	Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Башкирский государственный аграрный университет»	Приложение к ОПОП ВО
		Рабочая программа дисциплины

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.13 ЭЛЕКТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

ЛАПТА

Направление подготовки (специальность)

21.03.02 Землеустройство и кадастры

Профиль подготовки

Кадастр недвижимости

Квалификация (степень) выпускника

бакалавр

Уфа 2022

Составитель:




доцент Р.Р. Ягафаров

Программа составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 21.03.02 Землеустройство и кадастры. Землеустройство, утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 978 от 12.08.2020

Рабочая программа обсуждена и одобрена на заседании кафедры Физической культуры, оздоровления и спорта 24 марта 2022 г. (протокол №13)
И.о. зав. кафедрой физической культуры, оздоровления и спорта

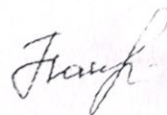
к.с.-х.н., доцент



Р.Г. Ягафаров

Рассмотрена и одобрена на заседании методической комиссии кафедры физической культуры, оздоровления и спорта «24» марта 2022 г. (протокол № 13).

Председатель методической комиссии
кафедры физической культуры, оздоровления и спорта,
к.с.-х.н., доцент



А.У. Бакирова

Согласовано:

Руководитель ОПОП ВО
(подпись)



Шафеева Э.И.

1 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

В результате освоения ОПОП ВО бакалавриата обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине (модулю):

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикаторов достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.2. Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.	<p>Знать: УК 7.2/Зн1 правила соревнований изучаемых видов спорта.</p> <p>Уметь: УК 7.2/Ум1 составлять комплексы физических упражнений различной направленности; УК 7.2/Ум2 проводить с группой комплексы физических упражнений различной направленности;</p> <p>Навыки: УК 7.2/Нв1 владеть методами и средствами самоконтроля за своим функциональным состоянием и реакцией организма на физические нагрузки</p>

2 Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений Блока 1 Дисциплины, изучается на 1-3 курсах, I-VI семестрах

Целью: выявление и развитие у каждого занимающегося, формирование богатой, свободной, физически здоровой, творчески мыслящей личности, способной адаптироваться к условиям новой жизни.

Занятия пауэрлифтингом способствуют:

- развитию скоростно-силовой подготовки занимающихся, позволяющей в повседневной жизни преодолевать трудности, связанные с проявлением максимальных силовых напряжений;
- развитию моральных и волевых качеств, в основе которого лежит строгая самодисциплина, основанная на высокой сознательности, здоровой оценке событий и своих действий на подчинении своих чувств разуму;
- овладению знаниями в различных областях, связанных с пауэрлифтингом.

Программа «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту – Пауэрлифтинг» является информационной моделью педагогической системы, представляющей собой организационную совокупность взаимосвязанных средств, методов и процессов, необходимых для создания целенаправленного педагогического воздействия на формирование личности, с качествами, необходимыми занимающимся для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

«Элективные дисциплины по физической культуре и спорту – Пауэрлифтинг» играет ведущую роль в раскрытии содержания обучения пауэрлифтингу и применении организационных форм обучения и совершенствования подготовки пауэрлифтеров, направленной на выработку навыков, усвоение знаний и формирование важных личностных качеств занимающихся.

Последующие дисциплины (практики) по связям компетенций: физическая культура и спорт, социальная адаптация и коммуникации в учебной и профессиональной деятельности.

3 Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость (объем) дисциплины составляет 328 академических часа, зачетных единиц (ЗЕ) не предусмотрено.

3.1 Очное обучение (срок обучения:4 года)

Виды учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам					
		I	II	III	IV	V	VI
Контактная работа, всего	328	36	36	72	72	56	56
в т.ч.: практические занятия (ПЗ)	328	36	36	72	72	56	56
Вид промежуточной аттестации (зачет)	зачет	-	-	-	зачет	-	зачет
Общая трудоемкость дисциплин: часы	328	36	36	72	72	56	56
зачетные единицы	-	-	-	-	-	-	-

3.2 Заочное обучение (срок обучения 4г. 6 месяцев.)

Виды учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам	
		III	IV
Контактная работа, всего	20	10	10
в т.ч.: занятия лекционного типа (лекции) (Л)	-	-	-
занятия семинарского типа:	-	-	-
практические занятия (ПЗ)	20	10	10
Самостоятельная работа обучающегося (СРО), всего	308	154	154
в т.ч.: подготовка к лабораторным и практическим занятиям (ПЗ)*	308	154	154
самостоятельное изучение теоретического материала (СИТМ)			
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	зачет	зачет	зачет
Общая трудоемкость дисциплины, / часы	328	164	164
/ зачетные единицы	-	-	-

4 Содержание дисциплины

4.1 Разделы дисциплины и виды занятий для очного обучения

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Очное обучение			
		Л	ПЗ	ЛР	СРО
1	Лапта	-	240	20	220
2	Плавание	-	28	-	28
3	ОФП	-	18	-	18
4	Легкая атлетика	-	18	-	18
5	Лыжная подготовка	-	24	-	24
Итого			328	20	308

4.2 Содержание разделов дисциплины*

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела
-------	---------------------------------	--------------------

1	Лапта	Ознакомление с историей возникновения и развития лапты. Ознакомления с правилами игры «Лапта». Ознакомление, обучение, совершенствование двигательными действиями. Обучение и совершенствование передвижений по площадке. Обучение и совершенствование ловли и передача мяча. Обучение и совершенствование осаливания. Обучение и совершенствование «Увертывания» - избежание осаливания. Обучение и совершенствование переосаливания. Индивидуальное осаливания. Групповое осаливания. Командное осаливания. Ознакомления начала и окончания игрового действия. Обучение и совершенствование технике удара битой по мячу в лапте и в мини-лапте. Обучение и совершенствование остановки и ловли мяча после удара. Воспитание скоростных, скоростно-силовых и координационных качеств. Обучение основам судейства игры «Лапта». Сдача контрольных нормативов.
2	Плавание	Совершенствование способов плавания «кроль на груди». Совершенствование способов плавания «кроль на спине». Сдача контрольные нормативы.
3	Легкая атлетика	Совершенствование общеразвивающих и специальных упражнения. Совершенствование специально-беговые упражнения Совершенствование элементов низкого старта. Совершенствование стартового разгона. Совершенствование бега по дистанции. Совершенствование финиширования, высокого старта. Совершенствование бега на средние дистанции, высокий старт. Совершенствование бега на средние дистанции, бег по дистанции и виражу. Совершенствование технике бега по дистанции и финишу Совершенствование элементов прыжка в длину с места. Совершенствование элементов метания мяча. Сдача контрольных нормативов.
4	ОФП	Совершенствование физических качеств: силы, выносливости, быстроты, ловкости, гибкости. Подготовка к сдаче норм комплекса ВФСК ГТО. Методика подготовки к сдаче норм комплекса ВФСК ГТО
5	Лыжная подготовка	Совершенствование техники классического хода. Совершенствование техники конькового хода. Сдача контрольных нормативов.

5 Тематика контактной работы

5.1 Занятия лекционного типа не предусмотрены

5.2 Занятия семинарского типа (практические занятия)

№ п/п	№ модуля	Наименование занятий семи- нарского типа (практические занятия)	Объем, часы	
			Очное обучение	Заочное обучение
1	2	3	4	5
1	I	Лапта	32	-
2		Плавание	4	
2	II	Лапта	36	-
3	III	Лапта	24	-
4		Легкая атлетика	12	-
6	IV	Лапта	24	10
7		Плавание	12	-
9	V	Лапта	24	-
10		Лыжная подготовка	12	-
11	VI	Лапта	24	10
12		ОФП	12	-
13	VII	Лапта	22	-
14		Легкая атлетика	6	-
15	VIII	Лапта	16	-
16		Плавание	12	-
17	IX	Лапта	16	-
18		Лыжная подготовка	12	-
19	X	Лапта	22	-
20		ОФП	6	-
Итого:			328	20

5.2 Занятия семинарского типа (практические занятия) не предусмотрены.

6 Самостоятельная работа обучающихся.

6.1 Очное обучение. Не предусмотрена.

6.2 Заочное обучение

№ п/п	№ раздела	Виды самостоятельной работы	Название (содержание) работы	Объем, часы
1	Лапта	Самостоятельное изучение теоретического материала	- изучение правила игры «Лапта»; - освоение техники передвижения; - освоение техники приема и передачи мяча; - освоение удара по мячу; - освоение техники осаливания и избегания осаливания; - освоение индивидуальных, групповых и командных игровых действий.	208
2	ОФП	Самостоятельное изучение теоретического материала	- составление комплекса упражнений на различные мышечные группы; - оценка и самооценка уровня физической и функциональной подготовленности.	100
Всего:				308

7 Образовательные технологии

Реализация у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерских качеств предусмотрено широкое использование в учебном процессе проведение занятий в виде деловых и ролевых игр, тренингов, анализ ситуаций, имитационных моделей и групповых дискуссий.

№ п/п	№ модуля	Наименование темы	Вид учебного занятия	Активные и интерактивные формы проведения обучения
1	1 - 10	Совершенствование технических действий применяемых в лапте	Практические занятия	Проведение практических занятий с применением работы в малых группах
2	1 - 10	Совершенствование технических тактических элементов применяемых в лапте	Практические занятия	Проведение практических занятий с применением игровых и соревновательных технологий

8 Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

Перечень компетенций с указанием этапов их формирования; описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания; 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; методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций) представлены в **Приложение 1** к рабочей программе дисциплины (модуля) оценочные материалы по учебной дисциплине в виде «**Фонда оценочных средств**».

9 Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

а) основная литература:

1. Р.Р. Ягафаров, Н.Ф. Семерханова, Е.А. Доценко, А.А. Роженцев. Основы судейства игры «Лапта». Учебное пособие. Уфа. Башкирский ГАУ. 2021 [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / Р.Р. Ягафаров, Н.Ф. Семерханова, Е.А. Доценко, А.А. Роженцев ; Министерство сельского хозяйства Российской Федерации; ФГБОУ ВО «Башкирский государственный аграрный университет»; Кафедра физической культуры и спорта. - Уфа, 2021. - 100 с. – Режим доступа: <http://biblio.bsau.ru/metodic/82775.pdf>.
2. Барчуков, И. С. Физическая культура [Электронный ресурс] : учебник / И. С. Барчуков ; под общ. Ред. Н. Н. Маликова. – М. : Академия, 2012. – 528 с. – Режим доступа: <http://biblio.bsau.ru/metodic/12621.djvu>
3. Лечебная физическая культура [Электронный ресурс] : учебник для студ. Учреждений выс-

шего профессионального образования / [С. Н. Попов [и др.] ; под ред. С. Н. Попова. – 8-е изд., испр. . – М. : Издательский центр Академия, 2012. – 416 с. – Режим доступа: <http://biblio.bsau.ru/metodic/12624.djvu>

4. Физическая культура [Электронный ресурс] : учеб. Пособие / Е. С. Григорович [и др.]; под ред. Е.С. Григоровича, В.А. Переверзева. – 4-е изд., испр. – Минск: Вышэйшая школа, 2014. – 350 с. – Режим доступа: <http://znanium.com/bookread2.php?book=509590>

5. Физическая культура [Электронный ресурс] : учебник для вузов / А. Б. Муллер [и др.]. – М. : Юрайт, 2013. – 425 с. – Режим доступа: <http://biblio.bsau.ru/metodic/20911.pdf>

б) дополнительная литература:

1. Адаптивная физическая культура обучающихся с ограниченными возможностями: учебно-методическое пособие [Электронный ресурс]/ О.В. Валиуллина, Н.Ф. Семерханова, О.Л. Адова. – Уфа: Башкирский ГАУ, 2016. – 64 с.. <http://biblio.bsau.ru/metodic/63283.pdf>

2. Элективный курс по фитнес-аэробике [Электронный ресурс] : учебное пособие / Э. Т. Ахмадуллина ; Башкирский ГАУ, Каф. физического воспитания, спорта и туризма. - Уфа : Башкирский ГАУ, 2016. - 86 с. <http://biblio.bsau.ru/metodic/48815.pdf>

3. Гимнастика [Электронный ресурс] : учебник для студ. вузов: допущено УМО по образованию / [М. Л. Журавин [и др.] ; под ред.: М. Л. Журавина, Н. К. Меншикова. - М. : Академия, 2010. - 448 с. – Режим доступа: <http://biblio.bsau.ru/metodic/12623.djvu>.

4. Физическая культура студента : учебник для студ. Вузов / [М. Я. Виленский [и др.] ; под ред. В. И. Ильинича. – М. : Гардарики, 2005. – 448 с.

10 Профессиональные базы данных и ресурсы «Интернет», к которым обеспечивается доступ обучающихся

Профессиональные базы данных:

1. <http://biblio.bsau.ru> - Электронная библиотека Башкирского ГАУ;

2. <http://znanium.com/> - Электронная библиотечная система;

3. <http://elibrary.ru> – Электронно-библиотечная система elibrary.

Ресурсы «Интернет»:

1. <https://edu.bsau.ru/> - Система управления обучением Башкирского ГАУ;

2. <http://window.edu.ru/> - "Единое окно": доступ к образовательным ресурсам;

3. <http://www.gks.ru/> - Федеральная служба государственной статистики.

Перечень информационно-справочных систем:

1. <http://biblio.bsau.ru> - Электронная библиотека Башкирского ГАУ;

2. <http://www.consultant.ru> – Справочная правовая система Консультант плюс;

3. <http://garant.ru> - Информационно-правовое обеспечение «Система ГАРАНТ».

11 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

При реализации дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту» используется модульное обучение. Каждый модуль обладает законченностью и относительной самостоятельностью. Совокупность таких модулей составляет единое целое при раскрытии всей учебной дисциплины. Текущий контроль в каждом модуле предполагает посещение практических занятий, проведение комплексов общеразвивающих и специальноразвивающих упражнений, выполнение требований технико-тактической подготовки по лапте, основы судейства и терминологию по лапте, самостоятельное изучение теоретического материала. Рубежный контроль каждого модуля предполагает выполнение контрольно-зачетных требований по лапте, оценку общей и специальной физической подготовленности, теоретическое тестирование.

Вид учебной работы	Организация деятельности обучающихся
Занятия семинарского типа (практические занятия)	Составление и проведение комплексов общеразвивающих упражнений и комплексов специальных упражнений. Изучение правил. Самостоятельное составление и проведение комплексов специальных физических упражнений и упражне-

	ний на различные группы мышц. Подготовка к сдаче норм ГТО.
Самостоятельная работа	Знакомство с основной и дополнительной литературой по физической культуре. Отбор необходимого материала; формирование выводов и разработка конкретных рекомендаций по решению поставленной цели и задачи; проведение практических исследований по данной теме.
Подготовка к зачету	Подготовка к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы.

Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).

№ п/п	Наименование методических указаний дисциплины	Назначение (виды занятий, № тем и т.д.)
1	2	3
1	Методические рекомендации к практическим занятиям для студентов 1-3 курса по дисциплине "Элективный курс по физической культуре". Лапта [Электронный ресурс] : все направления подготовки : квалификация выпускника Бакалавр (специалист) / Башкирский ГАУ, Каф. физического воспитания, спорта и туризма ; сост. Р. Р. Ягафаров. - Уфа : БГАУ, 2016. - 28 с.	ПЗ
2	Методические рекомендации к практическим занятиям для студентов 1 курса по дисциплине "Элективный курс по физической культуре". Лапта [Электронный ресурс] : все направления подготовки : квалификация выпускника Бакалавр (специалист) / Башкирский ГАУ, Каф. физического воспитания, спорта и туризма ; сост. Р. Р. Ягафаров. - Уфа : БГАУ, 2016. - 17 с.	ПЗ
3	Методические рекомендации к практическим занятиям для студентов 2 курса по дисциплине "Элективный курс по физической культуре". Лапта [Электронный ресурс] : все направления подготовки : квалификация выпускника Бакалавр (специалист) / Башкирский ГАУ, Каф. физического воспитания, спорта и туризма ; сост. Р. Р. Ягафаров. - Уфа : БГАУ, 2016. - 22 с.	ПЗ
4	Методические рекомендации к практическим занятиям для студентов 3 курса по дисциплине "Элективный курс по физической культуре". Лапта [Электронный ресурс] : все направления подготовки : квалификация выпускника Бакалавр (специалист) / Башкирский ГАУ, Каф. физического воспитания, спорта и туризма ; сост. Р. Р. Ягафаров. - Уфа : БГАУ, 2016. - 20 с.	ПЗ

12 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

№ п/п	Наименование методических указаний дисциплины	Назначение (виды занятий, № тем и т.д.)
1	2	3
1	Методические рекомендации к самостоятельным занятиям по дисциплине "Физическая культура. Элективный курс". Раздел Методика организации самостоятельных занятий физической культурой . - Уфа : БГАУ, 2016. - 27 с.	СРО
2	Учебное пособие "Физическая подготовка студентов очно-заочной и заочной форм обучения" по дисциплине "Физическая культура. Элективный курс". - Уфа : БГАУ, 2016. - 78 с.	СРО
3	Методические рекомендации «Методики оценки и самооценки уровня физического развития и функциональной подготовленности» для студентов всех направлений подготовки очно-заочной и заочной форм обучения». – Уфа:БГАУ,2016.	СРО

13 Программное обеспечение, используемое при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

Внеаудиторное контактное взаимодействие с обучающимися по самостоятельному изучению теоретического материала, выполнению контролируемых и /или неконтролируемых видов СРО осуществляется в системе управления обучением электронной информационной образовательной среды университета <https://edu.bsau.ru>.

Перечень программного обеспечения:

1. Microsoft Windows
2. Microsoft Office 2010 Standard

3. Антивирус Касперского

4. СПС Гарант

14 Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

№/№	Наименование	Назначение (виды учебных занятий)
1	2	4
Специализированные аудитории		
1	Стадион 200х100: беговая дорожка; прыжковая яма; силовой городок; футбольное поле.	ПЗ
2	Тренажерный зал № 2	ПЗ
3	Плавательный комплекс	ПЗ
4	Лыжная база №1	ПЗ
5	Зал для спортивных игр в I корпусе 36х18м.	ПЗ

15 Особенности организации обучения по дисциплине для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Организация обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (далее ОВЗ) осуществляется на основе адаптированной образовательной программы с использованием специальных методов обучения и дидактических материалов, составленных с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся (обучающегося).

Образование инвалидов и лиц с ОВЗ может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах или индивидуально.

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ОВЗ предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Категория обучающихся	Формы предоставления материалов
С нарушением слуха	- в печатной форме; - в форме электронного документа.
С нарушением зрения	- в печатной форме увеличенным шрифтом; - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла.
С нарушением опорно-двигательного аппарата	- в печатной форме увеличенным шрифтом; - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла.

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

Для обучающихся инвалидов и лиц с ОВЗ предусмотрены следующие оценочные средства:

Категория обучающихся	Виды оценочных средств	Формы контроля и оценки результатов обучения
С нарушением слуха	тест	преимущественно письменная проверка
С нарушением зрения	собеседование	преимущественно устная проверка (индивидуально)
С нарушением опорно-двигательного аппарата	решение дистанционных тестов, контрольные вопросы	организация контроля с помощью LMS Башкирского ГАУ, письменная проверка.

Обучающимся инвалидам и лицам с ОВЗ увеличивается время на подготовку ответов к зачёту, допускается готовить ответы с использованием дистанционных образовательных технологий.

При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ОВЗ предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями. Эти средства предоставляются ФГБОУ ВО Башкирский ГАУ или могут использоваться собственные технические средства обучающихся.

Процедура оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ОВЗ по дисциплине предусматривает предоставление информации в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации.

Так для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ОВЗ по дисциплине (модулю) обеспечивается выполнение следующих дополнительных требований в зависимости от индивидуальных особенностей, обучающихся:

1. Инструкция по порядку проведения процедуры оценивания предоставляется в доступной форме (устно, в письменной форме, устно с использованием услуг сурдопереводчика).

2. Доступная форма предоставления заданий оценочных средств (в печатной форме, в печатной форме увеличенным шрифтом, в форме электронного документа, задания зачитываются ассистентом, задания предоставляются с использованием сурдоперевода).

3. Доступная форма предоставления ответов на задания (письменно на бумаге, набор ответов на компьютере, с использованием услуг ассистента, устно).

При необходимости для инвалидов и обучающихся с ОВЗ процедура оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю) может проводиться в несколько этапов. Проведение процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

Для освоения дисциплины инвалидами и лицами с ОВЗ предоставляются основная и дополнительная учебная литература в виде электронного документа в фонде библиотеки и / или в электронно-библиотечных системах. А также предоставляются бесплатно специальные учебники и учебные пособия, иная учебная литература и специальные технические средства обучения коллективного и индивидуального пользования, а также услуги сурдопереводчиков и тифлосурдопереводчиков.

В зависимости от нозологии для пользователей с ОВЗ организован доступ к электронным информационным и образовательным ресурсам библиотеки университета из любой точки с доступом к «Интернет». Заключен договор о сотрудничестве с Башкирской республиканской специальной библиотекой для слепых. Предоставляется возможность аудио прослушивания и сохранения файла электронных изданий ЭБС «Консультант студента. Электронная библиотека технического вуза» (полные тексты изданий доступны пользователям ФГБОУ ВО Башкирский ГАУ, после самостоятельной регистрации в Электронной библиотечной системе Университета). Предоставляется возможность пользоваться бесплатным мобильным приложением для операционных систем IOS и Android ЭБС издательства «Лань», с синтезатором речи (возможность использования книг в учебном процессе для незрячих и слабовидящих обучающихся).

В освоении дисциплины инвалидами и лицами с ОВЗ большое значение имеет индивидуальная работа. Под индивидуальной работой подразумевается две формы взаимодействия с преподавателем: индивидуальная учебная работа, т.е. дополнительное разъяснение учебного

материала и углубленное изучение материала с теми обучающимися, которые в этом заинтересованы, и индивидуальная воспитательная работа. Индивидуальные консультации по предмету являются важным фактором, способствующим индивидуализации обучения и установлению воспитательного контакта между преподавателем и обучающимся инвалидом или обучающимся с ОВЗ.

Освоение дисциплины инвалидами и лицами с ОВЗ осуществляется с использованием специальных средств обучения. Оборудовано специализированное помещение, в котором установлен мультимедийный проектор и организовано два рабочих места с доступом к электронной информационной образовательной среде и сети Интернет. Данное помещение оснащено: индукционной петлей ИС-50Л (усиление звука для слабослышащих обучающихся); персональными компьютерами, с программой экранного доступа ("Jaws for Windows 16.0 Pro"), брайлевским дисплеем (тактильный дисплей Брайля PAC Mate 20) для студентов с нарушением зрения; специальными партами для обучающихся с нарушением опорно-двигательного аппарата; мобильным видеоувеличителем; портативной информационной индукционной системой "Исток А2" для слабослышащих обучающихся.

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

1 Перечень компетенций и этапы формирования компетенций в процессе освоения ОПОП ВО

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикаторов достижения компетенции	Этап формирования
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни. УК-7.2. Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.	1-6

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

2.1 Показатели и критерии оценивания компетенций

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

ИДК - УК-7.2. Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.

Планируемые результаты (показатели оценивания)		Критерии оценивания			
		Ниже порогового уровня (неудовл.)	Пороговый уровень (удовл.)	Повышенный уровень (хорошо)	Высокий уровень (отлично)
		Не зачтено	Зачтено		
Знания	УК 7.2/Зн1 правила соревнований изучаемых видов спорта.	Не знает правила соревнований изучаемых видов спорта.	Не полное знание о правилах соревнований изучаемых видов спорта.	В целом сформировавшиеся знания о правилах соревнований изучаемых видов спорта.	Сформировавшееся систематическое знание о правилах соревнований изучаемых видов спорта.

Планируемые результаты (показатели оценивания)		Критерии оценивания			
		Ниже порогового уровня (неудовл.)	Пороговый уровень (удовл.)	Повышенный уровень (хорошо)	Высокий уровень (отлично)
		Не зачтено	Зачтено		
Умения	УК 7.2/Ум1 составлять комплексы физических упражнений различной направленности;	Отсутствие или фрагментное владение в составлении комплексов физических упражнений различной направленности;	Не полное умение в составлении комплексов физических упражнений различной направленности;	В целом сформировавшиеся умение в составлении комплексов физических упражнений различной направленности;	Сформировавшееся систематическое умение в составлении комплексов физических упражнений различной направленности;
	УК 7.2 /Ум2 проводить с группой комплексы физических упражнений различной направленности;	Отсутствие или фрагментное владение в проведении с группой комплексов физических упражнений различной направленности	Не полное умение в проведении с группой комплексов физических упражнений различной направленности	В целом сформировавшиеся умение в проведении с группой комплексов физических упражнений различной направленности	Сформировавшееся систематическое умение в проведении с группой комплексов физических упражнений различной направленности
Навыки	УК 7.2/Нв3 владеть методами и средствами самоконтроля за своим функциональным состоянием и реакцией организма на физические нагрузки	Отсутствие или фрагментное владение методами и средствами самоконтроля за своим функциональным состоянием и реакцией организма на физические нагрузки	Не полное владение методами и средствами самоконтроля за своим функциональным состоянием и реакцией организма на физические нагрузки	В целом сформировавшиеся владение методами и средствами самоконтроля за своим функциональным состоянием и реакцией организма на физические нагрузки	Сформировавшееся владение методами и средствами самоконтроля за своим функциональным состоянием и реакцией организма на физические нагрузки

2.2 Шкала оценивания компетенций

Виды оценок	Оценки			
Академическая оценка по 5-ти балльной шкале	Неудовлетворительно	Удовлетворительно	Хорошо	Отлично
	Не зачтено	Зачтено		

2.3 Критерии оценки по пятибалльной системе

Оценка экзаменатора, уровень	Критерии (дописать критерии в соответствии с компетенциями)
«отлично», высокий уровень	Обучающийся показал прочные знания основных положений учебной дисциплины, умение самостоятельно решать конкретные практические задачи повышенной сложности, свободно использовать справочную литературу, делать обоснованные выводы из результатов расчетов или экспериментов
«хорошо», повышенный уровень	Обучающийся показал прочные знания основных положений учебной дисциплины, умение самостоятельно решать конкретные практические задачи, предусмотренные рабочей программой, ориентироваться в рекомендованной справочной литературе, умеет правильно оценить полученные результаты расчетов или эксперимента
«удовлетворительно», пороговый уровень	Обучающийся показал знание основных положений учебной дисциплины, умение получить с помощью преподавателя правильное решение конкретной практической задачи из числа предусмотренных рабочей программой, знакомство с рекомендованной справочной литературой
«неудовлетворительно», ниже порогового уровня	При ответе обучающегося выявились существенные пробелы в знаниях основных положений учебной дисциплины, неумение с помощью преподавателя получить правильное решение конкретной практической задачи из числа предусмотренных рабочей программой учебной дисциплины
Результат зачета	Критерии
«зачтено»	Обучающийся показал знания основных положений учебной дисциплины, умение решать конкретные практические задачи, предусмотренные рабочей программой, ориентироваться в рекомендованной справочной литературе, умеет правильно оценить полученные результаты расчетов или эксперимента
«не зачтено»	При ответе обучающегося выявились существенные пробелы в знаниях основных положений учебной дисциплины, неумение с помощью преподавателя получить правильное решение конкретной практической задачи из числа предусмотренных рабочей программой учебной дисциплины

3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков

Перечень тестов для зачета

- Как называется попадание мяча в соперника
А. осаливание, Б. самоосаливания, В. попадание, Г. наказание
- Как называется передвижение игрока по игровому пространству
А. переход, Б. перебежка, В. передвижка, Г. движение
- Как называется место удара игроков нападения
А. площадка атаки, Б. площадка подающего, В. площадка удара, Г. площадка нападения
- Каких линий не бывает в игровом поле
А. дома, Б. кона, В. контрольной, Г. диагональной
- Каких не бывает судей
А. на линии, Б. старший, В. секретарь, Г. боковой
- В случае спорной игровой ситуации кто принимает окончательное решение
А. старший судья, Б. судья на линии, В. инспектор, Г. президент федерации
- Какая задача стоит перед командой нападения
А. сделать как можно больше перебежек и не быть осаленным, Б. сделать как можно больше ударов, В. дать пробить как можно больше игрокам, Г. дать возможность сделать как можно больше перебежек
- Какая задача стоит перед командой защиты
А. не дать возможности игрокам нападения сделать перебежки, Б. не пропустить правильные удары, В. поймать как можно больше мячей, Г. стоять не двигаясь

9. Какая должна быть длина поля
А. 50-60м, Б. 20-30 м, В. 40-55м, Г. 40-60м
10. Какая должна быть ширина поля
А. 30-50м, Б. 25-40 м, В. 20-40м, Г. 10-30м
11. Какая длина штрафной зоны
А. 10м, Б. 15м, В. 10-15м, Г. 20м.
12. На какое расстояние расположены линии ограничивающие зону подающего
А. 1,5 м, Б. 1м, В. 2м, Г. таких линий нет
13. Из какого материала должна быть бита
А. дюралевая, Б. цельнодеревянная, В. сборнодеревянная, Г. пластиковая
14. Какими мячами проводятся игры
А. бейсбольными, Б. софбольными, В. теннисными, Г. любыми
15. Из скольких промежутков состоит игра
А. 2, Б. 3, В. 4, Г. 1
16. Сколько дается попыток на удар
А. 1, Б.3, В. 2, Г. пока не попадет
17. Что делает игрок нападения после неудавшихся ударов
А. уходит на площадку очередности, Б. уходит в пригород, В. остается на месте, Г. начинает перебежку
18. Игроки нападения выходят на удар:
А. согласно поданной заявки, Б. произвольно, В. по указанию тренера, Г. по указанию судей
19. Когда игроки получают право на последующий удар
А. после перебежки за линию кона, Б. после полной перебежки, В. после того, как пробили все игроки, Г. после осаливания
20. Если мяч после удара касается игрока защиты и выходит за боковую линию по воздуху, то:
А. удар не считается, Б. удар повторяется, В. удар считается, Г. команды меняются местами.

Перечень контрольно – зачетных нормативов для оценки физической подготовленности

Контроль общей физической и специальной подготовленности спортсменов так же очень важен, так как позволяет объективно оценить рост достижений студента. Для оценки общей физической и специальной подготовленности студентов занимающихся мини-лаптой мы рекомендуем использовать следующие контрольные нормативы (тесты): бег по дистанции 30 м, прыжок в длину с места, удары битой по мячу на точность, челночный бег по дистанции 2х30м, метание мяча на точность, передача мяча в парах, в группе, броски мяча на дальность, комплексное упражнение для игрока нападения и защиты, тест Купера.

1. Бег по дистанции 50 м выполняется с высокого старта. Секундомер запускается по первому движению игрока. Финиш фиксируется по общепринятым правилам.

2. Прыжок в длину с места выполняется толчком двух ног. Для большей точности измерения пяточный край подошвы смазывают мелом. Оставленный на полу след фиксирует место приземления от обозначенной для прыжка линии. Упражнение выполняется в трех попытках. Фиксируется лучший показатель.

3. Метание мяча на дальность, стоя производится с места. Упражнение выполняется в секторе для метаний или на футбольном поле.

4. Челночный бег 4х15м выполняется от стартовой линии до контрольной линии и обратно. Упражнение считается правильно выполненным, если занимающийся пересечет линии обоими ногами.

5. Удары битой по мячу на точность производится на игровые зоны. По три удара в каждую зону. Суммируются результативные попытки.

6. Передача мяча в парах выполняется на время. Занимающийся должны выполнить 10 передач на время.

7. Передача мяча в группе выполняется на время. Занимающийся должны выполнить 10 указанных преподавателем передач на время.

8. Метание мяча на точность выполняется в мишени расположенные на расстоянии 3,6,9,12,15 метров, на высоте 1м. По три попытки в каждую мишень.

9. Тест Купера проводится на стадионе. Гладкий бег в течение 12 мин. Фиксируется дистанция, которую испытуемый сможет пробежать за это время.

Результаты испытаний вносятся в журнал и, соответственно таблице № 16 (юноши) и таблица №17 (девушки), выставляется оценка.

Таблица результатов и очков для комплексной оценки общей физической подготовленности студентов (юноши).

№	Наименование теста	3	2	1
1	Бег по дистанции 50 м	6,5	7,0	7,5
2	Прыжок в длину с места	235 см и более	220 см	200 см
3	Метание мяча на дальность	50м. и более	40м.	30м.
4	Челночный бег 4х15м	9.00 и выше	9.50	10.00.
5	Удары битой по мячу на точность	15	12	9
6	Передача мяча в парах	07.00 и выше	07.50	08.00
7	Передача мяча в группе	06.00 и выше	07.00	08.00
8	Метание мяча на точность	12	10	8
9	Тест Купера	3000м.и более	2800м.	2600м.

Таблица результатов и очков для комплексной оценки общей физической подготовленности студентов (девушки).

№	Наименование теста	3	2	1
1	Бег по дистанции 50 м	7,5	8,0	8,5
2	Прыжок в длину с места	180 см и более	165 см	140 см
3	Метание мяча на дальность	35м. и более	30м.	24м.
4	Челночный бег 4х15м	10.50 и выше	11.00	12.50.
5	Удары битой по мячу на точность	15	12	9
6	Передача мяча в парах	08.00 и выше	08.50	09.00
7	Передача мяча в группе	07.00 и выше	08.00	09.00
8	Метание мяча на точность	12	10	8
9	Тест Купера	2600м.и более	2300м.	2000м.

Тематика индивидуальных заданий для студентов, временно освобожденных от практических занятий по физической культуре

1. Роль физических упражнений, применяемых в лапте в обеспечении здоровья.
2. Характеристика имеющегося заболевания. Занятия лаптой при данном заболевании.
3. Кинезотерапия. Роль движения в улучшении состояния здоровья.
4. Лапта и здоровье.
5. Оздоровительная направленность занятиями лаптой.
6. Рациональное питание и здоровье.
7. Производственная физическая культура.
8. Психофизическая готовность студента к трудовой деятельности.
9. Методика разработки индивидуальных программ физической активности с оздоровительной направленностью.
10. Выбор физических упражнений, определение физической нагрузки в зависимости от характера заболевания (составление комплексов упражнений).

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

Контроль результатов обучения обучающимися, этапов и уровня формирования компетенций по дисциплине «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» осуществляется через проведение входного, текущего, рубежных, выходного контролей и контроля самостоятельной работы.

Процедура проведения зачета/ приведена в Положении о текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации.