Министерство сельского хозяйства Российской Федерации
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
"Вятский государственный агротехнологический университет"

УТВЕРЖДАЮ
Декан инженерного факультета
_____ П.Н. Вылегжанин
"15" апреля 2021 г.

Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту

Общая физическая подготовка

рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **физического воспитания**

Учебный план Направление подготовки 20.03.01 Техносферная безопасность
Направленность (профиль) программы бакалавриата "Пожарная безопасность"

Квалификация **бакалавр**

Форма обучения **заочная**

Общая трудоемкость **0 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 328
в том числе:
аудиторные занятия 12
самостоятельная работа 304
часов на контроль 12

Виды контроля на курсах:
зачеты 1, 2, 3

Распределение часов дисциплины по курсам

Курс	1		2		3		Итого	
Вид занятий	УП	РП	УП	РП	УП	РП		
Практические	4	4	4	4	4	4	12	12
Итого ауд.	4	4	4	4	4	4	12	12
Контактная работа	4	4	4	4	4	4	12	12
Сам. работа	100	100	100	100	104	104	304	304
Часы на контроль	4	4	4	4	4	4	12	12
Итого	108	108	108	108	112	112	328	328

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат: 152F9F34BEA253FCE714EAC1F1E3E158
Владелец: ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ "ВЯТСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРОТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ"
Действителен: с 04.04.2022 до 28.06.2023

Киров 2021

Программу составил(и):

старший преподаватель кафедры физического воспитания, Воронцова Екатерина Сергеевна

_____

Рецензент(ы):

старший преподаватель кафедры физического воспитания, Богатырев Александр Сергеевич

_____

Рабочая программа дисциплины

Общая физическая подготовка

разработана в соответствии с ФГОС:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 20.03.01 ТЕХНОСФЕРНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ (уровень бакалавриата) (приказ Минобрнауки России от 21.03.2016г. №246)

составлена на основании Учебного плана:

Направление подготовки 20.03.01 Техносферная безопасность
Направленность (профиль) программы бакалавриата "Пожарная безопасность"

одобренного и утвержденного Ученым советом университета от 15.04.2021 протокол № 5.

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и одобрена учебно-методической комиссией

инженерного факультета Протокол № 8 от "15" апреля 2021 г.

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и одобрена на заседании кафедры

физического воспитания

Протокол № 8 от "15" апреля 2021 г.

Зав. кафедрой _____к.т.н., доцент Новиков К.В.

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2022-2023 учебном году на заседании кафедры

физического воспитания

Протокол от "__" _____ 2022 г. № __

Зав. кафедрой _____

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2023-2024 учебном году на заседании кафедры

физического воспитания

Протокол от "__" _____ 2023 г. № __

Зав. кафедрой _____

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2024-2025 учебном году на заседании кафедры

физического воспитания

Протокол от "__" _____ 2024 г. № __

Зав. кафедрой _____

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2025-2026 учебном году на заседании кафедры

физического воспитания

Протокол от "__" _____ 2025 г. № __

Зав. кафедрой _____

1. ЦЕЛЬ (ЦЕЛИ) ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	
1.1	формирование физической культуры личности, понимание роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности, знание научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП	
Цикл (раздел) ОПОП:	Б1.Б.ДВ.01
2.1	**Требования к предварительной подготовке обучающегося:**
2.1.1	Обучающийся должен обладать знаниями, умениями, навыками не ниже 1 уровня (низкого), полученными при изучении следующих дисциплин:
2.1.2	Методы адаптации лиц с ограниченными возможностями здоровья
2.2	**Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:**
2.2.1	Практика по получению первичных профессиональных умений и навыков, в том числе первичных умений и навыков научно-исследовательской деятельности
2.2.2	Физическая культура и спорт
2.2.3	Пожарная тактика
2.2.4	Пожарно-строевая подготовка
2.2.5	Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности
2.2.6	Защита выпускной квалификационной работы, включая подготовку к процедуре защите и процедуру защиты
2.2.7	Государственная итоговая аттестация

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
ОК-1: владением компетенциями сохранения здоровья (знание и соблюдение норм здорового образа жизни и физической культуры)	
Знать:	
Уровень 1	Основы физической культуры
Уровень 2	Основы ЗОЖ
Уровень 3	Роль физической культуры в развитии личности
Уметь:	
Уровень 1	Использовать физкультурно-спортивную деятельность для повышения своих функциональных и двигательных возможностей
Уровень 2	Использовать физкультурно-спортивную деятельность для достижения личных жизненных и профессиональных целей.
Уровень 3	Использовать физкультурно-спортивную деятельность для достижения профессиональных целей
Владеть:	
Уровень 1	Средствами самостоятельного укрепления здоровья
Уровень 2	Системой практических умений и навыков, обеспечивающих совершенствование и развитие психофизических способностей и качеств (с выполнением установленных нормативов по ОФП и СФП)
Уровень 3	Простейшими методиками самооценки работоспособности, утомления и применения средств ФК для их направленной коррекции

ПК-16: способностью анализировать механизмы воздействия опасностей на человека, определять характер взаимодействия организма человека с опасностями среды обитания с учетом специфики механизма токсического действия вредных веществ, энергетического воздействия и комбинированного действия вредных факторов	
Знать:	
Уровень 1	Физиологию человека
Уровень 2	Характерные механизмы воздействия опасностей на человека
Уровень 3	Особенности механизмов воздействия опасностей на человека
Уметь:	
Уровень 1	Анализировать механизмы воздействия опасностей на человека
Уровень 2	Определять характер взаимодействия организма человека с опасностями среды обитания
Уровень 3	Определять характер взаимодействия организма человека с опасностями токсического, энергетического и комбинированного действия вредных факторов
Владеть:	
Уровень 1	Системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение здоровья при взаимодействии организма человека с опасностями среды обитания

Уровень 2	Механизмами, обеспечивающими сохранение здоровья, при воздействии на организма человека опасностей токсического, энергетического и комбинированного действия вредных факторов
Уровень 3	Способами регуляции физических и эмоциональных состояний при взаимодействии организма человека с опасностями среды

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

3.1	**Знать:**
3.1.1	- понятие о психических процессах (внимание, память, мышление, психомоторика, ощущение и восприятие) и их роль в управлении производством;
3.1.2	- роль физической культуры в развитии личности;
3.1.3	- физиологию человека, характерные механизмы воздействия опасностей на человека и их особенностей.
3.2	**Уметь:**
3.2.1	- обрабатывать воспринимаемую информацию, прогнозировать развитие ситуации как необходимый фактор обеспечения безопасности производства;
3.2.2	- использовать физкультурно-спортивную деятельность для достижения профессиональных целей;
3.2.3	- определять характер взаимодействия организма человека с опасностями среды обитания с учетом специфики механизма токсического действия вредных веществ, энергетического воздействия и комбинированного действия вредных факторов.
3.3	**Иметь навыки и (или) опыт деятельности (Владеть):**
3.3.1	- способами регуляции физических и эмоциональных состояний членов трудового коллектива;
3.3.2	- простейшими методиками самооценки работоспособности, утомления и применения средств физической культуры для их направленной коррекции;
3.3.3	- способами регуляции физических и эмоциональных состояний при взаимодействии организма человека с опасностями среды.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетен-ции	Литература	Инте ракт.	Примечание
	Раздел 1. Практический						
1.1	Подготовка к лекционным и практическим занятиям /Пр/	1	2	ОК-1 ПК-16	Л1.2 Л1.1Л2.3 Л2.2 Л2.1Л3.2 Э1 Э2	0	
1.2	Подготовка к мероприятиям текущего контроля /Пр/	1	2	ОК-1 ПК-16	Л1.2 Л1.1Л2.3 Л2.2 Л2.1Л3.2 Э1 Э2	0	
1.3	Зачет /Зачёт/	1	4	ОК-1 ПК-16	Л1.2 Л1.1Л2.3 Л2.2 Л2.1Л3.3 Л3.2 Л3.1 Э1 Э2	0	
1.4	Подготовка к лекционным и практическим занятиям /Пр/	2	2	ОК-1 ПК-16	Л1.2 Л1.1Л2.3 Л2.2 Л2.1Л3.2 Э1 Э2	0	
1.5	Подготовка к мероприятиям текущего контроля /Пр/	2	2	ОК-1 ПК-16	Л1.2 Л1.1Л2.3 Л2.2 Л2.1Л3.3 Л3.2 Л3.1 Э1 Э2	0	
1.6	Зачет /Зачёт/	2	4	ОК-1 ПК-16	Л1.2 Л1.1Л2.3 Л2.2 Л2.1 Э1 Э2	0	

1.7	Подготовка к лекционным и практическим занятиям /Пр/	3	2	ОК-1 ПК-16	Л1.2 Л1.1Л2.3 Л2.2 Л2.1Л3.3 Л3.2 Л3.1 Э1 Э2	0	
1.8	Подготовка к мероприятиям текущего контроля /Пр/	3	2	ОК-1 ПК-16	Л1.2 Л1.1Л2.3 Л2.2 Л2.1Л3.3 Л3.2 Л3.1 Э1 Э2	0	
1.9	Зачет /Зачёт/	3	4	ОК-1 ПК-16	Л1.2 Л1.1Л2.3 Л2.2 Л2.1 Э1 Э2	0	
	Раздел 2. Сам.работа						
2.1	Подготовка к лекционным и практическим занятиям /Ср/	1	72	ОК-1 ПК-16	Л1.2 Л1.1Л2.3 Л2.2 Л2.1Л3.3 Л3.2 Л3.1 Э1 Э2	0	
2.2	Подготовка к зачету /Ср/	1	28	ОК-1 ПК-16	Л1.2 Л1.1Л2.3 Л2.2 Л2.1Л3.3 Л3.2 Л3.1 Э1 Э2	0	
2.3	Подготовка к лекционным и практическим занятиям /Ср/	2	72	ОК-1 ПК-16	Л1.2 Л1.1Л2.3 Л2.2 Л2.1Л3.3 Л3.2 Л3.1 Э1 Э2	0	
2.4	Подготовка к зачету /Ср/	2	28	ОК-1 ПК-16	Л1.2 Л1.1Л2.3 Л2.2 Л2.1Л3.3 Л3.2 Л3.1 Э1 Э2	0	
2.5	Подготовка к лекционным и практическим занятиям /Ср/	3	76	ОК-1 ПК-16	Л1.2 Л1.1Л2.3 Л2.2 Л2.1Л3.3 Л3.2 Л3.1 Э1 Э2	0	
2.6	Подготовка к зачету /Ср/	3	28	ОК-1 ПК-16	Л1.2 Л1.1Л2.3 Л2.2 Л2.1Л3.3 Л3.2 Л3.1 Э1 Э2	0	

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Рабочая программа дисциплины обеспечена фондом оценочных средств для проведения входного, текущего контроля и промежуточной аттестации. Содержание фонда оценочных средств представлено в Приложении 1 и 2.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство,

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство,
Л1.1	Письменский И.А., Аллянов Ю.Н.	Физическая культура [Электронный ресурс] : учебник для вузов Режим доступа: https://urait.ru/bcode/469114	Москва : Издательство Юрайт, 2021
Л1.2	Ловягина, А.Е.	Психология физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : Учебник и практикум для академического бакалавриата Режим доступа: https://urait.ru/bcode/433223	Юрайт, 2019
6.1.2. Дополнительная литература			
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство,
Л2.1	Виленский М.Я., Горшков А.Г.	Физическая культура и здоровый образ жизни студента [Электронный ресурс]: Учебное пособие Режим доступа: https://book.ru/book/930222	М.: КноРус, 2019
Л2.2	Бишаева А.А.	Профессионально-оздоровительная физическая культура студента [Электронный ресурс]: Учебное пособие Режим доступа: https://book.ru/book/931237	М.: КноРус, 2019
Л2.3	Капилевич Л.В.	Физиология человека. Спорт. [Электронный ресурс]: Учебное пособие для прикладного бакалавриата Режим доступа: https://urait.ru/bcode/429445	Юрайт, 2019
6.1.3. Методические разработки			
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство,
Л3.1	Бусыгина А.А.	Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту: общая физическая подготовка [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие для самостоятельной работы обучающихся Режим доступа: http://46.183.163.35/MarcWeb2/Default.asp	Киров: Вятская ГСХА, 2015
Л3.2	Бусыгина А.А.	Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие для самостоятельной работы обучающихся Режим доступа: http://46.183.163.35/MarcWeb2/Found.asp	Киров: ФГБОУ ВО Вятская ГСХА, 2015
Л3.3	Пономарев, А. В., Голдованский, Е. П.	Силовая подготовка в учебно-тренировочных занятиях для студентов ВГСХА VI ступень ГТО 18-29 лет [электронный ресурс]: метод. разработка подводящих упражнений по подтягиванию на высокой перекладине; сгибанию и разгибанию рук в упоре лежа Режим доступа: http://46.183.163.35/MarcWeb2/Found.asp	Киров: Вят. ГСХА, 2016
6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"			
Э1	Физическая культура [Электронный ресурс]: [Виртуальная обучающая среда] - Электрон.дан. и прогр.- режим доступа: https://openedu.ru/course/spbstu/PHYSCUL/.-Загл. с экрана		
Э2	Научная электронная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://elibrary.ru/defaultx.asp. - Загл. с экрана.		
6.3. Перечень информационных технологий			
6.3.1 Перечень программного обеспечения			
6.3.1.1	Adobe Reader XI 11/0/09		
6.3.1.2	Opera 26/0/1656/24		
6.3.1.3	Google Chrome 39/0/21/71/65		
6.3.1.4	Free Commander 2009/02b		
6.3.1.5	Антивирусное ПО Kaspersky Endpoint Security		
6.3.1.6	Приложения Office (MS Office Prof Plus 2007 AO NL, MS Office Prof Plus 2010 AO NL, MS Office 2013 OL NL, MS OfficeStd 2016 RUS OLP NL Acdmc)		
6.3.1.7	Операционная система семейства Windows (Windows Vista Business AO NL, MS Win Prof 7 AO NL, Win Prof 7 AOL NL, Win Home Bas 7 AOL NL LGG, Win Starter 7 AO NL LGG, Win SL 8 AOL NL LGG, Win Prof 8 AOL NL, Win Home 10 All Languages Online Product Key License)		
6.3.2 Перечень информационных справочных систем и современных профессиональных баз данных			
6.3.2.1	Информационная справочная система: "Консультант плюс"		
6.3.2.2	Информационная справочная система: "Гарант"		
6.3.2.3	Профессиональная база данных: Электронный каталог ФГБОУ ВО Вятский ГАТУ Режим доступа: http://46.183.163.35/MarcWeb2		
6.3.2.4	Профессиональная база данных: Научная электронная библиотека elibrary.ru Режим доступа: http://elibrary.ru/		

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
7.1	Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю) представлено в Приложении 3 РПД.

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Освоение дисциплины проводится в форме аудиторных занятий и внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся.

При проведении аудиторных занятий предусмотрено применение следующих инновационных форм учебных занятий, развивающих у обучающихся навыки командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерские качества: работа в малых группах; дискуссия; использование общественных ресурсов, социальные проекты и другие внеаудиторные методы обучения; обсуждение и разрешение проблем; деловые и ролевые игры; разбор конкретных ситуаций.

Количество часов занятий в интерактивных формах определено учебным планом.

Практическая подготовка при реализации дисциплины организуется путем проведения практических занятий, предусматривающих участие обучающихся в выполнении отдельных элементов работ, связанных с будущей профессиональной деятельностью.

Внеаудиторная самостоятельная работа осуществляется в следующих формах:

– самостоятельное изучение теоретического материала (тем дисциплины);

– подготовка к практическим занятиям;

– выполнение контрольной домашней работы и иных индивидуальных заданий;

– подготовка к мероприятиям текущего контроля;

– подготовка к промежуточной аттестации.

При организации самостоятельной работы необходимо, прежде всего, обратить внимание на ключевые понятия, несущие основную смысловую нагрузку в том или ином разделе учебной дисциплины.

1. Самостоятельное изучение тем дисциплины.

Для работы необходимо ознакомиться с учебным планом дисциплины и установить, какое количество часов отведено учебным планом в целом на изучение дисциплины, на аудиторную работу с преподавателем на практических (семинарских) занятиях, а также на самостоятельную работу. С целью оптимальной самоорганизации необходимо сопоставить эту информацию с графиком занятий и выявить наиболее затратные по времени и объему темы, чтобы заранее определить для себя периоды объемных заданий. Целесообразно начать работу с изучения теоретического материала, основных терминов и понятий курса и с письменных ответов на индивидуальные и тестовые задания.

2. Подготовка к практическим занятиям.

Цель практических (семинарских) занятий заключается в закреплении теоретического материала по наиболее важным темам, в развитии у обучающихся навыков критического мышления в данной области знания, умений работы с учебной и научной литературой, нормативными материалами. В ходе подготовки к практическому (семинарскому) занятию обучающимся следует внимательно ознакомиться с планом, вопросами, вынесенными на обсуждение, досконально изучить соответствующий теоретический материал, предлагаемую учебную методическую и научную литературу. Рекомендуется обращение обучающихся к монографиям, статьям из специальных журналов, хрестоматийным выдержкам, а также к материалам средств массовой информации по теме, что позволяет в значительной мере углубить проблему и разнообразить процесс ее обсуждения.

3. Выполнение домашней контрольной работы.

Контрольная работа является одним из основных видов самостоятельной работы, направленной на закрепление, углубление и обобщение знаний по дисциплине. Целью выполнения контрольной работы является формирование навыков самостоятельного творческого решения профессиональных задач. Задачами выполнения контрольной работы являются систематизация, закрепление, углубление и расширение приобретенных обучающимся знаний, умений и навыков по дисциплине. Обучающийся выполняет контрольную работу по утвержденной теме под руководством преподавателя.

4. Подготовка к мероприятиям текущего контроля.

В конце изучения каждой темы может проводиться тематическая контрольная работа, которая является средством текущего контроля оценки знаний. Подготовка к ней заключается в повторении пройденного материала и повторном решении заданий, которые рассматривались на занятиях, а также в выполнении заданий для самостоятельной работы.

5. Подготовка к промежуточной аттестации.

Подготовка к зачёту является заключительным этапом изучения дисциплины и является средством промежуточного контроля. Подготовка к зачёту предполагает изучение рекомендуемой литературы и других источников, повторение материалов практических занятий. В процессе подготовки к зачёту выявляются вопросы, по которым нет уверенности в ответе либо ответ обучающемуся не ясен.

Приложение 1

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
для проведения промежуточной аттестации по дисциплине

Общая физическая подготовка
(для студентов, освобожденных от практических занятий
и специальной медицинской группы)

Направление подготовки 20.03.01 Техносферная безопасность
Направленность (профиль) программы бакалавриата "Пожарная безопасность"
Квалификация бакалавр

1. Описание назначения и состава фонда оценочных средств

Настоящий фонд оценочных средств (ФОС) входит в состав рабочей программы дисциплины **«Общая физическая подготовка»** предназначен для оценки планируемых результатов обучения - знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций (п.2) в процессе изучения данной дисциплины.

ФОС включает в себя оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации в форме зачета.

ФОС разработан на основании:

федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 20.03.01 Техносферная безопасность (уровень бакалавриата), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской федерациии от 21.03.2016 N 246;

основной профессиональной образовательной программы высшего образования по направлению подготовки 20.03.01 Техносферная безопасность

Направленность (профиль) программы бакалавриата "Пожарная безопасность"

- Положения «О формировании фонда оценочных средств для проведения текущей, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования».

2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Общепрофессиональные компетенции:

владение компетенциями сохранения здоровья (знание и соблюдение норм здорового образа жизни и физической культуры) **(ОК-1)**

Профессиональные компетенции:

Способность анализировать механизмы воздействия опасностей на человека, определять характер воздействия организма человека с опасностями среды обитания с учетом специфики механизма токсического действия вредных веществ, энергетического воздействия вредных факторов **(ПК-16)**

Код формируемой компетенции	**Этапы формирования компетенции в процессе освоения образовательной программы**		
	Начальный	**Основной**	**Заключительный**
ОК-1	• Физическая культура и спорт • Физиология человека	• Медико-биологические основы безопасности • Элективные курсы по физической культуре и спорту	• Элективные курсы по физической культуре • Подготовка к процедуре защиты и процедура защиты ВКР
ПК-16	• Химия • Физическая культура и спорт • Элективные курсы по физической культуре и спорту • Физиология человека	• Медико-биологические основы безопасности • Безопасность жизнедеятельности • Опасные природные процессы • Медицина катастроф	• Радиационная и химическая защита • Преддипломная практика • Подготовка к процедуре защиты и процедура защиты ВКР

3. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Планируемые результаты обучения по дисциплине – знания, умения, навыки и (или) опыт деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций и обеспечивающие достижение планируемых результатов освоения образовательной программы		
ОК-1: владение компетенциями сохранения здоровья (знание и соблюдение норм здорового образа жизни и физической культуры)		
Знать:		**Критерии оценивания**
Уровень 1	Основы физической культуры	- знание сущности феномена физической культуры в современном обществе, её возможности в воспитании гармонически развитого человека, в решении социальных задач по укреплению здоровья и подготовки к профессиональной деятельности - фрагментарное знание методики самостоятельного использования средств

Уровень 2	Основы здорового образа жизни	физической культуры для сохранения и укрепления здоровья и с целью рекреации; роль оптимальной двигательной активности в повышении функциональных резервов и адаптации; социально-биологические основы адаптации организма человека к физической деятельности и основы здорового образа жизни, его составляющие; общую физическую, спортивную и профессионально-прикладную подготовку в образовательном процессе.
Уровень 3	Роль физической культуры в развитии личности	
Уметь:		**Критерии оценивания**
Уровень 1	Использовать физкультурно-спортивную деятельность для повышения своих функциональных и двигательных возможностей	- умение творчески использовать средства и методы физического воспитания для профессионально- личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни - частичное умение самостоятельно методически правильно использовать средства и методы оздоровительной физической культуры для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья - фрагментарное умение применять методы самоконтроля за функциональным состоянием организма; применять методы самоконтроля показателей физического развития; составлять и выполнять комплексы производственной гимнастик, с учётом заданных условий и характера труда.
Уровень 2	Использовать физкультурно-спортивную деятельность для достижения личных жизненных целей	
Уровень 3	Использовать физкультурно-спортивную деятельность для достижения профессиональных целей	
Владеть:		**Критерии оценивания**
Уровень 1	Системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья	- владение самокоррекцией и самоконтролем состояния своего организма. - не полное владение личным опытом умений и навыков для повышения своих функциональных резервов, необходимых для обеспечения полноценной социальной и профессиональной адаптации; средствами и методами мышечной релаксации и психоэмоционального состояния; системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей и свойств личности, самоопределение в физической культуре; методикой самостоятельного освоения отдельных элементов профессионально-прикладной физической подготовки.
Уровень 2	Системой практических навыков, обеспечивающих совершенствование и развитие психофизических способностей и качеств	
Уровень 3	Способами регуляции физических и эмоциональных состояний	
ПК-16: Способность анализировать механизмы воздействия опасностей на человека, определять характер воздействия организма человека с опасностями среды обитания с учетом специфики механизма токсического действия вредных веществ, энергетического воздействия вредных факторов		
Знать:		**Критерии оценивания**
Уровень 1	Физиологию человека	- знание физиологии человека, характерных механизмов воздействия опасностей на человека, определять характер воздействия организма человека с опасностями среды обитания с учетом специфики механизма токсического действия

Уровень 2	Характерные механизмы воздействия опасностей на человека	вредных веществ, энергетического воздействия вредных факторов - фрагментарные знания физиологии чевека, механизмов воздействия опасностей на человека, определять характер воздействия организма человека с опасностями среды обитания с учетом специфики механизма токсического действия вредных веществ, энергетического воздействия вредных факторов; роль оптимальной двигательной активности в повышении функциональных резервов и адаптации; социально-биологические основы адаптации организма человека к физической культуре.
Уровень 3	Особенности механизмов воздействия опасностей на человека	
Уметь:		**Критерии оценивания**
Уровень 1	Анализировать механизмы воздействия опасностей на человека	- умение творчески использовать механизмы воздействия опасностей на человека, определять характер воздействия организма человека с опасностями среды обитания с учетом специфики механизма токсического действия вредных веществ, энергетического воздействия вредных факторов - фрагментарное умение использования механизмов воздействия опасностей на человека, определять характер воздействия организма человека с опасностями среды обитания с учетом специфики механизма токсического действия вредных веществ, энергетического воздействия вредных факторов.
Уровень 2	Определять характер взаимодействия организма человека с опасностями среды обитания	
Уровень 3	Определять характер взаимодействия организма человека с опасностями токсического, энергетического и комбинированного действия вредных факторов	
Владеть:		**Критерии оценивания**
Уровень 1	Системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение здоровья при взаимодействии организма человека с опасностями среды обитания	- владение системой практических умений и навыков использования механизмов воздействия опасностей на человека, определять характер воздействия организма человека с опасностями среды обитания с учетом специфики механизма токсического действия вредных веществ, энергетического воздействия вредных факторов - фрагментарное владение системой практических умений и навыков использования механизмов воздействия опасностей на человека, определять характер воздействия организма человека с опасностями среды обитания с учетом специфики механизма токсического действия вредных веществ, энергетического воздействия вредных факторов
Уровень 2	Механизмами, обеспечивающими сохранение здоровья, при воздействии на организма человека опасностей токсического, энергетического и комбинированного действия вредных факторов	
Уровень 3	Способами регуляции физических и эмоциональных состояний при взаимодействии организма человека с опасностями среды обитания	

Для оценки сформированности соответствующих компетенций по дисциплине «Общая физическая подготовка» применяется следующая шкала оценивания:

Критерии	**Оценка**	
	Зачтено	**Не зачтено**
	Компетенции освоены	Компетенции не освоены
1. Уровень усвоения обучающимся теоретических знаний, правильность решения практического задания (тестов)	Обучающийся уверенно выполняет практические задания, свободно справляется с вопросами (тесты).	Обучающийся неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические задания (тесты)

2. Работа в течение семестра, наличие задолженности по текущему контролю успеваемости и посещения обязательных занятий	Активная работа в течение семестра, отсутствие задолженности по текущему контролю, высокая посещаемость занятий (более 75%).	Имеются многочисленные пропуски занятий (менее 75% по неуважительной причине), задолженность по текущему контролю знаний.

4. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Тестовые задания.

1. Вид деятельности, специфическим содержанием которого является использование физических упражнений для обучения движениям, развития физических качеств и приобретения специальных знаний, называется:

(ОК-1, ПК-16 Знать, уровень-1 Низкий)

1) физической культурой;
2) физической подготовкой;
3) физической реабилитацией;
4) физическим воспитанием.

2. К вспомогательным средствам физической культуры относятся:

(ОК-1, ПК-16 Знать, уровень-2 Базовый)

1) подводящие и развивающие упражнения;
2) обще-подготовительные и специально-подготовительные упражнения;
3) естественные силы природы и гигиенические факторы;
4) идеомоторные и имитационные упражнения.

3. Спортивная техника отличается от бытовой:

(ОК-1, ПК-16 Знать, уровень-3 Продвинутый)

1) правильным положением тела и траекторией движения;
2) скоростью и темпом движений;
3) рациональной системой движений и их экономичностью;
4) эстетикой и красотой выполняемых движений.

4. Укажите какие из перечисленных принципов являются общеметодическими:

(ОК-1, ПК-16 Уметь, уровень-1 Низкий)

1) принцип научности, принцип сознательности и активности, принцип наглядности, принцип доступности и индивидуализации;
2) принцип непрерывности, принцип системного чередования нагрузок и отдыха;
3) принцип адаптированного сбалансирования динамики нагрузок, принцип циклического построения занятий;
4) принцип постепенного наращивания развивающе-тренирующих воздействий, принцип возрастной адекватности направлений физического воспитания.

5. Какой принцип предусматривает оптимальное соответствие задач, средств и методов физического воспитания возможностям занимающихся?

(ОК-1, ПК-16 Уметь, уровень-2 Базовый)

1) принцип сознательности и активности;
2) принцип доступности и индивидуализации;
3) принцип научности;
4) принцип связи теории с практикой.

6. Обучение двигательному действию начинается с:

(ОК-1, ПК-16 Уметь, уровень-3 Продвинутый)

1) создания общего первоначального представления (смыслового и зрительного) о двигательном действии и способе его выполнения;
2) непосредственного разучивания техники двигательного действия по частям;

3) непосредственного разучивания техники двигательного действия в целом;
4) разучивания общеподготовительных упражнений.

7. Массовые соревнования имеют цель:
(ОК-1, ПК-16, Владеть, уровень-1 Низкий)
1) выполнить массовый спортивный разряд;
2) повысить двигательную активность;
3) добиться победы над соперниками;
4) привлечь к систематическим самостоятельным занятиям с целью укрепления здоровья и показателей в труде.

8. Укажите, как называются тренировочные циклы, на основе которых строится процесс спортивной подготовки:
(ОК-1, ПК-16, Владеть, уровень-2 Базовый)
1) тренировочные, соревновательные, восстановительные;
2) микроциклы, мезоциклы, макроциклы;
3) оперативные, текущие, этапные циклы;
4) подготовительные, основные, соревновтельные.

9. Максимальный тренировочный эффект для развития общей выносливости обеспечивается выполнением физических упражнений при ч.с.с.:
(ОК-1, ПК-16, Владеть, уровень-3 Продвинутый)
1) 90 – 110 уд./мин;
2) 110 – 130 уд./мин;
3) 144 – 156 уд./мин;
4) 175 – 205 уд./мин.

5. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

Процедура оценивания знаний, умений и навыков при проведении промежуточной аттестации по дисциплине «Общая физическая подготовка» проводится в форме зачета.

Порядок организации и проведения промежуточной аттестации обучающегося, форма проведения, процедура сдачи зачета, сроки и иные вопросы определены Положением о порядке организации и проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся.

* обучающимся выдается вариант письменного тестирования с учетом определенного уровня сложности (низкого, базового или продвинутого);
* в определенное время (в среднем 1 минута на 1 тестовое задание для тестовых заданий 1 и 2 уровня и 1,5-2 минуты для тестовых заданий 3 уровня) обучающийся отвечает на 60 вопросов теста, в котором представлены все изучаемые темы дисциплины.
* по результатам тестирования выставляется оценка согласно установленной шкалы оценивания.

Критерием успешности освоения учебного материала является экспертная оценка преподавателя, учитывающая регулярность посещения обязательных учебных занятий, выполнения тестов.

Приложение 2

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
для проведения текущего контроля по дисциплине

Общая физическая подготовка
(для студентов, освобожденных от практических занятий
и специальной медицинской группы)

Направление подготовки 20.03.01 Техносферная безопасность
Направленность (профиль) программы бакалавриата "Пожарная безопасность"
Квалификация: бакалавр

1. Описание назначения и состава фонда оценочных средств

Настоящий фонд оценочных средств (ФОС) входит в состав рабочей программы дисциплины **«Общая физическая подготовка»** и предназначен для оценки планируемых результатов обучения - знаний, умений и навыков, в процессе изучения данной дисциплины.

2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Общепрофессиональные компетенции:

Владение компетенциями сохранения здоровья (знание и соблюдение норм здорового образа жизни и физической культуры) **(ОК-1)**

Профессиональные компетенции:

Способность анализировать механизмы воздействия опасностей на человека, определять характер воздействия организма человека с опасностями среды обитания с учетом специфики механизма токсического действия вредных веществ, энергетического воздействия вредных факторов **(ПК-16)**

3. Банк оценочных средств

Для оценки знаний, умений, навыков и опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения дисциплины «Общая физическая подготовка» используются следующие оценочные средства:

№ п/п	Наименование оценочного средства	Краткая характеристика оценочного средства
1	Реферата по заданной теме	Демонстрация теоретических знаний существующей проблемы, умение использования различных методов исследования.

Написание реферата

Контроль проводится в форме защиты реферата, предназначенного для определения уровня теоретических знаний обучающегося.

Критерии	Оценка	
	Зачтено	Не зачтено
Сдача тестов	Средняя оценка 4 и более баллов	Средняя оценка тестов 3 балла

Оценка 5 ставится, если выполнены все требования к написанию и защите реферата: обозначена проблема и обоснована её актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём, соблюдены требования к внешнему оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы.

Оценка 4 – основные требования к реферату и его защите выполнены, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объём реферата; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы.

Оценка 3 – имеются существенные отступления от требований к реферированию. В частности: тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании реферата или при ответе на дополнительные вопросы; во время защиты отсутствует вывод.

Оценка 2 – тема реферата не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы.

Оценка 1 – реферат не представлен.

Для оценки сформированности соответствующих компетенций по дисциплине «Общая физическая подготовка» применяется следующая шкала оценивания:

Критерии	Оценка	
	Зачтено	Не зачтено
Посещаемость	Высокая	Менее 75% по неуважительной причине
Реферат для освобожденных от практических занятий	Студент демонстрирует сформированность дисциплинарных компетенций: в ходе контрольных мероприятий не допускаются значительные ошибки, не проявляется отсутствие знаний, студент не испытывает значительные затруднения при оперировании знаниями.	Студент не демонстрирует сформированность дисциплинарных компетенций: в ходе контрольных мероприятий допускаются ошибки, проявляется отсутствие знаний, студент испытывает затруднения при оперировании знаниями.
Реферат для специальной медицинской группы	Студент демонстрирует сформированность дисциплинарных компетенций: в ходе контрольных	Студент не демонстрирует сформированность дисциплинарных компетенций: в ходе контрольных

	мероприятий не допускаются значительные ошибки, не проявляется отсутствие знаний, студент не испытывает значительные затруднения при оперировании знаниями.	мероприятий допускаются ошибки, проявляется отсутствие знаний, студент испытывает затруднения при оперировании знаниями.

4. Методические материалы, определяющие процедуру оценивания

Процедура оценивания знаний, умений и навыков при проведении текущего контроля проводится путем защиты реферата.

- сроки проведения текущего контроля: 1,2,3,4,5,6 семестр.
- процедура оценивания проводится во время проведения практических занятий.
- обучающийся защищают реферат по заданной теме.
- на защиту отводится 60 мин.

Приложение 3

Описание материально-технической базы по дисциплине
«Общая физическая подготовка»

Наименование специальных помещений	Оснащенность специальных помещений
учебные аудитории для проведения занятий семинарского типа, лаборатории	Б-325 -Малый спортивный зал Обручи гимнастические, мячи волейбольные, скамейки гимнастические, скакалки, сетки заградительные, коврики туристические, столы для настольного тенниса, сетка волейбольная, мячи для настольного тенниса, сетка для настольного тенниса
	Д-310 Большой спортивный зал Мячи волейбольные, мячи баскетбольные, скамейки гимнастические, скакалки, маты гимнастические, сетки заградительные, кольца баскетбольные, мячи набивные, стойки волейбольные, сетка волейбольная, обручи гимнастические
помещение для самостоятельной работы	Б-202 библиотека, зал электронных ресурсов Рабочее место администратора, компьютерная мебель, компьютер администратора, 11 персональных компьютеров, 3 принтера, видеоувеличитель. Список ПО: Windows, Microsoft Office, Kaspersky Antivirusи свободно распространяемое программное обеспечение. С возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечения доступа в электронную информационно-образовательную среду организации.
учебные аудитории для групповых и индивидуальных консультаций	Б-325 -Малый спортивный зал Обручи гимнастические, мячи волейбольные, скамейки гимнастические, скакалки, сетки заградительные, коврики туристические, столы для настольного тенниса, сетка волейбольная, мячи для настольного тенниса, сетка для настольного тенниса
	Д-310 Большой спортивный зал Мячи волейбольные, мячи баскетбольные, скамейки гимнастические, скакалки, маты гимнастические, сетки заградительные, кольца баскетбольные, мячи набивные, стойки волейбольные, сетка волейбольная, обручи гимнастические
учебные аудитории для текущего контроля и промежуточной аттестации	Б-325 -Малый спортивный зал Обручи гимнастические, мячи волейбольные, скамейки гимнастические, скакалки, сетки заградительные, коврики туристические, столы для настольного тенниса, сетка волейбольная, мячи для настольного тенниса, сетка для настольного тенниса
	Д-310 Большой спортивный зал Мячи волейбольные, мячи баскетбольные, скамейки гимнастические, скакалки, маты гимнастические, сетки заградительные, кольца баскетбольные, мячи набивные, стойки волейбольные, сетка волейбольная, обручи гимнастические

Приложение 4

Перечень
периодических изданий, рекомендуемый по дисциплине
«Общая физическая подготовка»

Наименование	Наличие доступа
Физическое образование в вузах [электронный ресурс]: журн. ООО "Издательский дом МФО" (Москва)	Научная электронная библиотека режим доступа: http://elibrary.ru/defaultx.asp
Физическая культура, спорт и здоровье [электронный ресурс]: журн. Марийский государственный университет (Йошкар-Ола)	Научная электронная библиотека режим доступа: http://elibrary.ru/defaultx.asp
Физическая культура и спорт в современном мире: проблемы и решения [электронный ресурс]: журн. Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет (Комсомольск-на-Амуре)	Научная электронная библиотека режим доступа: http://elibrary.ru/defaultx.asp
Физическое воспитание и спортивная тренировка [электронный ресурс]: журн. "Волгоградская государственная академия физической культуры" (Волгоград)	Научная электронная библиотека режим доступа: http://elibrary.ru/defaultx.asp
Физическое воспитание студентов [электронный ресурс]: журн. Харьковское областное отделение национального олимпийского комитета Украины (Харьков)	Научная электронная библиотека режим доступа: http://elibrary.ru/defaultx.asp
Физическое образование в вузах [электронный ресурс]: журн. ООО "Издательский дом МФО" (Москва)	Научная электронная библиотека режим доступа: http://elibrary.ru/defaultx.asp
Наука и спорт: современные тенденции [электронный ресурс]: журн. Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма	Эбс «Лань» режим доступа: https://e.lanbook.com/journal/2632#journal_name
Вестник южно-уральского государственного университета. Серия: образование, здравоохранение, физическая культура [электронный ресурс]: журн. Национальный исследовательский Южно-Уральский государственный университет	Эбс «Лань» режим доступа: https://e.lanbook.com/journal/2551#journal_name
Культура физическая и здоровье [электронный ресурс]: журн. Воронежский государственный педагогический университет	Эбс «Лань» режим доступа: https://e.lanbook.com/journal/2337#journal_name
Физическая культура, спорт - наука и практика [электронный ресурс]: журн. Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма	Эбс «Лань» режим доступа: https://e.lanbook.com/journal/2290#journal_name