

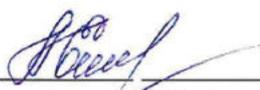


**Рабочая программа дисциплины (модуля) принята:**

Ученым советом факультета (института, филиала): Экономический факультет

Протокол заседания № « 11 » от 22.06 2018 г.

Председатель Ученого совета  
факультета (института, филиала)

  
подпись И.О. Фамилия

А.А. Егорова

Секретарь Ученого совета  
факультета (института, филиала)

  
подпись И.О. Фамилия

**Рабочая программа дисциплины (модуля) рекомендована кафедрой**

Учета и финансов

Протокол заседания № 11 от « 14 » 06 2018 г.

Заведующий кафедрой



Селиверстова А.В.

**Структура рабочей программы соответствует приказу ректора  
ФГБОУ ВО «ЧелГУ» от «05» декабря 2018 г. № 678-1**

## Содержание

1. Цели освоения дисциплины
2. Место дисциплины в структуре ОПОП
3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (модуля)
4. Объем дисциплины (модуля)
5. Структура и содержание дисциплины (модуля)
6. Фонд оценочных средств
  - 6.1. Перечень видов оценочных средств
  - 6.2. Типовые контрольные задания и иные материалы для текущей аттестации
  - 6.3. Типовые контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации
  - 6.4. Критерии оценивания
7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)
  - 7.1. Рекомендуемая литература
  - 7.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"
  - 7.3. Перечень информационных технологий
8. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)
9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)
10. Специальные условия освоения дисциплины обучающимися с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья

Рабочая программа дисциплины "Прикладная и оздоровительная физическая культура" по направлению подготовки (специальности) "Экономика" направленности (профилю) Бухгалтерский учет и аудит ФГБОУ ВО «ЧелГУ»	стр. 4
--	--------

### 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью изучения дисциплины у бакалавров является овладение основными моторными навыками оздоровительной гимнастики, видов спорта, подвижных игр и прикладной физической подготовки с учётом принципов демократизации и гуманизации образования, всестороннего и гармоничного развития личности, в том числе оздоровительной направленности занятий физической культурой и спортом для психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

### 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Цикл (раздел) ОПОП:	К.М.04.ДВ.01.01
<b>2.1 Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>	
Дисциплина «Прикладная и оздоровительная физическая культура» ориентирована на повышение гуманистической составляющей при подготовке бакалавров и опирается на знания, полученных при изучении естественнонаучных и общепрофессиональных дисциплин, как физическая культура, математика, физика, химия, история, биология в средней школе и не требует предварительных знаний по другим дисциплинам, изучаемым в ВУЗе.	
Физическая культура и спорт	
<b>2.2 Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>	
знания полученные при изучении дисциплины «Прикладная и оздоровительная физическая культура» могут быть полезны для освоения дисциплин: «Двигательная рекреация и туризм»	
Двигательная рекреация и туризм	

### 3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

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

#### Знать:

здоровьесберегающие технологии для поддержания должного уровня физической и функциональной подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

#### Уметь:

поддерживать должный уровень физической и функциональной подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

#### Владеть:

навыками поддержания должного уровня физической и функциональной подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

#### В результате освоения дисциплины обучающийся должен

<b>3.1</b>	<b>Знать:</b>
3.1.1	научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни;
3.1.2	влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;
3.1.3	способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;
3.1.4	правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности.
<b>3.2</b>	<b>Уметь:</b>
3.2.1	использовать методы и средства прикладной и оздоровительной физической культуры, для развития профессионально важных двигательных умений и навыков в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни;
3.2.2	выполнять индивидуально подобранные комплексы прикладной и оздоровительной физической культуры, композиции корригирующей гимнастики, системы упражнений оздоровительной и атлетической гимнастики в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни;
3.2.3	применять простейшие приёмы самомассажа и релаксации;
3.2.4	осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий прикладной и оздоровительной физической культуры.
<b>3.3</b>	<b>Владеть:</b>

Рабочая программа дисциплины "Прикладная и оздоровительная физическая культура" по направлению подготовки (специальности) "Экономика" направленности (профилю) Бухгалтерский учет и аудит ФГБОУ ВО «ЧелГУ»		стр. 5
3.3.1	навыками нравственного и физического самосовершенствования в области прикладной и оздоровительной физической культуры в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни	
3.3.2	средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования;	
3.3.3	ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности	

#### 4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Общая трудоемкость	<b>0 ЗЕТ</b>	
Часов по учебному плану	328	Виды контроля в семестрах: зачеты 1, 2, 3, 4, 5
в том числе		
аудиторные занятия	140	
самостоятельная работа	188	

#### 5. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Литература
<b>Раздел 1. 1. Теоретический курс</b>				
1.1	ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА: Краткая история физической культуры и Олимпийских игр /Лек/	1	6	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э4 Э5 Э6
1.2	ГТО: История создания. Советский период ВФСК. Современный комплекс ГТО /Лек/	1	2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э5 Э6
1.3	Основные понятия современной физической культуры /Лек/	1	2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э6
1.4	Здоровье человека и естественно-биологические основы оздоровления /Лек/	1	4	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э5
1.5	Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Рациональная организация жизнедеятельности /Лек/	1	4	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э5
1.6	Основные принципы оздоровительно-тренировочных занятий и развитие физических качеств. Основы методики самостоятельных занятий /Лек/	1	4	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3
1.7	Мониторинг физического развития, функциональной и физической подготовленности /Лек/	1	4	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э5
1.8	Коррекция двигательной и функциональной подготовленности с использованием средств спортивной подготовки /Лек/	1	8	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э6
1.9	Прикладная физическая подготовка студентов /Лек/	1	2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э6
1.10	ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА: Общие основы теории, методики и организации оздоровительной физической культуры (ОФК) /Лек/	2	2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э5 Э6
1.11	Контроль состояния здоровья в ОФК /Лек/	2	4	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э5 Э6
1.12	Физкультурно-оздоровительные методы и системы ОФК /Лек/	2	2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э6
1.13	Виды оздоровительных методик с использованием естественно-природных факторов и технологии их применения /Лек/	2	4	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3
1.14	Различные виды оздоровительных методик, связанных с двигательной активностью (западные и восточные направления) /Лек/	2	4	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э5 Э6

Рабочая программа дисциплины "Прикладная и оздоровительная физическая культура" по направлению подготовки (специальности) "Экономика" направленности (профилю) Бухгалтерский учет и аудит ФГБОУ ВО «ЧелГУ»					стр. 6
1.15	Биологические основы ОФК /Лек/	2	2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э5	
1.16	Социально-психологические факторы воздействия на организм человека /Лек/	2	2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э5	
1.17	Образ жизни как биологическая и социальная проблема. /Лек/	2	4	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5	
1.18	Общая характеристика нетрадиционных оздоровительных методик и технологий /Лек/	2	4	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3	
1.19	Формы и средства оздоровительной физической культуры для профилактики заболеваний /Лек/	2	2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э5	
1.20	Профилактика нарушения опорно-двигательного аппарата /Лек/	2	2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э5 Э6	
1.21	Различные методики массажа и самомассажа и техники их применения в оздоровительных целях /Лек/	2	2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5	
1.22	Теория и методика адаптивной физической культуры /Лек/	2	2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э2 Э4 Э5 Э6	
1.23	Краткая история физической культуры и Олимпийских игр /Ср/	1	6	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э2 Э5 Э6	
1.24	ГТО: История создания. Советский период ВФСК. Современный комплекс ГТО /Ср/	1	2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э5 Э6	
1.25	Основные понятия современной физической культуры /Ср/	1	2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э4 Э6	
1.26	Здоровье человека и естественно-биологические основы оздоровления /Ср/	1	4	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э5	
1.27	Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Рациональная организация жизнедеятельности /Ср/	1	4	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э5	
1.28	Основные принципы оздоровительно-тренировочных занятий и развитие физических качеств. Основы методики самостоятельных занятий /Ср/	1	4	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э2 Э5 Э6	
1.29	Мониторинг физического развития, функциональной и физической подготовленности /Ср/	1	4	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э5 Э6	
1.30	Коррекция двигательной и функциональной подготовленности с использованием средств спортивной подготовки /Ср/	1	6	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э2 Э5 Э6	
1.31	Прикладная физическая подготовка студентов /Ср/	1	4	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э5 Э6	
1.32	ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА (ОФК): Общие основы теории, методики и организации ОФК /Ср/	2	2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э5 Э6	
1.33	Контроль состояния здоровья в ОФК /Ср/	2	2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э2 Э4 Э5 Э6	
1.34	Физкультурно-оздоровительные методы и системы ОФК /Ср/	2	2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э5 Э6	

Рабочая программа дисциплины "Прикладная и оздоровительная физическая культура" по направлению подготовки (специальности) "Экономика" направленности (профилю) Бухгалтерский учет и аудит ФГБОУ ВО «ЧелГУ»				стр. 7
1.35	Виды оздоровительных методик с использованием естественно-природных факторов и технологии их применения /Ср/	2	2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5
1.36	Различные виды оздоровительных методик, связанных с двигательной активностью (западные и восточные направления) /Ср/	2	4	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э2 Э3 Э5 Э6
1.37	Биологические основы ОФК /Ср/	2	2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э5
1.38	Социально-психологические факторы воздействия на организм человека /Ср/	2	4	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э5
1.39	Образ жизни как биологическая и социальная проблема /Ср/	2	4	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5
1.40	Общая характеристика нетрадиционных оздоровительных методик и технологий /Ср/	2	2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5
1.41	Формы и средства ОФК для профилактики заболеваний /Ср/	2	2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э5
1.42	Профилактика нарушения опорно-двигательного аппарата /Ср/	2	2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э2 Э5 Э6
1.43	Различные методики массажа и самомассажа и техники их применения в оздоровительных целях /Ср/	2	4	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э5 Э6
1.44	Теория и методика адаптивной физической культуры /Ср/	2	4	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э2 Э3 Э5 Э6
1.45	Проектная деятельность студентов /Лек/	5	4	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э2 Э4 Э5 Э6
1.46	Проектная деятельность студентов /Ср/	5	36	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э2 Э4 Э5 Э6
<b>Раздел 2. 2. Лёгкая атлетика</b>				
2.1	Совершенствование техники бега на короткие дистанции /Пр/	3	6	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э2 Э5 Э6
2.2	Совершенствование техники бега на короткие дистанции /Ср/	3	4	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э2 Э5 Э6
2.3	Совершенствование техники прыжков в длину /Пр/	3	6	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э2 Э5 Э6
2.4	Совершенствование техники прыжков в длину /Ср/	3	4	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э2 Э5 Э6
2.5	Обучение технике бега на средние дистанции /Пр/	4	8	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э2 Э5 Э6
2.6	Обучение технике бега на средние дистанции /Ср/	4	4	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э2 Э5 Э6
<b>Раздел 3. 3. Спортивные игры</b>				
3.1	Формирование умений и навыков игры в волейбол /Пр/	3	8	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э2 Э4 Э5 Э6

Рабочая программа дисциплины "Прикладная и оздоровительная физическая культура" по направлению подготовки (специальности) "Экономика" направленности (профилю) Бухгалтерский учет и аудит ФГБОУ ВО «ЧелГУ»				стр. 8
3.2	Совершенствование техники игры в волейбол /Пр/	3	8	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э5 Э6
3.3	Формирование умений и навыков игры в волейбол /Ср/	3	2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э2 Э4 Э5 Э6
3.4	Совершенствование техники игры в волейбол /Ср/	3	2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э2 Э4 Э5 Э6
3.5	Совершенствование техники игры в волейбол /Пр/	4	8	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э2 Э3 Э5 Э6
3.6	Совершенствование тактики игры в волейбол /Пр/	4	8	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э2 Э3 Э5 Э6
3.7	Совершенствование тактики игры в волейбол /Ср/	4	2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э2 Э5 Э6
3.8	Совершенствование техники игры в волейбол /Ср/	4	2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э2 Э5 Э6
<b>Раздел 4. 4. Гимнастика</b>				
4.1	Оздоровительная и корригирующая гимнастика /Пр/	3	2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э4 Э6
4.2	Атлетическая гимнастика: ознакомление с разделом «Атлетическая гимнастика» и видами упражнений /Пр/	3	2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э2 Э3 Э5 Э6
4.3	Обучение технике выполнения упражнений на спортивных тренажёрах /Пр/	3	2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э4 Э5 Э6
4.4	Обучение технике выполнения упражнений с гантелями на различные группы мышц /Пр/	3	2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э2 Э3 Э5 Э6
4.5	Оздоровительная и корригирующая гимнастика /Ср/	3	6	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э2 Э5 Э6
4.6	Атлетическая гимнастика: ознакомление с разделом «Атлетическая гимнастика» и видами упражнений /Ср/	3	6	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э2 Э5 Э6
4.7	Обучение технике выполнения упражнений на спортивных тренажёрах /Ср/	3	6	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э2 Э4 Э5 Э6
4.8	Обучение технике выполнения упражнений с гантелями на различные группы мышц /Ср/	3	6	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э6
4.9	Совершенствование техники выполнения упражнений с гантелями /Пр/	4	2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э2 Э4 Э5 Э6
4.10	Оздоровительная физическая культура при заболеваниях опорно-двигательного аппарата /Пр/	4	2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э2 Э3 Э5 Э6
4.11	Комплексы упражнений при заболеваниях дыхательной и сердечно-сосудистой систем /Пр/	4	2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э6
4.12	Комплексы упражнений при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, нервной системы, мочеполовой системы, и других систем /Пр/	4	2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э2 Э3 Э5 Э6
4.13	Комплексы упражнений при нарушениях зрения: методика пальминга, сокращённого комплекса упражнений для тренировки глазных мышц и для утомлённых глаз. /Пр/	4	2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э5 Э6

Рабочая программа дисциплины "Прикладная и оздоровительная физическая культура" по направлению подготовки (специальности) "Экономика" направленности (профилю) Бухгалтерский учет и аудит ФГБОУ ВО «ЧелГУ»				стр. 9
4.14	АФК при заболеваниях опорно-двигательного аппарата. /Пр/	4	2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э4 Э5 Э6
4.15	Совершенствование техники выполнения упражнений с гантелями /Ср/	4	4	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э2 Э4 Э5 Э6
4.16	Оздоровительная физическая культура при заболеваниях опорно-двигательного аппарата /Ср/	4	6	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э2 Э3 Э5 Э6
4.17	Комплексы упражнений при заболеваниях дыхательной и сердечно-сосудистой систем /Ср/	4	6	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э6
4.18	Комплексы упражнений при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, нервной системы, мочеполовой системы, и других систем /Ср/	4	4	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э2 Э3 Э5 Э6
4.19	Комплексы упражнений при нарушениях зрения: методика пальминга, сокращённого комплекса упражнений для тренировки глазных мышц и для утомлённых глаз. /Ср/	4	4	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э5 Э6
4.20	АФК при заболеваниях опорно-двигательного аппарата. /Ср/	4	4	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2 Э4 Э5 Э6

## 6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

### 6.1. Перечень видов оценочных средств

Тест уровня теоретических и методических знаний в области физической культуры и спорта  
Контрольные нормативы для оценки физической подготовленности студентов  
Письменная работа (реферат) для студентов, временно освобожденных от практических занятий  
Вовлеченность в физкультурно-образовательную и/или спортивно-массовую среду  
Показ двигательных умений и навыков

### 6.2. Типовые контрольные задания и иные материалы для текущей аттестации

I СЕМЕСТР

ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА:

А1. ОБРАЗЕЦ ТИПОВОГО ЗАДАНИЯ (ВОПРОСЫ ДЛЯ УСТНОГО ОПРОСА):

1. Влияние заболевания на личную работоспособность и самочувствие.
2. Врачебный контроль как условие допуска к занятиям физическими упражнениями.
3. Индивидуальные (возрастные, половые, состояние здоровья, физические возможности организма, мотивация и др.) особенности построения самостоятельных занятий физическими упражнениями.
4. Инновационные виды занятий физическими упражнениями (аэробика, шейпинг, йога, фитнес-аэробика, пилатес и т.п.).
5. Классификация видов спортивных игр.
6. Классификация гимнастики.
7. Классификация единоборств.
8. Медицинские противопоказания при занятиях физическими упражнениями и применение других средств физической культуры при данном заболевании (диагнозе).
9. Техника бега на короткие дистанции.
10. Методика развития быстроты движений и скоростно-силовых качеств.
11. Методика развития выносливости.
12. Методика развития гибкости.
13. Общая характеристика и классификация легкоатлетических видов спорта.
14. Общая характеристика, причины возникновения и профилактика заболеваний сердечно-сосудистой системы.
15. Общая характеристика, причины возникновения и профилактика заболеваний дыхательной системы.

Б. ТЕСТОВЫЙ ОПРОС УРОВНЯ ТЕОРЕТИЧЕСКИХ И МЕТОДИЧЕСКИХ ЗНАНИЙ В ОБЛАСТИ ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

1. Педагогический процесс, направленный на формирование здорового, физически совершенного, социально активного подрастающего поколения – это:

- А) Спортивное воспитание                      В) Физическое воспитание  
Б) Физическая подготовка                      Г) Физическое развитие

2. Средство и метод укрепления здоровья и физического совершенствования людей, подготовки их к трудовой и общественной деятельности, развитие волевых качеств, нравственного и эстетического воспитания, расширения интернациональных связей, культурного сотрудничества, укрепления мира и дружбы между народами – это:

- А) Физическая подготовка                      Б) Физическое воспитание                      В) Физическая подготовленность  
Г) Спорт
3. Физическое упражнение – это:  
А) Средства тренировки                      В) Формы занятий спортом  
Б) Способы физического развития      Г) Методы оздоровления
4. Три аспекта «качества здоровья», которые выделяют ученые – это:  
А) Физический, соматический, психологический  
Б) Соматический, психологический, духовный  
В) Соматический, психологический, социальный  
Г) Физический, психологический, духовный
5. Объем движений, наиболее удовлетворяющий потребности организма, способствующий укреплению здоровья, гармоничному развитию, хорошему самочувствию, высокой работоспособности и жизненной активности – это:  
А) Физические упражнения                      Б) Двигательная активность                      В) Физическая культура  
Г) Дыхательная гимнастика
6. Выносливость – это:  
А) Противостояние утомлению                      Б) Длительность упражнений                      В) Особенность организма  
Г) Свойство личности
7. Функциональное состояние, временно возникающее под влиянием продолжительной и интенсивной работы и приводящее к снижению ее эффективности – это:  
А) Утомление                      Б) Истощение организма                      В) Перенапряжение  
Г) Физическое напряжение
8. Особое состояние организма, обусловленное недостаточностью двигательной активности – это:  
А) Гипокинезия                      Б) Дефицит движений                      В) Гиподинамия  
Г) Гиперкинезия
9. Процесс, происходящий в организме после прекращения работы и заключающийся в постепенном переходе физиологических и биохимических функций к исходному состоянию – это:  
А) Отдых  
Б) Урегулирование физиологических процессов  
В) Устранение изменений и нарушений в нервной системе  
Г) Восстановление
10. Основные принципы физкультурно-оздоровительных занятий:  
А) Сознательности и активности; систематичности; доступности и индивидуальности; всесторонности  
Б) Сознательности и активности; систематичности; доступности и индивидуальности; закономерности  
В) Доступности и индивидуальности; систематичности; закономерности; достоверности  
Г) Систематичности; закономерности; достоверности; активности
11. Усилия мышц, связанные с перемещением тела или его звеньев в пространстве – это:  
А) Статическая работа мышц                      В) Физическая работа мышц  
Б) Динамическая работа мышц                      Г) Сокращение мышц
12. Функциональные свойства организма, которые определяют двигательные возможности человека – это:  
А) Физические качества                      В) Выносливость  
Б) Силовые способности                      Г) Возможности организма
13. Способность противостоять утомлению – это:  
А) Сила                      В) Выносливость  
Б) Терпение                      Г) Упорство
14. Процесс совершенствования физических качеств, направленных на всестороннее и гармоничное развитие человека – это:  
А) Специальная физическая подготовка  
Б) Профессионально-прикладная физическая подготовка  
В) Начальная физическая подготовка  
Г) Общая физическая подготовка
15. Физическая сила – это:  
А) Степень выносливости                      В) Физическое качество  
Б) Поднятие тяжести                      Г) Тяжелая атлетика
- В1. ПРИМЕРНЫЕ ТЕМЫ ПИСЬМЕННЫХ РАБОТ (РЕФЕРАТОВ):**
1. Содержательные характеристики составляющих здорового образа жизни.
  2. Организация оптимальной двигательной активности.
  3. Организация режима питания.
  4. Внешняя среда. Воздействия природных, биологических и социальных факторов на организм и жизнедеятельность человека.
  5. Гипокинезия и гиподинамия.
  6. Физиологическая классификация физических упражнений.
  7. Влияние направленной физической тренировки на физиологические механизмы и закономерности совершенствования отдельных систем организма.

8. Адаптация к нарушению биологических ритмов.
9. Тренировка как единственная научно-обоснованная концепция управления развитием двигательного потенциала человека.
10. Скоростные способности и методика их развития.
11. Основные виды выносливости и методика их развития.
12. Гибкость и методика ее развития.
13. Самоконтроль за эффективностью самостоятельных занятий, цели и задачи самоконтроля.
14. Субъективные и объективные показатели самоконтроля.
15. Оценка функциональной подготовленности по задержке дыхания на вдохе и выдохе.

## II СЕМЕСТР

### ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

#### A2. ОБРАЗЕЦ ТИПОВОГО ЗАДАНИЯ (ВОПРОСЫ ДЛЯ УСТНОГО ОПРОСА):

1. Проблематика оздоровительной физической культуры.
2. Общие представления о механизмах оздоравливающего воздействия физических упражнений на организм человека.
3. Здоровье как компонент нравственности личности.
4. Морфофункциональные особенности воздействия оздоровительных упражнений.
5. Нормы двигательной активности, необходимые для нормальной жизнедеятельности организма человека.
6. Основные направления в оздоровительной физической культуре: оздоровительно-рекреативное, оздоровительно-реабилитационное, спортивно-реабилитационное, гигиеническое.
7. Какие виды нетрадиционных оздоровительных методик, связанных с двигательной активностью, вы знаете?
8. Структура и содержание физкультурно-оздоровительных занятий
9. Значение теории индивидуального развития и теории адаптации для понимания оздоровительной действенности физической культуры.
6. Сущность и содержание понятий «здоровье», «образ жизни» «здоровый образ жизни». Их основные компоненты.
7. Адаптивная физическая культура: ее цель, приоритетные задачи, основные понятия и термины, педагогические и социальные функции.
8. Какие профилактические меры надо соблюдать для предупреждения развития плоскостопия?
9. Что понимается под физической работоспособностью? Влияние занятий физическими упражнениями на ее повышение.
10. Здоровый образ жизни и его составляющие.
11. Утренняя гимнастика, для чего она используется, и какие требования надо выполнять при ее проведении (гигиенические, педагогические, организационные)?
12. Расскажите об основных закаляющих процедурах (солнцем, воздухом, водой), их влиянии на здоровье человека.
13. Для чего проводятся физкультурные минутки и физкультурные паузы, и какие упражнения в них включаются?
14. Что понимается под «правильной осанкой», с помощью каких упражнений осуществляют ее формирование и профилактику нарушения?.
15. Что значит «рациональный режим питания»?

#### Б. ТЕСТОВЫЙ ОПРОС УРОВНЯ ТЕОРЕТИЧЕСКИХ И МЕТОДИЧЕСКИХ ЗНАНИЙ В ОБЛАСТИ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

1. Средства лечения заболеваний и восстановления функции организма, нарушенных или утраченных вследствие заболеваний, травм, переутомления и других причин:
  - а. оздоровительно-реабилитационная физическая культура;
  - б. спортивно-реабилитационная физическая культура;
  - в. гигиеническая физическая культура;
  - г. оздоровительно-рекреативная физическая культура.
2. Назовите два центральных положения теории обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре:
  - а. создание оптимальных условий выполнения осваиваемых движений за счет разнообразных средств, обеспечивающих полную безопасность занимающихся людей;
  - б. определение правильного образа двигательного действия, построенного на основе количественного и качественного анализа структуры движения;
  - в. создание специальных, искусственных условий за счет широкого применения помощи и технических средств; определение «эталонной» техники действия;
  - г. создание необходимых условий выполнения осваиваемых движений за счет технологий, компенсирующих недостаточную подготовленность занимающихся.
3. Как называется система упражнений в циклических видах спорта, связанных с проявлением выносливости (ходьба, бег, плавание и т.п.), направленная на повышение функциональных возможностей сердечно-сосудистой и



отдельных мышечных групп плечевого пояса и рук;  
б. упражнения, которые состоят из движений головой и дыхательных упражнений;  
в. физические упражнения, включающие в себя упражнения в самосопротивлении и напряжении отдельных мышечных групп в положении сидя;  
г. физические упражнения, включающие в себя упражнения в самосопротивлении и напряжении отдельных мышечных групп в положении стоя.

#### В. ПРИМЕРНЫЕ ТЕМЫ ПИСЬМЕННЫХ РАБОТ (РЕФЕРАТОВ) по ОФК:

1. Адаптивная физическая культура и адаптивный спорт в г. Челябинске и Челябинской области.
2. Оздоровительные системы К. Купера, К. Динейки, Н.М. Амосова и других.
3. Нетрадиционные оздоровительные системы: йога, дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой, дыхательная гимнастика К.П. Бугейко.
4. Оздоровительные системы аэробной направленности.
5. Проблемы физического образования и воспитания инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья всех социально-демографических и нозологических групп.
6. Адаптивное физическое воспитание в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях.
7. Методика адаптивной физической культуры с нарушением зрения.
8. Использование средств физической культуры в целях рекреации.
9. Методика адаптивной физической культуры с нарушением слуха.
10. Методика адаптивной физической культуры с нарушением опорно-двигательного аппарата.
11. Тенденции развития оздоровительной физической культуры в стране.
12. Международные физкультурно-оздоровительные организации.
13. Характеристика физкультурно-оздоровительных методик и систем, основанных на видах двигательной активности различной направленности – аэробной, силовой, на растягивание и расслабление мышц, коррекции фигуры и т.п. (аэробики, калланетики, бодибилдинга, шейпинга, стретчинга и т.д.).
14. Особенности методики оздоровительной физической культуры для здоровых людей в различных возрастно-половых группах – в грудном возрасте, у дошкольников, младших, средних и старших школьников, в зрелом, пожилом и старческом возрастах.
15. Особенности оздоровительной ФК у людей с остеохондрозом.

#### III СЕМЕСТР

##### ПРИКЛАДНАЯ И ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА:

##### А3. ОБРАЗЕЦ ТИПОВОГО ЗАДАНИЯ (ВОПРОСЫ ДЛЯ УСТНОГО ОПРОСА):

1. Влияние заболевания на личную работоспособность и самочувствие.
2. Врачебный контроль как условие допуска к занятиям физическими упражнениями.
3. Индивидуальные (возрастные, половые, состояние здоровья, физические возможности организма, мотивация и др.) особенности построения самостоятельных занятий физическими упражнениями.
4. Инновационные виды занятий физическими упражнениями (аэробика, шейпинг, йога, фитбол-аэробика, пилатес и т.п.).
5. Классификация видов спортивных игр.
6. Классификация гимнастики.
7. Классификация единоборств.
8. Медицинские противопоказания при занятиях физическими упражнениями и применение других средств физической культуры при данном заболевании (диагнозе).
10. Методика развития быстроты движений и скоростно-силовых качеств.
11. Методика развития выносливости.
12. Методика развития гибкости.
13. Общая характеристика и классификация легкоатлетических видов спорта.
14. Общая характеристика, причины возникновения и профилактика заболеваний сердечно-сосудистой системы.
15. Общая характеристика, причины возникновения и профилактика заболеваний дыхательной системы.

##### Б3. ЗАДАНИЕ (ПОКАЗ) ДВИГАТЕЛЬНЫХ УМЕНИЙ И НАВЫКОВ:

###### Лёгкая атлетика:

Показать выполнение комплекса упражнений для развития быстроты.

Показать технику выполнения прыжка в длину с места.

Показать технику выполнения прыжка в длину с разбега.

Показать технику бега на короткие дистанции.

Показать технику выполнения низкого старта.

Показать технику выполнения высокого старта.

Показать технику выполнения стартового разгона.

Показать выполнение комплекса упражнений для подготовки к старту на короткие дистанции.

Показать технику выполнения:

– финиширования;

- бега по виражу;
- отталкивания в прыжке в длину с разбега;
- приземления в прыжке в длину с разбега;
- прыжка в длину способом «согнув ноги»;
- прыжка в длину способом «прогнувшись»;
- прыжка в длину способом «ножницы»;
- отталкивания в прыжке в длину с места;
- бега по прямой.

Спортивные игры:

Волейбол

Показать технику верхней и нижней подачи в волейболе.

Показать способы приема мяча.

Показать исходное положение игрока и технику перемещений.

Показать технику ударов «толчком», подставкой.

Показать технику приема мяча с верху.

Показать технику приема мяча с низу.

Показать технику нападающего удара с верху.

Показать технику подачи мяча.

Правила подачи мяча в волейболе.

Основные правила игры в волейбол.

Приемы и средства в игре игроков нападающего стиля и защитного стиля игры.

Тактические приемы и средства, используемые в волейболе.

Гимнастика:

Показать корригирующие упражнения:

– для мышц спины,

– брюшного пресса,

– плечевого пояса из исходных положений: лежа, сидя и стоя с гимнастической палкой, резиновыми амортизаторами.

Показать комплексы упражнений на формирование правильной осанки без предметов.

Показать упражнения комплекса утренней гигиенической гимнастики.

Показать гимнастические упражнения с применением шведской стенки.

Показать упражнения с мячом.

Показать технику выполнения:

– статических упражнений;

– упражнений с использованием скакалки;

– упражнений с использованием обруча

– упражнений с использованием гантелей;

– упражнений с использованием тренажеров.

### ВЗ. КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ ДЛЯ ОЦЕНКИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ

При оценке нормативов основным являются следующие критерии:

Контрольные нормативы для оценки физической подготовленности студентов (женщины)

Тесты	Баллы		
	5	4	3
2			
1			
1 Бег 1000 м (мин, сек)	≤5,00	5,01–5,20	5,21–5,40
5,41–6,0			6,01– 6,20
2 Бег 60 м (сек)	до 9,4	9,5–9,6	9,7–9,9
10,0–10,3			10,4– 10,7
3 Прыжки в длину с места (см)	<sup>3</sup> 190	189–180	179–168
167–160			159–150
4 Поднимание туловища из положения лежа (кол-во раз)	<sup>3</sup> 60	59–50	49–40
39–30			29–20
5 Отжимание от гимнастической скамейки (кол-во раз)	<sup>3</sup> 25	24–20	19–
15			14–10
			5–1

Контрольные нормативы для оценки физической подготовленности студентов (мужчины)

Тесты	Баллы		
	5	4	3
2			
1			
1 Бег 1000 м (мин, сек)	≤3,40	3,41–4,00	
4,01–4,20			4,21–4,40
			4,41–5,00
2 Бег 60 м (сек)	до 7,9	8,0–8,2	

8,3–8,4	8,5–8,7	8,8–9,2		
3 Прыжки в длину с места (см)			<sup>3</sup> 250	249–240
239–230	229–220	219–210		
4 Подтягивание на перекладине (кол-во раз)			<sup>3</sup> 15	14–12
11–9	8–6	5		
5 В висе поднимание ног до касания перекладины (кол-во раз)			<sup>3</sup> 10	9–6
5–3	2	1		

#### IV СЕМЕСТР

#### ПРИКЛАДНАЯ И ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

#### A4. ОБРАЗЕЦ ТИПОВОГО ЗАДАНИЯ (ВОПРОСЫ ДЛЯ УСТНОГО ОПРОСА):

1. Бег и его значение в жизни человека.
2. Кратко расскажите об истории использования физических упражнений в оздоровительных целях.
3. Какие виды нетрадиционных оздоровительных методик, связанных с двигательной активностью, вы знаете?
4. Каковы основные требования к занятиям физическими упражнениями?
5. Расскажите о механизмах закаляющего воздействия. Какова физиологическая сущность закаливания?
6. Какие виды закаливания существуют?
7. Перечислите основные физические качества и дать их краткую характеристику.
8. Вид спорта, который обеспечивает наибольший эффект в развитии гибкости: дать краткую характеристику.
9. Дайте краткую характеристику основных видов массажа.
10. Как называется вид легкой атлетики, включающий в себя несколько легкоатлетических видов? Дать краткую характеристику.
11. Перечислите способы прыжка в длину.
12. Значение физических упражнений для здоровья человека
13. Гигиенические правила занятий физическими упражнениями.
14. Основные показатели самоконтроля за уровнем физического развития.
15. Какие упражнения направлены на развитие скоростных качеств?

#### B4. ЗАДАНИЕ (ПОКАЗ) ДВИГАТЕЛЬНЫХ УМЕНИЙ И НАВЫКОВ:

##### Гимнастика:

- Показать упражнения на мелкие группы мышц.
- Показать упражнения на средние группы мышц.
- Показать упражнения для укрепления мышц спины.
- Показать упражнения для осанки сидя на стуле.
- Показать упражнения для осанки сидя на полу.
- Показать упражнения для правильной осанки лежа на спине:
- Показать упражнения для осанки в положении упор лежа.
- Показать упражнения для растяжки мышц спины.
- Показать оказать упражнения для расслабления спины.
- Показать комплексы упражнений на профилактику плоскостопия.
- Показать комплексы упражнений на развитие равновесия.
- Показать комплексы упражнений на освоение различных типов дыхания:
  - упражнения с медленным полноценным и удлиненным выдохом;
  - упражнения дыхательной гимнастики по А. Стрельниковой.
- Показать упражнения для укрепления мышц брюшного пресса.
- Показать упражнения для тренировки глазных мышц.
- Показать упражнения для утомлённых глаз.
- Показать комплекс упражнений для профилактики нарушения зрения.
- Показать упражнения для улучшения подвижности суставов.

##### Спортивные игры:

##### Волейбол

- Показать технику верхней и нижней подачи в волейболе.
- Показать способы приема мяча.
- Показать исходное положение игрока и технику перемещений.
- Показать технику ударов «толчком», подставкой.
- Показать технику приема мяча с верху.
- Показать технику приема мяча с низу.
- Показать технику нападающего удара с верху.
- Показать технику подачи мяча.
- Правила подачи мяча в волейболе.
- Основные правила игры в волейбол.

Приемы и средства в игре игроков нападающего стиля и защитного стиля игры.  
Тактические приемы и средства, используемые в волейболе.

Лёгкая атлетика:

Показать выполнение комплекса упражнений для развития быстроты.

Показать технику бега на средние дистанции

Показать выполнение комплекса упражнений для подготовки к старту на средние дистанции.

Показать технику выполнения:

- финиширования;
- бега по виражу;
- бега по прямой.

### 6.3. Типовые контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации

Студенты всех учебных групп, выполнившие учебную программу семестра (прослушали лекции; прошли обязательный курс практических занятий; ответили на контрольные вопросы; показали владение техническими навыками заданного движения; выполнили контрольные нормативы, прошли тестирование уровня теоретических и методических знаний в области прикладной и оздоровительной физической культуры), сдают зачет по «Прикладной и оздоровительной физической культуре», который проводится по всем разделам программы. Успешность овладения методическими знаниями и умениями определяется оценкой преподавателя.

В течение семестра для оценки знаний, умений, навыков, получаемых в ходе изучения модуля, применяется балльно-рейтинговая система оценки достижения студента. Оценка «зачтено» проставляется в зачетную книжку и зачетную ведомость, по окончании семестра. Для получения зачета студенту необходимо набрать не менее 60 баллов.

На контрольные занятия могут быть допущены студенты, посетившие не менее 70% занятий. Студентам, пропустившим контрольные занятия по болезни, зачет может быть перенесен.

К зачету не допускаются студенты, имеющие пропуски занятий без уважительных причин.

Студенты, пропустившие более 50% занятий по уважительной причине, а также студенты, освобожденные от занятий на весь семестр, сдают зачет только по теоретическому разделу в виде реферата. Тема определяется преподавателем совместно со студентом. Работы выполняются в объеме 15–20 страниц машинописного текста, выполненные в соответствии с ГОСТом.

Реферат представляет собой самостоятельную работу по подбору, изучению и обобщению информации по выбранной теме. В работе над рефератом должно быть использовано не менее пяти источников. Работа должна быть написана грамотно, с правильно оформленным титульным листом, оглавлением, библиографическим описанием. При оценке реферата учитывается содержание работы, а также умение студента излагать свои мысли, аргументированно отвечать на вопросы. Реферат включает: введение, основную часть, заключение и список литературы. Перед введением пишется план (содержание). Во введении студент обосновывает актуальность, формулирует вопросы, которые он предполагает раскрыть, определяет цели и задачи. Основная часть включает современное состояние явлений, рассмотрение путей и способов решения вопросов, поставленных во введении, и конкретное описание этих путей на основе изучения литературных источников, наблюдений и собственного опыта. Реферативная работа студента может также представлять собой теоретическое исследование и выполняться в форме обобщенного научного обзора с анализом новейших научных работ, связанных единой тематикой. Она призвана характеризовать теоретическую подготовку студента по предмету, показать его умение самостоятельно вести научный поиск и ведение научно-исследовательской работы по дисциплине (модулям). Итогом такой работы должны быть обобщающие выводы, имеющие научное или практическое значение. Такая работа может быть рекомендована на студенческую научную конференцию.

Кроме этой работы студент выполняет предложенные ему тесты, отвечает на теоретические вопросы и ведет дневник самоконтроля за состоянием своего здоровья

### 6.4. Критерии оценивания

Описание шкалы оценивания

10 баллов:

- изученный материал изложен полно, определения представлены и изложены, верно;
- ответ показывает понимания материала;
- обучающийся может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только по учебнику и конспекту, но и самостоятельно составленные.

8 баллов:

- изученный материал изложен достаточно полно;
- при ответе допускаются ошибки, заминки, которые обучающийся в состоянии исправить самостоятельно при наводящих вопросах;
- обучающийся затрудняется с ответами на 1–2 дополнительных вопроса.

5 баллов:

- материал изложен неполно, с неточностями в определении понятий и/или формулировке определений;
- материал излагается не последовательно;
- обучающийся не может достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести примеры;
- на 50% дополнительных вопросов обучающимся даны неверные ответы;

3 балла:

- при ответе обнаруживается полное незнание и непонимание изучаемого материала;

- материал излагается неуверенно, беспорядочно;
- даны неверные ответы более чем на 50 % дополнительных вопросов.

**Б. Задание (показ) двигательных умений и навыков**

Критерии оценивания показа двигательных умений и навыков заданного движения оценивается по 30-балльной шкале.

Описание шкалы оценивания двигательных умений и навыков

30 баллов – двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно в надлежащем темпе, легко и четко.

20 баллов – двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений.

10 баллов – двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряженному выполнению.

5 баллов – двигательное действие выполнено неправильно, с грубыми ошибками, неуверенно, нечетко.

**2. Базовый уровень дисциплины (Тестирование уровня теоретических и методических знаний в области прикладной и оздоровительной физической культуры и/или Контрольные нормативы физической подготовленности)**

**А. Тестирование уровня теоретических и методических знаний в области прикладной и оздоровительной физической культуры**

Критерии оценивания результатов 30- балльная

Описание шкалы оценивания

16 – 30 баллов – тест считается выполненным.

0 – 15 баллов – тест считается не выполненным.

**Б. Контрольные нормативы физической подготовленности**

Критерии оценивания компетенций (результатов) и описание шкалы оценивания по 25-балльной шкале:

При оценке нормативов основным являются следующие критерии:

Тесты	Баллы					
	5	4	3	2	1	
Бег 1000 м (мин, сек)		≤5,00	5,01–5,20	5,21–5,40	5,41–6,0	6,01–6,20
Бег 60 м (сек)	до 9,4		9,5–9,6	9,7–9,9	10,0–10,3	10,4–10,7
Прыжки в длину с места (см)	190	189–180	179–168	167–160	159–150	
Поднимание туловища из положения лежа (кол-во раз)		60	59–50	49–40	39–30	29–20
Отжимание от гимнастической скамейки (кол-во раз)		25	24–20	19–15	14–10	5–1

**Контрольные нормативы для оценки физической подготовленности студентов основной группы (мужчины)**

Тесты	Баллы			
	5	4	3	2
1				
Бег 1000 м (мин, сек)	≤3,40	3,41–4,0	4,01–4,20	4,21–4,40
Бег 60 м (сек)	до 7,9	8,0–8,2	8,3–8,4	8,5–8,7
Прыжки в длину с места (см)	250	249–240	239–230	229–220
Подтягивание на перекладине (кол-во раз)	15	14–12	11–9	8–6
В висе поднимание ног до касания перекладины (кол-во раз)		10	9–6	5–3
1				

**3. Продвинутый уровень дисциплины (Реферат и/или Погруженность (вовлеченность) в физкультурно-образовательную среду)**

**А. Письменная работа (реферат)**

Реферат оценивается по 30-балльной шкале.

Оценивается умение найти в отечественной и зарубежной литературе (а также в сети Интернет) и выделить наиболее важные и современные работы по теме, структурировать изложение темы, уровень владения понятиями, качество представления работы, умение ответить на вопросы.

**Описание шкалы оценивания**

30 баллов:

- знание отличаются глубиной и содержательностью, даны логично построенные, полные, исчерпывающие ответы на вопросы;
- обучающийся демонстрирует способность к анализу положений существующих научных теорий, оперирует научными понятиями;
- реферат иллюстрируется примерами из практики, подтверждающими теоретические положения.

20 баллов:

- знания имеют достаточный содержательный уровень; раскрыто содержание работы, однако имеются определенные затруднения в ответе на уточняющие вопросы;
- в реферате имеют место несущественные фактические неточности;
- недостаточно раскрыто содержание реферата.

10 баллов:

- знания имеют фрагментарный характер, имеются определенные неточности и погрешности в формулировках, возникают затруднения при ответе на уточняющие вопросы;
- при ответе на вопросы обучающийся не может обосновать закономерности, принципы, объяснить суть явления;
- обучающимся допущены фактические ошибки;
- обучающийся продемонстрировал слабое умение формулировать выводы и обобщения, приводить примеры практического использования научных знаний.

5 баллов:

- не раскрыто содержание реферата, обнаружено незнание или непонимание сущности вопросов;
- допущены существенные фактические ошибки при ответах на вопросы;
- обучающийся обнаруживает неумение оперировать научной терминологией, незнание положений существующих научных теорий;
- в ответе не приводятся примеры практического использования научных знаний;
- на большую часть вопросов преподавателя студент затрудняется дать ответ или дает неверные ответы;
- из представления реферата видно, что студент слабо ориентируется в тексте.

**Б. Погруженность (вовлеченность) в физкультурно-образовательную среду оценивается по 30-балльной шкале.**

30 баллов – организация спортивно-массового или физкультурно-оздоровительного мероприятия (выступление в качестве организатора);

20 баллов – участие в спортивно-массовых или физкультурно-оздоровительных мероприятиях (в качестве судьи, помощника судьи, арбитра, непосредственного участника, волонтера, комментатора соревнований и т.п.);

10 баллов – содействие в организации (опосредованно) либо в проведении (опосредованно) спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий (в качестве журналиста, фотокорреспондента и т.п.).

**Зачет**

В течение семестра для оценки знаний, умений, навыков, получаемых в ходе изучения дисциплины, применяется балльно-рейтинговая система оценки достижений студента. Оценка «зачтено» проставляется в зачетную книжку и зачетную ведомость по окончании семестра. Для получения зачета студенту необходимо набрать не менее 60 баллов:

1. Показ техники заданного движения.
2. Тестирование базового уровня развития физических качеств.
3. Тестирование уровня теоретических и методических знаний в области физической культуры и спорта.
4. Письменная работа (Реферат).
5. Погруженность в физкультурно-образовательную среду

**7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**7.1. Рекомендуемая литература**

**7.1.1. Основная литература**

	Авторы,	Заглавие	Издательство,	Ресурс
ЛП.1	Ярушин С. А.	Прикладная физическая культура: учебное пособие ( <a href="http://library.csu.ru/rbooks2/view2?code=local/007836/yarushinsa">http://library.csu.ru/rbooks2/view2?code=local/007836/yarushinsa</a> )	Челябинск : Издательство Челябинского государственного университета, 2017	ЭБС
ЛП.2	Письменский И. А., Аллянов Ю. Н.	Физическая культура: учебник для вузов ( <a href="https://urait.ru/bcode/469114">https://urait.ru/bcode/469114</a> )	Москва : Юрайт, 2021	ЭБС

**7.1.2. Дополнительная литература**

	Авторы,	Заглавие	Издательство,	Ресурс
--	---------	----------	---------------	--------

Рабочая программа дисциплины "Прикладная и оздоровительная физическая культура" по направлению подготовки (специальности) "Экономика" направленности (профилю) Бухгалтерский учет и аудит ФГБОУ ВО «ЧелГУ»				стр. 19
	Авторы,	Заглавие	Издательство,	Ресурс
Л2.1	Черкасова И. В., Богданов О. Г.	Лечебная физическая культура в специальной медицинской группе вуза: учебно-методическое пособие ( <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=344711">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=344711</a> )	Москва, Берлин : Директ-Медиа, 2015	ЭБС
Л2.2	Третьякова Н. В., Андрюхина Т. В., Кетриш Е. В.	Теория и методика оздоровительной физической культуры: учебное пособие ( <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=461372">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=461372</a> )	Москва : Спорт, 2016	ЭБС
Л2.3	Капилевич Л. В.	Физиология человека. Спорт: учебное пособие для спо ( <a href="https://urait.ru/bcode/475516">https://urait.ru/bcode/475516</a> )	Москва : Юрайт, 2021	ЭБС
<b>7.1.3. Методические разработки</b>				
	Авторы,	Заглавие	Издательство,	Ресурс
Л3.1	Смирнова В. З., Коняхина Г. П.	Подвижные игры и игровые упражнения как средство развития двигательных способностей в учебном процессе: учебное пособие	Челябинск: [Уральская академия], 2013	
<b>7.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"</b>				
Э1	Лань [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / издательство Лань. – URL: <a href="http://e.lanbook.com/">http://e.lanbook.com/</a>			
Э2	Университетская библиотека онлайн [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / ООО Директмедиа Паблишинг. – URL: <a href="http://biblioclub.ru/">http://biblioclub.ru/</a>			
Э3	Юрайт [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / издательство Юрайт. – URL: <a href="https://biblio-online.ru">https://biblio-online.ru</a> .			
Э4	Znanium.com [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / Научно-издательский центр ИНФРА-М. – URL: <a href="http://znanium.com/">http://znanium.com/</a>			
Э5	eLIBRARY.RU [Электронный ресурс] : электронная библиотека / Науч. электрон. б-ка. – URL: <a href="http://elibrary.ru/defaultx.asp">http://elibrary.ru/defaultx.asp</a>			
Э6	Центральная отраслевая библиотека по Физической культуре и спорту [Электронный ресурс] : [сайт] . - Режим доступа: <a href="http://lib.sportedu.ru">http://lib.sportedu.ru</a>			
<b>7.3 Перечень информационных технологий</b>				
<b>7.3.1 Программное обеспечение</b>				
MS Office365				
MikTex				
Adobe Reader				
Adobe Connect Acrobat				
LMS Moodle				
<b>7.3.2 Профессиональные базы данных и информационно-справочные системы</b>				
1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU ( <a href="https://elibrary.ru/defaultx.asp?">https://elibrary.ru/defaultx.asp?</a> ) eLIBRARY.RU : научная электронная библиотека : сайт. – Москва, 2000 – . – URL: <a href="https://elibrary.ru">https://elibrary.ru</a> . – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.				
2. Консультант Плюс [Электронный ресурс] : справочно-правовая система : база данных / Регион. центр правовой информ. Информправо				
3. Справочник «Информо» ( <a href="http://www.informio.ru/">http://www.informio.ru/</a> ) ИНФОРМИО : электронный справочник [обеспечение всех типов образовательных учреждений нормативными, методическими, научнопрактическими материалами]. – URL: <a href="http://www.informio.ru/">http://www.informio.ru/</a> . – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей ЧелГУ. – Текст : электронный.				
<b>8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>				
Для реализации дисциплины используются учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы.				
Лекционные занятия проводятся в аудиториях, рассчитанных на 100 – 200 обучающихся с возможностью использования мультимедийного оборудования (мультимедийный проектор, проекционный экран, акустическая система, ПК для мультимедийного комплекса).				
Используется электронный читальный зал научной библиотеки ЧелГУ для самостоятельной работы студента, оснащённый персональными компьютерами, мультимедийной аппаратурой. В аудитории обеспечен доступ к различной справочной литературе, энциклопедиям, библиографическим и полнотекстовым базам данных, информационным ресурсам «Интернет».				

Для реализации программы учебной дисциплины имеется в наличии следующие спортивные сооружения с соответствующим набором специального спортивного инвентаря и оборудования для проведения практических занятий:

Игровой спортивный зал – 332 кв. м и спортивная площадка – 336 кв. м.

Оборудование: шведская стенка – 5 шт.; брусья навесные – 1 шт.; стойка волейбольная – 2 шт.; сетка волейбольная – 1 шт.; стол теннисный – 1 шт.; перекладина съемная – 3 шт.; скамья гимнастическая – 8 шт.; канаты гимнастические – 2 шт.; маты гимнастические (татами) – 14 шт.; обручи – 18 шт.; гантели – 9 шт.; гири – 2 шт.; мяч аэробный – 1 шт.; биомеханическая площадка – 2 шт.; обручи – 18 шт.; гантели – 9 шт.; гири – 2 шт.; музыкальный центр – 1 шт.

## 9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1. При изучении данной дисциплины используются лекционные, практические занятия и самостоятельная работа студента. На лекционных занятиях преподаватель излагает основное содержание тем программы.

С целью обеспечения успешного обучения студент должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, в связи с тем, что знакомит с новым учебным материалом; разъясняет учебные элементы, трудные для понимания; систематизирует учебный материал; ориентирует в учебном процессе.

Подготовка к лекции заключается в следующем: внимательно прочитать материал предыдущей лекции; узнать тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора); ознакомиться с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям; постараться уяснить место изучаемой темы в своей профессиональной подготовке; записать возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции.

При подготовке к практическому зачету по дисциплине «Прикладная и оздоровительная физическая культура» еще раз подробно ознакомиться с условиями сдачи зачета, с контрольными нормативами, повторить технику выполнения каждого физического упражнения.

Студенту желательно проявлять активное участие на практических и лекционных занятиях, задавать вопросы, поскольку умение обосновывать свою точку зрения, нахождение компромиссного решения в этически выдержанной дискуссии не только важно для лучшего усвоения материала, но и ценится в реальной жизни.

Подготовка к зачету. К зачету необходимо готовиться целенаправленно, регулярно, систематически и с первых дней обучения по дисциплине. В самом начале учебного курса познакомиться со следующей учебно-методической документацией: программой дисциплины; перечнем знаний и умений, которыми студент должен владеть; контрольными мероприятиями; учебником, учебными пособиями по дисциплине, а также электронными ресурсами.

После этого у студента должно сформироваться четкое представление об объеме и характере знаний и умений, которыми надо будет овладеть по дисциплине. Систематическое выполнение учебной работы на занятиях позволит успешно освоить дисциплину и создать хорошую базу для сдачи зачета.

2. Важным моментом при изучении любой дисциплины является организация самостоятельной работы. К особенностям контроля самостоятельной работы студентов относится выполнение реферативной работы, согласно рекомендуемым темам.

Повышены требования по выбору и формулированию тем реферата, а также к оформлению работ. По согласованию с преподавателем допускается представление реферативной работы в электронном виде, в форме презентаций, видеофильмов, разрешается использование для подготовки работы Интернет-ресурсов с указанием полного URL-адреса первоисточника информации. Возможен самостоятельный выбор студентом темы реферативной работы, согласованной с преподавателем. При очевидных некорректных заимствованиях чужого текста в объеме свыше 40% контрольной работы, выявленных при использовании программы «анти-плагиат» преподаватель имеет право отказать обучающемуся в данной форме контроля.

3. Допускается участие в научно-практических конференциях, где в составе мини-группы студент проводит научные исследования по интересующей его проблеме в области физической культуры и спорта. При самостоятельной работе у обучающихся прививается практика работы с нормативной, специальной литературой, а также навыки самостоятельного научного поиска и исследовательской работы. Такие занятия помогают осуществлять обратную связь и оказывают практическую помощь студентам при подготовке к зачету.

4. В освоении дисциплины «Прикладная и оздоровительная физическая культура» инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья большое значение имеет индивидуальная работа. Под индивидуальной работой подразумевается две формы взаимодействия с преподавателем: индивидуальная учебная работа (консультации), 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 является важным фактором, способствующим индивидуализации обучения и установлению положительного психологического контакта между преподавателем и обучающимся инвалидом или обучающимся с ограниченными возможностями здоровья.

5. Формирование физической культуры студентов, освобожденных от практических занятий физической культурой по состоянию здоровья на длительный срок или на весь период обучения по дисциплине, складывается из расширенного курса теоретической подготовки и самостоятельных занятий. Итогом теоретической подготовки является написание реферативной работы, защита которой происходит в период зачетной сессии. В реферативной работе студент должен показать умение выявлять и формулировать актуальные для теории и практики физической культуры и спорта цели и задачи, анализировать учебную, научную и методическую литературу, материалы, отражающие практику физкультурно-спортивной деятельности, интерпретировать и оформлять результаты

изучаемого материала, делать выводы и давать практические рекомендации по изучаемой теме.

Работа должна включать обоснование выбора темы и ее актуальность, постановку задач, обзор информационных источников, описание методов и результатов исследования, обсуждение полученных данных и библиографический указатель, приложения.

Объем работы должен быть 15–20 страниц стандартизованного текста компьютерной верстки, выполненный в соответствии с ГОСТом.

Кроме этой работы студент выполняет предложенные ему тесты, отвечает на теоретические вопросы и ведет дневник самоконтроля за состоянием своего здоровья.

6. В случае применения при обучении дисциплины электронного обучения, дистанционных образовательных технологий общение обучающихся и преподавателя осуществляется в режиме реального времени (онлайн-лекции (вебинары), чаты, видео-конференции и др.) или отложенного времени (система дистанционного обучения Moodle, MSOffice365, форумы, электронная почта и др.).

При обучении лиц с ограниченными возможностями здоровья электронное обучение, дистанционные образовательные технологии предусматривают возможность приема-передачи информации в доступных для них формах.

Реализация дисциплины с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий (далее – ЭО, ДОТ) осуществляется на основании «Положения о реализации основных и дополнительных образовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Челябинский государственный университет», «Положения о порядке зачета обучающимися по основным профессиональным образовательным программам высшего образования в ФГБОУ ВО «ЧелГУ» результатов освоения в организациях, осуществляющих образовательную деятельность, учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практик, дополнительных образовательных программ» посредством электронной информационно-образовательной среды ФГБОУ ВО «ЧелГУ». В исключительных случаях (форс-мажор и т.п.) при реализации образовательной деятельности с применением ЭО, ДОТ могут применяться компоненты, не входящие в перечень электронной информационно-образовательной среды.

## **10. СПЕЦИАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ОБУЧАЮЩИМИСЯ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ И ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

Освоение дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с использованием специальных технических средств и голо информационных технологий, предоставляемых Ресурсным учебно-методическим центром по обучению инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья ЧелГУ по запросу обучающегося.

1. Мобильные специальные технические средства для лиц с нарушениями зрения: портативный компьютер с вводом/выводом шрифтом Брайля с синтезатором речи «EIBraile-W14J G2»; ноутбуки с программной экранного доступа NVDA; электронные увеличители для удаленного просмотра; видеоувеличители портативные; тифлоплеер; цифровые диктофоны.

2. Мобильные специальные технические средства для лиц с нарушениями слуха: система свободного звукового поля со встроенной совместимостью с FM-устройствами; радиоклассы «Сонет-PCM» с передатчиком, заушным индуктором и индукционной петлей; система информационная для слабослышащих переносная «Исток» А2 со встроенным плеером – звуковым информатором; документ-камера; программируемые слуховые аппараты индивидуального пользования.

3. Ассистивные информационные технологии: программное обеспечение экранного доступа с синтезом речи NVDA; программы экранного увеличения; программы речевого синтеза для компьютеров и ноутбуков; программы речевого синтеза для мобильных устройств; экранная клавиатура; экранная лупа.

При необходимости для обучающихся с нарушениями зрения на рабочих местах для проведения практических или лабораторных занятий устанавливается специальное программное обеспечение (программа речевой навигации NVDA, речевые синтезаторы, экранные лупы).

В учебные аудитории обеспечивается беспрепятственный доступ для обучающихся инвалидов и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. В каждой аудитории, где обучаются инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья, предусматривается соответствующее количество мест для обучающихся с учетом нарушений их здоровья.

Для освоения дисциплины инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется доступ к печатным источникам, имеющимся в научной библиотеке ЧелГУ, с помощью специальных технических средств; доступ к электронным источникам, представленным в форме электронного документа в фонде научной библиотеки ЧелГУ или электронно-библиотечных системах, с помощью специальных технических и программных средств (рабочее место для незрячего пользователя с программным обеспечением экранного доступа с синтезом речи NVDA, рабочее место с компьютерным роллером и клавиатурой CleVu с большими кнопками и с разделяющей клавиши накладкой).

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

Для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом,
- в форме электронного документа,
- в форме аудиофайла,
- в печатной форме шрифтом Брайля.

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.

Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья освоение дисциплины может быть частично или полностью осуществлено с использованием дистанционных образовательных технологий (Moodle, Adobe Connect Pro и пр.).

В освоении дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья используется индивидуальная работа. Под индивидуальной работой подразумевается две формы взаимодействия с преподавателем: индивидуальная учебная работа (консультации), т.е. дополнительное разъяснение учебного материала и углубленное изучение материала с теми обучающимися, которые в этом заинтересованы, и индивидуальная воспитательная работа. Индивидуальные консультации направлены на индивидуализацию обучения и установлению воспитательного контакта между преподавателем и обучающимся инвалидом или обучающимся с ограниченными возможностями здоровья.

При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине обеспечивается выполнение следующих дополнительных требований в зависимости от индивидуальных особенностей, обучающихся:

- а) инструкция по порядку проведения процедуры оценивания предоставляется в доступной форме (устно, в письменной форме, в письменной форме шрифтом Брайля, устно с использованием услуг сурдопереводчика);
- б) доступная форма предоставления заданий оценочных средств (в печатной форме, в печатной форме увеличенным шрифтом, в печатной форме шрифтом Брайля, в форме электронного документа, задания зачитываются ассистентом, задания предоставляются с использованием сурдоперевода);
- в) доступная форма предоставления ответов на задания (письменно на бумаге, набор ответов на компьютере, письменно шрифтом Брайля, с использованием услуг ассистента, устно).

При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями. Эти средства могут быть предоставлены ЧелГУ или могут использоваться собственные технические средства. При необходимости инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на задания, процедура оценивания результатов обучения по дисциплине может проводиться в несколько этапов.

Проведение процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.