходимыми учебно-методическими материалами. При необходимости осуществляется файловый обмен отчетами о выполнении обучающимися самостоятельной работы.

## **8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **8.1. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся**

Методические указания разработаны в соответствии с тематикой дисциплины и учебным планом. В том числе:

1. Карева, Г.В. Основы самоконтроля при занятиях физической культурой: учебное пособие/ Г.В. Карева, Г.Е. Сякина. – Брянск : БГТУ, 2021. – 56 с. – Режим доступа: локальная сеть НБ БГТУ. – Текст : электронный.

2. Оксисайз: базовая дыхательная техника, комплекс упражнений : метод. указания к практ. занятиям студентов оч. формы обучения всех направлений подгот. / разработ. Г. В. Карева. - Брянск : БГТУ, 2024. - 19 с. - Режим доступа: локальная сеть НБ БГТУ. - Текст : электронный.

4. Сякина Г.Е. Художественная гимнастика в физическом воспитании студентов: учебное пособие / Г.Е. Сякина, Г.М. Бойко, М.Г. Пурыгина. – Брянск: БГТУ, 2022. – 75 с. – Режим доступа: локальная сеть НБ БГТУ. – Текст : электронный.

5. Профилактика травматизма в процессе учебно-тренировочных и самостоятельных занятий: методические указания к практическим занятиям для студентов очной формы обучения по всем направлениям подготовки/ разработ. Н.Г. Каленикова. – Брянск : БГТУ, 2023. – 48 с. – Режим доступа: локальная сеть НБ БГТУ. – Текст : электронный.

6. Фитнес-технологии. Тренировка на bosu-полусфере: методические указания к практическим занятиям для студентов очной формы обучения по всем направлениям подготовки / [разработ. Г. В. Гудина, Н. В. Волкова]. – Брянск : БГТУ, 2023. – 15 с. – Режим доступа: локальная сеть НБ БГТУ. – Текст : электронный.

7. Комплексы упражнений на тренажерах на начальном этапе обучения для девушек : методические указания к практическим занятиям для студентов очной



формы обучения по всем направлениям подготовки / [разраб. Г. Е. Сякина]. – Брянск : БГТУ, 2021. – 15 с. – Режим доступа: локальная сеть НБ БГТУ. – Текст : электронный.

8. Фитнес-система «Изотон»: техника выполнения упражнений и методика занятий: методические указания к практическим занятиям для студентов очной формы обучения по всем направлениям подготовки / [разраб. Г. Е. Сякина]. – Брянск : БГТУ, 2022. – 14 с. – Режим доступа: локальная сеть НБ БГТУ. – Текст : электронный.

## **8.2. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины**

### ***а) основная литература:***

1. Ангелова, О.Ю. Основы инновационной деятельности в сфере физической культуры и спорта// Ангелова, О.Ю., Новикова В.С., Соколовская С.В., Чепьюк О.Р. – СПб: Издательство Лань, 2023. – 100 с. – ISBN 978-5-507-478095. – [https:// e.lanbook.com/book/339653](https://e.lanbook.com/book/339653).

2. Буров, А. Э. Диагностика и оценка профессионально важных качеств в практике профессионально-прикладной физической культуры : практикум / А. Э. Буров, О. А. Ерохина. – Саратов : Вузовское образование, 2022. – 160 с. –URL: <https://www.iprbookshop.ru/116614.html>. – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

3. Казантинова, Г. М. Физическая культура студента: учебник для вузов, 2-е изд./ Г.М. Казантинова. – М.: Лань, 2024. – 304 с.

4. Карева, Г.В. Основы самоконтроля при занятиях физической культурой: учебное пособие/ Г.В. Карева, Г.Е. Сякина. – Брянск : БГТУ, 2021. – 56 с. – Режим доступа: локальная сеть НБ БГТУ. – Текст : электронный.

5. Физическая культура и спорт в современных профессиях: учебное пособие/ А.Э. Буров [и др.]. – Саратов: Вузовское образование, 2022. – 261 с. – URL: [https://www. iprbookshop.ru/116615.html](https://www.iprbookshop.ru/116615.html). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

### ***б) дополнительная литература***

1. Власов, В.Н. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре. Практикум. – СПб: Издательство Лань, 2023. – 172 с. – ISBN 978-5-507-47932-0. – [https:// e.lanbook.com/book/332278](https://e.lanbook.com/book/332278).

2. Зобкова, Е.А. Менеджмент спортивных соревнований: учебное пособие – СПб: Издательство Лань, 2023. – 38 с. – ISBN 978-5-507-47895-8. – [https:// e.lanbook.com/book/332102](https://e.lanbook.com/book/332102).

3. Лукьяненко, В. П. Теория физической культуры и спорта. Практические занятия: учебное пособие для вузов// В.П. Лукьяненко. – М.: Лань, 2024. – 116 с.

### ***б) справочная литература***

1. Большая медицинская энциклопедия [Электронный ресурс]/ А.Г. Елисеев [и др.]. – Электрон. текстовые данные. – Саратов: Научная книга, 2019. – 849 с.

2. Справочник тестов по оценке различных сторон подготовленности спортсменов [Электронный ресурс]/ А.А. Грушин [и др.] – Электрон. текстовые данные. – Москва: Издательство «Спорт», 2020. – 192 с.

### **8.3. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», используемых при изучении дисциплины**

1. Сайт научной библиотеки БГТУ (<https://libri.tu-bryansk.ru>)
2. Электронно-библиотечная система «Лань» (<https://e.lanbook.com>).
3. Электронно-библиотечная система «IPRbooks» (<http://www.iprbookshop.ru>).
4. Электронно-библиотечная система ИД «Гребенников» (<https://grebennikon.ru>).
5. Национальная электронная библиотека (<http://www.elibrary.ru>).
6. Федеральный Интернет-портал «Российское образование» (<http://www.edu.ru>).

### **8.4. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и (или) информационных справочных систем**

1. Операционная система класса Microsoft Windows.
2. Пакет офисных прикладных программ OpenOffice или Microsoft Office.
3. Справочная правовая система «КонсультантПлюс».

## **9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Для обеспечения обучения необходима следующая материально-техническая база:

- аудитория для проведения лекционных занятий и организации защиты курсовой работы / курсового проекта (при наличии такого вида работ по дисциплине), оборудованная персональными компьютерами, мультимедийным компьютерным проектором, средства звуковоспроизведения (по возможности), проекционным экраном, наличием доступа в информационно-телекоммуникационную сеть «Интернет»;
- компьютерный класс для проведения аудиторных занятий, а также компьютерного тестирования (в случае необходимости) с установленным комплектом программного обеспечения и доступом в информационно-телекоммуникационную сеть «Интернет», оборудованный мультимедийным компьютерным проектором, средства звуковоспроизведения (по возможности), проекционным экраном / лаборатория со специализированным оборудованием для проведения

- лабораторных работ;
- учебная аудитория, оснащенная комплектом мебели и доской, для проведения консультаций, промежуточной аттестации;
- компьютерные классы с постоянным доступом к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», а также читальные залы научной библиотеки БГТУ для самостоятельной работы обучающихся
- спортивные залы кафедры «Физическое воспитание и спорт».

## **10. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

Изучение дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья организуется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

При проведении учебных занятий обеспечивается соблюдение следующих требований:

- учебные занятия проводятся для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в одной аудитории совместно с обучающимися, не имеющими ограниченных возможностей здоровья, если это не создает трудностей для обучающихся в ходе учебных занятий;
- присутствие ассистента из числа работников БГТУ или привлеченных лиц, оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь с учетом их индивидуальных особенностей (занять рабочее место, передвигаться, прочитать и оформить задание, общаться с педагогическим работником и т.п.);
- обучающиеся с учетом их индивидуальных особенностей могут пользоваться необходимыми им техническими средствами;
- материально-технические условия должны обеспечивать возможность беспрепятственного доступа обучающихся в аудитории, туалетные и другие помещения, а также их пребывания в указанных помещениях (наличие пандусов, поручней, расширенных дверных проемов, лифтов, при отсутствии лифтов аудитория должна располагаться на первом этаже; наличие специальных кресел и других приспособлений).

Университетом созданы специальные условия для получения высшего образования обучающимися с ОВЗ:

- 1) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:
  - наличие альтернативной версии официального сайта организации в сети "Интернет" для слабовидящих;
  - размещение в доступных для обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими, местах и в адаптированной форме (с учетом их особых потребностей) справочной информации о расписании учебных занятий (информация должна быть выполнена крупным рельефно-контрастным шрифтом (на белом или желтом фоне) и продублирована шрифтом Брайля);

- присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;

- обеспечение выпуска альтернативных форматов печатных материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);

- обеспечение доступа обучающегося, являющегося слепым и использующего собаку-проводника, к зданию организации;

2) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- дублирование звуковой справочной информации о расписании учебных занятий визуальной (установка мониторов с возможностью трансляции субтитров (мониторы, их размеры и количество необходимо определять с учетом размеров помещения);

- обеспечение надлежащими звуковыми средствами воспроизведения информации;

3) для лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата, материально-технические условия должны обеспечивать возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, столовые, туалетные и другие помещения Университета, а также пребывания в указанных помещениях (наличие пандусов, поручней, расширенных дверных проемов, лифтов, локальное понижение стоек-барьеров; наличие специальных кресел и других приспособлений).

## 11. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

### 11.1. Методические материалы для педагогических работников

**Организация теоретического обучения** направлена на получение обучающимися необходимых знаний и предполагает использование различных технологий проведения занятий лекционного типа, к которым, в частности, относятся: проблемная лекция, лекция-визуализация, лекция-беседа, лекция-дискуссия, лекция-исследование и др.

**Самостоятельная работа обучающихся** предполагает аудиторную и внеаудиторную формы организации.

Основными видами самостоятельной работы обучающихся без участия педагогического работника являются: формирование и усвоение содержания конспекта лекций; подготовка к занятиям; составление аннотированного списка статей из соответствующих журналов по отраслям знаний и т.п.; самостоятельные тренировочные занятия, составление комплекса физических упражнений различной направленности, написание рефератов; текущий самоконтроль, выполнение работ, предусмотренных учебным планом в рамках проведения текущего контроля успеваемости.

Основными видами самостоятельной работы обучающихся с участием педагогического работника являются: текущие консультации, прием и разбор домашних заданий и др.

При подготовке к промежуточной аттестации обучающихся необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу,

консультации преподавателя и др.

## 11.2. Методические материалы для обучающихся

Обучающимся, изучающим дисциплину, необходимо знать требования, предъявляемые к различным видам учебных занятий, в том числе лекционным, практическим, индивидуальным и др. (таблице 6).

*Таблица 6 – Методические рекомендации обучающимся по освоению дисциплины*

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Организация деятельности обучающегося</b>
Лекции	Изучение дисциплины следует начинать с прослушивания и конспектирования лекций, необходимо перечитывать конспект перед выполнением домашних заданий и практическими занятиями. Написание конспекта лекций: кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, обобщения; помечать важные мысли, выделять ключевые слова, термины.
Изучение дополнительной литературы и самостоятельное формирование конспекта	Ознакомление с основной и дополнительной литературой, включая справочные издания, зарубежные источники, конспект основных положений, терминов, сведений, требуемых для запоминания и являющихся основополагающими в конкретной теме. Составление аннотаций к прочитанным источникам и др. Рефлексия собственных достижений.
Выполнение работ, предусмотренных учебным планом в рамках проведения текущего и промежуточного контроля успеваемости	При выполнении работ обучающемуся следует придерживаться методических указаний. Предусмотрен следующий алгоритм действий: выбор варианта (темы), подбор и систематизация теоретического материала, являющегося основой для написания теоретического раздела или решения практических задач, проведение расчетов по исходным данным и анализ полученных значений, формулирование выводов по полученным результатам. Выполненная работа передается преподавателю на проверку. При необходимости осуществляется доработка отдельных частей работы с учетом требований и замечаний преподавателя.
Подготовка к промежуточной аттестации	При подготовке к промежуточной аттестации необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу, шкалу оценивания и др.

## 12. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

### 12.1. Виды и средства оценивания результатов освоения дисциплины

Виды и средства оценивания результатов освоения дисциплины представлены в фонде оценочных средств по дисциплине.

### 12.2. Шкала оценивания при текущем контроле успеваемости

Оценивание отдельных видов работ в процессе изучения дисциплины рекомендуется осуществлять с использованием следующей шкалы:

– обучающийся ответил правильно на более 90 % заданных вопросов или вопросов-тестов, выполнил и успешно защитил практические работы, показал

отличное владение навыками применения полученных знаний и умений при решении профессиональных задач в рамках усвоенного учебного материала и т.д. – «отлично» (максимальный уровень освоения компетенций);

– обучающийся ответил правильно на 75-89 % заданных вопросов или вопросов-тестов, выполнил и защитил практические работы с незначительными замечаниями, показал хорошее владение навыками применения полученных знаний и умений при решении профессиональных задач в рамках усвоенного учебного материала и т.д. – «хорошо» (средний уровень освоения компетенций);

– обучающийся ответил правильно на 60-74 % заданных вопросов или вопросов-тестов, выполнил и защитил практические работы со значительными замечаниями, показал удовлетворительное владение навыками применения полученных знаний и умений при решении профессиональных задач в рамках усвоенного учебного материала и т.д. – «удовлетворительно» (минимальный уровень освоения компетенций);

– обучающийся ответил правильно на менее 60 % заданных вопросов или вопросов-тестов, не выполнил все или выполнил часть практических работ, не защитил или защитил их со значительными замечаниями, при выполнении задания обучающийся не продемонстрировал уровень самостоятельного владения умениями и навыками при решении профессиональных задач в рамках усвоенного учебного материала и т.д. – «неудовлетворительно» (минимальный уровень освоения компетенций не достигнут).

В процесс преподавания дисциплины педагогическим работником формируется оценка, характеризующая текущую успеваемость обучающегося.

### 12.3. Шкала оценивания при промежуточной аттестации обучающихся

При проведении промежуточной аттестации обучающихся в форме, соответствующей учебному плану, используется шкала оценивания, представленная в таблице 7.

*Таблица 7 – Шкала оценивания при промежуточной аттестации обучающихся*

Уровень освоения (оценка)	Планируемые результаты освоения дисциплины
Максимальный уровень освоения (зачтено / отлично)	Обучающийся глубоко и прочно усвоил теоретический материал, умело применяет на практике полученные знания, уверенно это демонстрирует в ходе промежуточной аттестации. Умеет увязывать теорию с практикой, анализировать и учитывать физиологические особенности организма, выбирать основные здоровьесберегающие технологии для поддержания должного уровня физической подготовленности в обеспечении полноценной социальной и профессиональной деятельности. Свободно ориентируется в учебной и профессиональной литературе
Средний уровень освоения (зачтено / хорошо)	Обучающийся знает на базовом уровне теоретический материал, (здоровьесберегающие технологии и условия реализации их в будущей профессиональной деятельности, правила оптимального планирования своего рабочего и свободного времени для обеспечения работоспособности с учетом физиологических

Уровень освоения (оценка)	Планируемые результаты освоения дисциплины
	особенностей организма). Полученные знания уверенно демонстрирует в ходе промежуточной аттестации, но излагает с незначительными замечаниями.
Минимальный уровень освоения (зачтено / удовлетворительно)	Обучающийся умеет на базовом уровне применять полученные знания на практике, допускает отдельные ошибки. Испытывает определенные трудности в реализации методов физической культуры для совершенствования основных физических качеств. Знает основные здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни. Умеет планировать свое рабочее и свободное время для оптимального уровня работоспособности
Минимальный уровень освоения не достигнут (не зачтено / неудовлетворительно)	Обучающийся не знает на пороговом уровне теоретический и практический материал, допускает грубые ошибки при его изложении на занятиях и в ходе промежуточной аттестации. Испытывает серьёзные затруднения в применении теоретических положений при решении практических задач профессиональной направленности базового уровня сложности, не владеет необходимыми для этого навыками и приёмами. Демонстрирует фрагментарные знания учебной литературы по дисциплине.

Уровень знаний, умений и навыков обучающегося при выполнении и защите работ, предусмотренных учебным планом в рамках проведения промежуточной аттестации — оценивается по пятибалльной системе. Шкала оценивания представлена в таблице 8.

*Таблица 8 – Шкала оценивания при выполнении и защите работ, предусмотренных учебным планом*

Уровень освоения (оценка)	Планируемые результаты освоения дисциплины
«отлично» (максимальный уровень освоения компетенций)	<p>а) Содержание работы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– работа полностью соответствует теме исследования;</li> <li>– грамотно обоснована актуальность работы;</li> <li>– обучающийся показывает глубокую общетеоретическую подготовку;</li> <li>– обучающийся корректно использует терминологический аппарат;</li> <li>– в работе используются актуальные источники, нормативные документы, законодательные акты;</li> <li>– обучающийся демонстрирует умение работать с различными видами источников информации, в том числе с данными, полученными экспериментальным путем;</li> <li>– обучающийся проявляет умение обобщать, систематизировать и классифицировать материал;</li> <li>– исследование завершается значимыми выводами и/или практическими рекомендациями.</li> </ul> <p>б) Владение навыками исследования:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– обучающийся владеет методологическими подходами к изучению предмета исследования и конкретными методиками;</li> </ul>

Уровень освоения (оценка)	Планируемые результаты освоения дисциплины
	<ul style="list-style-type: none"> <li>– обучающийся умеет грамотно составить программу исследования (определить проблему, объект, предмет, цели, задачи, подобрать методы исследования), обосновать научную новизну и практическую значимость данного исследования;</li> <li>– обучающийся умеет делать аргументированные выводы, соответствующие поставленным целям и задачам;</li> <li>– обучающийся умеет предложить варианты использования результатов исследования в профессиональной деятельности.</li> </ul> <p style="margin-left: 40px;">в) Оформление работы согласно методическим указаниям:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– работа оформлена в соответствии с локальными актами.</li> </ul> <p style="margin-left: 40px;">г) Защита работы, предусмотренной в учебном плане:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– обучающийся в устном выступлении на защите адекватно представляет результаты исследования;</li> <li>– обучающийся аргументированно отвечает на вопросы и ведет научную дискуссию;</li> <li>– обучающийся владеет научным стилем изложения;</li> <li>– обучающийся владеет понятийным аппаратом.</li> </ul>
«хорошо» (средний уровень освоения компетенций)	<p style="margin-left: 40px;">а) Содержание работы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– полностью соответствует теме исследования;</li> <li>– актуальность работы обоснована недостаточно аргументированно;</li> <li>– обучающийся показывает достаточную общетеоретическую подготовку, допуская погрешности в использовании терминологического аппарата;</li> <li>– обзор теоретических и практических наработок по проблеме имеет описательный, а не аналитический характер;</li> <li>– недостаточное количество проанализированных/указанных источников информации;</li> <li>– обучающийся демонстрирует умение работать с различными видами источников, в том числе с данными, полученными экспериментальным путем;</li> <li>– обучающийся проявляет способности обобщать, систематизировать и классифицировать материал;</li> <li>– в работе отсутствуют научно-значимые выводы и/или практические результаты.</li> </ul> <p style="margin-left: 40px;">б) Владение навыками исследования:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– не обоснована научная новизна и практическая значимость исследования;</li> <li>– присутствуют отдельные недочеты в программе исследования (недостаточно аргументированно определена проблема, неверно сформулированы объект, предмет, цели, задачи, методы исследования подобраны не вполне корректно);</li> <li>– выводы исследования недостаточно аргументированы, не соответствуют поставленным целям и задачам.</li> </ul> <p style="margin-left: 40px;">в) Оформление работы согласно методическим указаниям:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– работа оформлена в соответствии с локальными актами.</li> </ul> <p style="margin-left: 40px;">г) Защита работы, предусмотренной в учебном плане:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– обучающийся в устном выступлении на защите адекватно представляет результаты исследования;</li> <li>– обучающийся владеет научным стилем изложения;</li> </ul>



Уровень освоения (оценка)	Планируемые результаты освоения дисциплины
	<ul style="list-style-type: none"> <li>– обучающийся владеет понятийным аппаратом;</li> <li>– обучающийся во время защиты не смог ответить на ряд вопросов по предмету исследования.</li> </ul>
«удовлетворительно» (минимальный уровень освоения компетенций)	<p>а) Содержание работы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– частично соответствует теме исследования;</li> <li>– не обоснована актуальность работы;</li> <li>– обучающийся обнаружил удовлетворительные знания по предмету исследования;</li> <li>– в работе отсутствует обзор теоретических и практических наработок по проблеме;</li> <li>– недостаточное количество проанализированных/ указанных источников информации;</li> <li>– обучающийся не сумел продемонстрировать умение работать с различными видами источников;</li> <li>– в работе отсутствуют значимые выводы или практические результаты.</li> </ul> <p>б) Оформление работы согласно методическим указаниям:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– работа оформлена в соответствии с локальными актами.</li> </ul> <p>в) Защита работы, предусмотренной в учебном плане:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– в устном выступлении на защите обучающийся не может адекватно представить результаты исследования;</li> <li>– обучающийся отстает от научного стиля изложения;</li> <li>– обучающийся затрудняется в аргументации, отвечая на вопросы по теме работы.</li> </ul>
«неудовлетворительно» (минимальный уровень освоения компетенций не достигнут)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– имеются принципиальные замечания по пяти и более параметрам работы;</li> <li>– обучающийся допустил грубые теоретические ошибки, не владеет навыками исследования.</li> </ul>

#### 12.4. Оценивание окончательных результатов обучения по дисциплине

Итоговая оценка по дисциплине определяется с учетом результатов промежуточной аттестации обучающегося и/или оценок, полученных обучающимся в ходе текущего контроля успеваемости.

#### 12.5. Контрольно-измерительные материалы для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся

Контрольно-измерительные материалы для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся представлены в электронном курсе «Физическая культура и спорт», размещенном в системе электронной поддержки учебных курсов на базе программного обеспечения Moodle со встроенной подсистемой тестирования (edu.tu-bryansk.ru), входящей в состав электронной информационно-образовательной среды БГТУ (<http://edu.tu-bryansk.ru>) и фонде оценочных средств по дисциплине «Физическая культура и спорт».

### 13. ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА

В соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся» воспитание - «деятельность, направленная на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде».

В учебном процессе воспитательная работа с обучающимися реализуется средствами учебных дисциплин.

Воспитательная деятельность в ходе преподавания дисциплины направлена на формирование у обучающегося системы убеждений, нравственных норм и общекультурных качеств, на оказание им помощи в жизненном самоопределении, нравственном, гражданском и профессиональном становлении, на создание условий для самореализации личности. Воспитательная работа также ориентирует обучающихся на будущую профессиональную деятельность, формируя не только личностные, но и профессионально значимые качества.

Воспитательные задачи во время учебных занятий выполняются в скрытой (контекстной) и открытой (целенаправленной) формах. Скрытая форма воспитательной работы представляет собой воздействие всего хода педагогического процесса на становление личностных качеств обучающихся. Например, соблюдение педагогическим работником трудовой дисциплины, демонстрация преданности науке, заинтересованность в успехе обучающихся, правильная речь, хорошие манеры и т. п. имеют положительное воспитательное значение и формируют у обучающихся добросовестность, исполнительность, трудолюбие, ответственность и другие положительные качества. Обучающиеся неосознанно перенимают данные черты у педагогического работника.

Воспитание в открытой форме – это целенаправленное воздействие содержанием учебной дисциплины на становление личности обучающегося. Например, решение проблем и исследовательская работа формируют у обучающихся умение аргументировать, самостоятельно мыслить, вкус к научному поиску, развивают творчество, профессиональные умения.