МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

**«АРКТИЧЕСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
АГРОТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

Факультет Агротехнологический

Кафедра Физического воспитания и спорта

Регистрационный номер №10-11-1/51

Лечебная физическая культура

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Закреплена за кафедрой Физического воспитания и спорта
Учебный план b210302_23_1_Зем.plx.plx 21.03.02 Землеустройство и кадастры
Квалификация Направление - Землеустройство и кадастры
Форма обучения очная
Общая трудоемкость / ЗЕТ 0 ЗЕТ
Часов по учебному плану 328
в том числе:
аудиторные занятия 328
самостоятельная работа 0

Виды контроля в семестрах:
зачеты 1,2,3,4,5,6

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	**1 (1.1)**		**2 (1.2)**		**3 (2.1)**		**4 (2.2)**		**5 (3.1)**		**6 (3.2)**		Итого	
Недель	14 5/6		20 1/6		14 5/6		19 1/6		15 2/6		14 2/6			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП
Практические	44	44	60	60	44	44	56	56	60	60	64	64	328	328
Итого ауд.	44	44	60	60	44	44	56	56	60	60	64	64	328	328
Контактная работа	44	44	60	60	44	44	56	56	60	60	64	64	328	328
Итого	44	44	60	60	44	44	56	56	60	60	64	64	328	328

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствие с требованиями федерального государственного образовательного стандарта высшего образования, утвержденного Приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от «25» августа 2020 г. №59429.

Составлена на основании учебного плана: 21.03.02 Землеустройство и кадастры, утвержденного ученым советом вуза от «10» апреля 2023 г. протокол №6.

Разработчик (и) РПД: старший преподаватель, Молукова С.Р. /_____

Рабочая программа дисциплины одобрена на заседании кафедры Физическое воспитание и спорт

Зав. кафедрой Платонов Д.Н. _____ / Д.Н. Платонов /
подпись фамилия, имя, отчество

Протокол от «25» 05 2023 г. №34

Зав. профилирующей кафедрой _____ / Старостина А.А. /
подпись фамилия, имя, отчество

Протокол заседания кафедры № 29 от «05» 06 2023 г.

Председатель МК факультета _____ / Петрова Н.И. /
подпись фамилия, имя, отчество

Протокол заседания МК факультета №10 от «09» 06 2023 г.

Декан факультета _____ / Слепцова М.В. /
подпись фамилия, имя, отчество

«09» 06 2023 г.

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель МК
05 09 2024 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена
для исполнения в 2024/2025 учебном году на заседании кафедры
Землеустройства и ландшафтной архитектуры

Протокол от 03 09 2024 г. №2
Зав.кафедрой Федорова Т.Н.

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель МК
20 05 2025 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена
для исполнения в 2025/2026 учебном году на заседании кафедры
Землеустройства и ландшафтной архитектуры

Протокол от 19 05 2025 г. №35Р
Зав.кафедрой Федорова Т.Н.

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель МК
19 05 2026 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена
для исполнения в 2026/2027 учебном году на заседании кафедры
Землеустройства и ландшафтной архитектуры

Протокол от 18 05 2026 г. №42
Зав.кафедрой Горшков И.И.

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель МК
____ _____ 202__ г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена
для исполнения в 20__/20__ учебном году на заседании кафедры
Землеустройства и ландшафтной архитектуры

Протокол от __ _____ 20__ г. №__
Зав.кафедрой _____

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

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

Краткое содержание дисциплины: Преподавание учебной дисциплины "Лечебная физическая культура" строится на следующих разделах и подразделах программы:

- практическом, состоящем из двух подразделов: методико-практического, обеспечивающего овладение методами и способами физкультурно-спортивной деятельности для достижения учебных, жизненных целей личности, и учебно-тренировочного, содействующего приобретению опыта, творческой практической деятельности, развития самодеятельности в физической культуре и спорте в целях достижения физического совершенства, повышения уровня функциональных и двигательных способностей, направленному формированию качеств и свойств личности;

- контрольном, определяющем дифференцированный и объективный учет процесса и результатов учебной деятельности студентов.

2.ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

Формируемые компетенции:

УК-7.1: Рассматривает нормы здорового образа жизни как основу для полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Знать:

- имеет общее представление о физической культуре;

Уметь:

- роль физической культуры в развитии человека и подготовке специалиста;
основы физической культуры и здорового образа жизни, систему практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических
способностей и качеств (с выполнением установленных нормативов по общей физической и спортивно – технической подготовке);

Владеть:

- фрагментарное владение средствами совершенствования и оздоровления организма;

УК-7.2: Выбирает и использует здоровьесберегающие приемы физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности.

Знать:

- имеет общее представление об основах физической культуры и здорового образа жизни

Уметь:

- роль физической культуры в развитии человека и подготовке специалиста;
основы физической культуры и здорового образа жизни, систему практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических
способностей и качеств (с выполнением установленных нормативов по общей физической и спортивно – технической подготовке);

Владеть:

- имеет навыки использования физических упражнений для укрепления и восстановления здоровья, но недостаточно для развития и совершенствования физических качеств, силы, быстроты, гибкости;

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

2.1	**Знать:**
2.1.1	-роль физической культуры в развитии человека и подготовке специалиста;
2.1.2	-основы физической культуры и здорового образа жизни, систему практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических
2.1.3	-способностей и качеств (с выполнением установленных нормативов по общей физической и спортивно – технической подготовке);
2.2	**Уметь:**
2.2.1	- использовать опыт физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных и профессиональных целей;
2.2.2	- применять средства физической культуры для профилактики, оздоровления и реабилитации человека;

2.2.3	- применять методы первой помощи;
2.2.4	- определять физическое состояние здоровья посредством определения артериального давления, пульса, частоты дыхания
2.3	**Владеть:**
2.3.1	- средствами совершенствования и оздоровления организма;
2.3.2	- навыками использования физических упражнений для укрепления и восстановления здоровья, развития и совершенствования физических качеств, силы, быстроты,гибкости;
2.3.3	- ведения дневника самоконтроля.

3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	
Цикл (раздел) ООП:	Б1.В.ДВ.04
3.1	**Требования к предварительной подготовке обучающегося:**
3.1.1	Для успешного освоения дисциплины студент должен иметь базовую подготовку в объеме программы средней школы по физической культуре освоения дисциплины «Физическая культура» является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической
3.1.2	Общая физическая подготовка
3.1.3	Спортивные секции
3.1.4	Общая физическая подготовка
3.1.5	Спортивные секции
3.2	**Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:**
3.2.1	Изучение дисциплины необходимо для успешного освоения дисциплин профессионального цикла и практик, формирующих компетенции
3.2.2	Формирование знаний, умений и навыков Физической культуры личности для сохранения и укрепления здоровья.
3.2.3	
3.2.4	Общая физическая подготовка
3.2.5	Спортивные секции
3.2.6	Физическая культура и спорт
3.2.7	Общая физическая подготовка
3.2.8	Спортивные секции
3.2.9	Физическая культура и спорт

4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦАХ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ, ВЫДЕЛЕННЫХ НА КОНТАКТНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ПРЕПОДАВАТЕЛЕМ (ПО ВИДАМ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ) И НА САМОСТОЯТЕЛЬНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	**1 (1.1)**		**2 (1.2)**		**3 (2.1)**		**4 (2.2)**		**5 (3.1)**		**6 (3.2)**		Итого	
Недель	14 5/6		19 4/6		14 5/6		19 1/6		14 2/6		14			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП
Практические	44	44	60	60	44	44	56	56	60	60	64	64	328	328
Итого ауд.	44	44	60	60	44	44	56	56	60	60	64	64	328	328
Контактная работа	44	44	60	60	44	44	56	56	60	60	64	64	328	328
Итого	44	44	60	60	44	44	56	56	60	60	64	64	328	328

Общая трудоемкость дисциплины (з.е.) **0 ЗЕТ**

5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ), СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ) С УКАЗАНИЕМ ОТВЕДЕННОГО НА НИХ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ И ВИДОВ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)						
Код занятия	**Наименование разделов и тем /вид занятия/**	**Семестр / Курс**	**Часов**	**Компетенции**	**Литература**	**в том числе часы по практической подготовке (при наличии в учебном плане)**
	Раздел 1.Введение. Общие основы					
1.1	Введение. Общие основы ЛФК и массажа /Пр/	1	8	УК-7.1 УК -7.2	Л1.1	
1.2	Понятие о лечебной физической	1	8	УК-7.1 УК -7.2	Л1.1	
1.3	Основные этапы становления и развития ЛФК в	1	12	УК-7.1 УК -7.2	Л1.1	
1.4	Использование физических упражнений в профилактике и лечении заболеваний, осложнений, в	1	8	УК-7.1 УК -7.2	Л1.1	
1.5	Показания и противопоказания к применению	1	8	УК-7.1 УК -7.2	Л1.1	
1.6	Клинико-физиологическое обоснование лечебного действия физических	2	10	УК-7.1 УК -7.2	Л1.1	
1.7	Механизм лечебного действия	2	10	УК-7.1 УК -7.2	Л1.1	
1.8	Средства ЛФК. Классификация физических	2	10	УК-7.1 УК -7.2	Л1.1	
1.9	Формы занятий ЛФК:лечебная гимнастика, утренняя гигиеническая	2	10	УК-7.1 УК -7.2	Л1.1	
1.10	Методы ЛФК: строго регламентированн	2	10	УК-7.1 УК -7.2	Л1.1	
1.11	Место массажа в системе физической	2	10	УК-7.1 УК -7.2	Л1.1	
	Раздел 2.ЛФК и массаж при травмах и					
2.1	Характеристика травм опорно-двигательного аппарата (ОДА) и их основные	3	8	УК-7.1 УК -7.2	Л1.1	

2.2	Механизмы лечебного действия	3	8	УК-7.1 УК -7.2	Л1.1	
2.3	Особенности методики ЛФК и массажа при	3	8	УК-7.1 УК -7.2	Л1.1	
2.4	Особенности методики ЛФК при повреждении мягких тканей (мышц, связок, сухожилий), при переломах костей	3	8	УК-7.1 УК -7.2	Л1.1	
2.5	Понятие об осанке. /Пр/	3	6	УК-7.1 УК -7.2	Л1.1	
2.6	Классификация нарушений осанки. Краткая клиническая характеристика	3	6	УК-7.1 УК -7.2	Л1.1	
2.7	Методика ЛФК и массажа при нарушениях осанки и	4	12	УК-7.1 УК -7.2	Л1.1	
2.8	Профилактика нарушений осанки. /Пр/	4	12	УК-7.1 УК -7.2	Л1.1	
2.9	Сколиотическая болезнь. Виды сколиоза. /Пр/	4	12	УК-7.1 УК -7.2	Л1.1	
2.10	Особенности методики ЛФК и массажа в	4	10	УК-7.1 УК -7.2	Л1.1	
2.11	Понятие о плоскостопии Методика ЛФК и массажа при плоскостопии, ее	4	10	УК-7.1 УК -7.2	Л1.1	
	Раздел 3.ЛФК при ожогах и отморожениях					
3.1	Ожоги и отморожения, их этиология,	5	6	УК-7.1 УК -7.2	Л1.1	
3.2	Методы лечения. /Пр/	5	6	УК-7.1 УК -7.2	Л1.1	
3.3	Основные механизмы лечебного действия	5	6	УК-7.1 УК -7.2	Л1.1	
3.4	Особенности методики ЛФК в зависимости от клинического течения ожогов,	5	6	УК-7.1 УК -7.2	Л1.1	
	Раздел 4.ЛФК при ампутациях					
4.1	Понятие об ампутации /Пр/	5	6	УК-7.1 УК -7.2	Л1.1	

4.2	Причины, вызывающие ампутацию.	5	8	УК-7.1 УК -7.2	Л1.1	
4.3	Механизмы лечебного действия	5	8	УК-7.1 УК -7.2	Л1.1	
4.4	Методика ЛФК в разные периоды лечения после ампутации, а также в зависимости от уровня и вида	5	8	УК-7.1 УК -7.2	Л1.1	
4.5	Роль ЛФК в реабилитации больных после	5	6	УК-7.1 УК -7.2	Л1.1	
	Раздел 5.ЛФК и массаж при заболеваниях и					
5.1	Краткие данные о проявлениях заболеваний и	6	6	УК-7.1 УК -7.2	Л1.1	
5.2	Расстройства движений (спастические и вялые параличи, гиперкинезы), чувствительности, функций	6	6	УК-7.1 УК -7.2	Л1.1	
5.3	Понятие об основных поражениях	6	6	УК-7.1 УК -7.2	Л1.1	
5.4	Основные клинические данные о нарушениях мозгового	6	6	УК-7.1 УК -7.2	Л1.1	
5.5	Задачи и особенности методики ЛФК и	6	6	УК-7.1 УК -7.2	Л1.1	
5.6	Классификация и характеристика средств ЛФК: лечение положением, пассивные упражнения, схема восстановления и характеристика активных	6	6	УК-7.1 УК -7.2	Л1.1	
	Раздел 6.ЛФК и массаж при заболеваниях					
6.1	Краткие данные об этиологии, патогенезе и основных симптомах заболеваний сердечно-сосудистой системы (ишемическая	6	6	УК-7.1 УК -7.2	Л1.1	

6.2	Показания и противопоказания к назначению ЛФК /Пр/	6	6	УК-7.1 УК -7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3	
6.3	Механизмы лечебного действия физических упражнений при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. /Пр/	6	8	УК-7.1 УК -7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3	
6.4	Особенности методики ЛФК в зависимости от вида и тяжести сердечно-сосудистой патологии. /Пр/	6	8	УК-7.1 УК -7.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3	

6. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

Фонд оценочных средств для текущего контроля и промежуточной аттестации прилагается к рабочей программе дисциплины в приложении №1.

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

7.1. Перечень учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

7.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Пожидаев В.П.	Физическая культура: Методические рекомендации	Изд-во: Тверская государственная сельскохозяйственная академия: Лань; Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/134200, 2019.

7.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Н. И. Лавриненко, И. Е. Прокофьев, В. И. Лавриненко.	Общая физическая подготовка в системе высшего образовательного учреждения	Изд-во: Елецкий государственный университет им. И. А. Бунина; Лань; Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/393290, 2023

7.3. Комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства

7.3.1	Adobe Reader
7.3.2	MathCad (бесплатная версия)
7.3.3	AvtoCad
7.3.4	MicrosoftOffice 2016

7.4. Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

7.4.1	Портал «Нормативные правовые акты в Российской Федерации» Министерства
7.4.2	юстиции РФ
7.4.3	Федеральный портал "Российское образование"
7.4.4	Информационно-правовой портал «Гарант» компании
7.4.5	Справочно-правовая система Консультант Плюс, версия Проф

8. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ (перечень учебных помещений, оснащенных оборудованием и техническими средствами обучения)

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

При обучении по дисциплине используется система, поддерживающая дистанционное образование - «Moodle» (moodle.ysaa.ru), ориентированная на организацию дистанционных курсов, а также на организацию взаимодействия между преподавателем и обучающимися посредством интерактивных обучающих элементов курса.
Для обучающихся лиц предоставляются:
- учебные пособия, методические указания в печатной форме (раздел 11. настоящей рабочей программы);
- учебные пособия, методические указания в форме электронного документа (раздел 12. настоящей рабочей программы);
- печатные издания (раздел 11 настоящей рабочей программы).

- 2.102: Аудитория для занятий лекционного типа, семинарского типа, для групповых и индивидуальных консультаций, для текущего контроля и промежуточной аттестации.
- Спортивный зал.

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Методические рекомендации преподавателю: Преподавание учебной дисциплины «ЛФК » должно вестись в соответствии с ФГОС. Преподаватель обязан знать все теоретические разделы курса,
уметь доходчиво объяснять студентам основные принципы, средства и методы лечебных физических упражнений, а также их физиологического действия на организм, системы и органы. В педагогической деятельности преподаватель должен опираться на современные знания, для чего необходимо использовать при подготовке к аудиторным занятиям не только классические учебники, но и современные подходы к ЛФК, стремиться не к тривиальной передаче знаний студентам, а к управлению их учением.
При реализации рабочей программы следует соблюдать логические связи между отдельными темами и разделами данной дисциплины, четко структурировать материал, опираться на дидактические единицы и использовать специфическую терминологию.
Методология подготовки преподавателя к аудиторным занятиям должна осуществляется в три этапа: диагностика – наблюдая, оценивать уровень мотивации студентов, степень их познавательного интереса, способности и возможности; прогнозирование – определение возможного развития событий во время занятия (например, вопросы, требующие дополнительных разъяснений или показа и пр.); проектирование – составление сценария учебного занятия (замысел, цель, содержание, средства, этапы: вступление, основная часть, заключение). Все это в определенной мере относится к организации проведения лекций и практикумов. До начала занятий преподаватель обязан разработать методические указания, апробировать их, обеспечить место занятий. Студентам под началом преподавателя предлагается выполнить самостоятельно весь перечень практикумов.
Самостоятельная работа студентов (СРС) в тесной связи с аудиторными занятиями представляется одним из важнейших средств организации учебно-воспитательного процесса и управления им. Для организации СРС необходимо создавать комплексные системы средств, форм и методов обучения, включающие все виды учебного процесса, внеучебные мероприятия и виды работ (контрольные, рефераты, курсовые, дипломные проекты и пр.).
Все задания предметной подготовки (аудиторные занятия и СРС) должны иметь однотипную структуру (тема, цель, задачи, содержание, нормирование, форма отчета и список необходимой литературы), а также преследовать получение студентом профессионально необходимых знаний, умений и навыков. Преподаватель лишь организует познавательную деятельность студентов, само же познание осуществляет сам студент. Эта работа четко планируется преподавателем в соответствии с задачами: определить полный объем информации по дисциплине, выносимой на самостоятельную работу; установить оптимальный объем информации, подлежащей оперативному и текущему контролю (задание, тема, раздел, количество глав учебника,
конспекты и др.); определить периодичность текущего и промежуточного (этапного)контроля знаний, средства и методы контроля.
Определяющим фактором успешности управления СРС является информация,предполагающая прямую и обратную связь между преподавателем и студентом.
Прямая связь осуществляется по схеме: программа СРС – нормирование – планирование – организационно-методическое обеспечение – состояние обучаемого –результативность самостоятельной работы.
Обратная связь – информация, идущая от студента (как объекта управления) к преподавателю (как управляющего элемента системы СРС).
Контроль за СРС осуществляется по двум направлениям:
- первое – заключается в получении объективной информации о состоянии системы планирования, организационно-методического обеспечения и руководства СРС;
- второе – в объективной оценке качества и прочности усвоения материала студентом по учебной дисциплине. Этот контроль должен быть систематическим при использовании разных форм
Методические рекомендации студентам: Начальный этап изучения курса «Лечебная физическая культура» предполагает обязательное повторение студентом материалов курсов анатомии и
физиологии человека: о строении и функции висцеральных систем, нервно-мышечного аппарата, кровообращения и лимфообращения, ЦНС и периферической нервной системы, учение о висцеро-моторных и моторно-висцеральных рефлексах. Необходимо также повторить разделы спортивной медицины: травмы в спорте, нозологию заболеваний, медицинский контроль в спорте.
При освоении теоретического материала по ЛФК студент должен осознавать практическую значимость дисциплины, опираясь на базисные принципы функциональных систем.
Программа данной дисциплины предусматривает прохождение теоретического
и практического разделов по лечебной физкультуре. На лекциях рассматриваются основные принципы, средства и методы лечебной физической культуры и массажа. Студент не должен является пассивным слушателем, а быть активным объектом восприятия информации, экстраполируя ее на практическую деятельность.
Для этого необходима систематическая самостоятельная работа студента (СРС) с
основной и дополнительной литературой, рекомендованной преподавателем.
На практических занятиях студент должен получить навыки составления конспектов по лечебной гимнастике для лиц с разными заболеваниями, травмами, особенностями отклонений состояния опорно-двигательного аппарата, систем дыхания и кровообращения от нормы, в том числе в зависимости от возраста и пола. Кроме этого необходимо получить практические навыки проведения лечебной гимнастики.
Каждый из видов практического занятия должен заканчиваться зачетным выполнением задач ЛФК.
Студент должен проникнуться пониманием того, СРС завершает задачи всех других видов аудиторной деятельности. В узком смысле СРС – это чтение и конспектирование первоисточников, учебников, дополнительной литературы, собственных конспектов при подготовке к лекциям и практическим занятиям, собеседованиям, зачетам и экзаменам, а также выполнение контрольных, реферативных и курсовых работ, вплоть до подготовки выпускной квалификационной работы. В широком смысле в СРС входит осмысление вопросов учебной программы, формирование и закрепление убеждений и в конечном результате – целостное формирование специалиста.

10. ПРИЛОЖЕНИЕ

10.1.Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).
10.2.Методические рекомендации (указания) по выполнению лабораторных (практических) работ.
10.3.Методические рекомендации (указания) по выполнению контрольных работ.
10.4.Методические рекомендации по выполнению самостоятельной работы студентов.
10.5.Методические указания по выполнению курсовой работы (проекта)
10.6.Материалы по реализации учебной дисциплины для студентов-инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (по необходимости).
10.7.Учебник, учебное пособие, курс лекций, конспект лекций (по усмотрению преподавателя).
10.8.Учебная программа дисциплины (по усмотрению преподавателя).
10.9.Другие методические материалы (по усмотрению кафедры).

МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«АРКТИЧЕСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРОТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО Арктический ГАТУ)
Факультет Агротехнологический
Кафедра Физического воспитания и спорта

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

для проведения промежуточной аттестации обучающихся

Дисциплина (модуль): Б1.В.04.03 Лечебная физическая культура

Направление подготовки: 21.03.02 «Землеустройство и кадастры»

Направленность (профиль): Управление земельными ресурсами и недвижимостью

Квалификация выпускника: бакалавр

Общая трудоемкость / ЗЕТ: 328 / 0

Якутск 2023 г.

Фонд оценочных средств составлен в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки/специальности «Землеустройство и кадастры», утвержденного Приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от «25» августа 2020 г. №59429.

Разработчик(и): ст. преподаватель, Молукова С.Р.
(степень, звание, фамилия, имя, отчество)

Зав. кафедрой разработчика программы _____ / О.И. Пилипенко
подпись фамилия, имя, отчество

Протокол заседания кафедры № 34 от «29» 05 2023 г.

Зав.профилирующей кафедрой _____ / Старостина А.А.
подпись фамилия, имя, отчество

Протокол заседания кафедры № 29 от «05» 06 2023 г.

Председатель МК факультета _____ / Петрова Н.И.
подпись фамилия, имя, отчество

Протокол заседания МК факультета № 10 от «09» 06 2023 г.

Декан факультета _____ / Слепцова М.В.
подпись фамилия, имя, отчество

«09» 06 2023 г.

1. ПЕРЕЧЕНЬ КОМПЕТЕНЦИЙ И ИНДИКАТОРОВ ДОСТИЖЕНИЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Категория компетенций	Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции
1	2	3
...	УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	*ИД-1 УК-7* Рассматривает нормы здорового образа жизни как основу для полноценной социальной и профессиональной деятельности
		ИД-2 УК-7 Выбирает и использует здоровьесберегающие приемы физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ) И ПРОЦЕДУРА ОЦЕНИВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

Код компетен-ции	Код индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Процедура оценивания компетенций (формы контроля)
2	3		
УК-7	*ИД-1 УК-7*	Знать:Знать рассматривать нормы здорового образа жизни как основу полноценной социальной и профессиональной деятельности Уметь: Уметь рассматривать нормы здорового образа жизни как основу полноценной социальной и профессиональной деятельности Владеть: Владеть рассматривать нормы здорового образа жизни как основу полноценной социальной и профессиональной деятельности	**Текущий контроль:** *Тестирование, , Контрольная работа (опрос, Защита реферата,* ... **Промежуточная аттестация:** *Зачет*
	ИД-2 УК-7	Знать: Знает выбирает и использует здоровьесберегающую приемы физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности Уметь: Умеет выбирает и использует здоровьесберегающую приемы физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности Владеть: Владеет выбирает и использует здоровьесберегающую приемы физической культуры для укрепления организма в целях осуществления полноценной профессиональной и другой деятельности	

3. ШКАЛА ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ И КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ

Уровни освоения	Критерии оценивания	Шкала оценивания результатов (баллы, оценки)
Не освоены	Студент имеет разрозненные и несистематизированные знания учебного материала, не умеет выделять главное и второстепенное, допускает ошибки в определении основных понятий, искажает их смысл, не может самостоятельно излагать материал. Студент демонстрирует выполнение практических навыков и умений с грубыми ошибками.	0 – 60 балл. 2 (неудовлетво-рительно) Не зачтено
Пороговый	Студент освоил основные положения темы учебного занятия, однако при изложении учебного материала допускает неточности, излагает его неполно и непоследовательно, для изложения нуждается в наводящих вопросах со стороны преподавателя, испытывает сложности с обоснованием высказанных суждений. Студент владеет лишь некоторыми практическими навыками умениями.	61 – 75 балл. 3 (удовлетвори тельно) Зачтено
Базовый	Студент освоил учебный материал в полном объёме, хорошо ориентируется в учебном материале, излагает материал в логической последовательности, однако при ответе допускает неточности. Студент освоил полностью практические навыки и умения, предусмотренные рабочей программой дисциплины, однако допускает некоторые неточности.	76 – 85 балл. 4 (хорошо) Зачтено
Высокий	Студент показывает глубокие и полные знания учебного материала, при изложении не допускает неточностей и искажения фактов, излагает материал в логической последовательности, хорошо ориентируется в излагаемом материале, может дать обоснование высказываемым суждениям. Студент освоил полностью практические навыки и умения, предусмотренные рабочей программой дисциплины.	86 – 100 балл. 5 (отлично) Зачтено

4. ТИПОВЫЕ КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ И (ИЛИ) ИНЫЕ МАТЕРИАЛЫ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ И НАВЫКОВ В ПРОЦЕССЕ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Перечень оцениваемых компетенций - *УК-7 (УК-7, ИД-1 ИД-2)*

Тестовые вопросы
Оцениваемые компетенции - УК-7

Физическая культура это:

1) часть общей культуры, призванная развивать и совершенствовать физическое состояние человека;

2) * часть общей культуры, совокупность материальных и духовных ценностей в сфере

двигательной деятельности человека;
3) наука о природе двигательной деятельности человека.
2. Какова средняя величина частоты сердечных сокращений у студента основной медицинской группы в спокойном состоянии:
1) 30 уд/мин.; 2)* 70 уд/мин.; 3) 100 уд/мин.
3. Сила это:
1) * способность мышечным напряжением преодолевать механическое и биомеханическое сопротивление, обеспечивая эффективное выполнение двигательного действия;
2) способность мышечными усилиями противостоять внешнему сопротивлению;
3) способность поднять большой груз.
4. Занятия физическими упражнениями отличаются от трудовых действий:
1) интенсивностью; 2)* задачами; 3) местом проведения.
5. К объективным показателям самоконтроля относится:
1) * частота сердечных сокращений; 2) самочувствие; 3) аппетит.

Ключ

1	2	3	4	5
2	2	1	2	1

Реферат - это краткое изложение в письменном виде содержания и результатов индивидуальной учебно-исследовательской деятельности, имеет регламентированную структуру, содержание и оформление. Его задачами являются:

1. Формирование умений самостоятельной работы студентов с источниками литературы, их систематизация;

2. Развитие навыков логического мышления;

3. Углубление теоретических знаний по проблеме исследования.

Рекомендуемые темы рефератов

1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. Физическое воспитание в вузе.

2. Организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система. Краткая характеристика функциональных систем организма (костной, мышечной, сердечно-сосудистой, дыхательной, пищеварительной, выделительной, сенсорных).

3. Функциональная активность человека и взаимосвязь физической и умственной деятельности. Утомление при физической и умственной работе. Пути восстановления работоспособности.

4. Физиологические основы занятий физическими упражнениями.

5. Понятие «здоровье», его содержание и критерии. Факторы, влияющие на здоровье.

6. Образ жизни студентов и его влияние на здоровье. Здоровый образ жизни студента и его составляющие (режим труда и отдыха, организация сна, режим питания, организация двигательной активности, профилактика вредных привычек и др.).

7. Закаливание как средство укрепления здоровья (механизм закаливания; принципы и правила процесса закаливания; закаливающие факторы)

8. Работоспособность студентов и влияние на нее различных факторов. Средства физической культуры в регулировании работоспособности и профилактике утомления.

9. Принципы физического воспитания (сознательности и активности, наглядности, доступности, систематичности, динамичности).

10. Средства и методы физического воспитания.

11. Основы обучения движениям. Этапы обучения.

12. Общая характеристика физических качеств. Взаимосвязь физических качеств.

13. Сила и методика ее развития.

14. Быстрота и методика ее развития.

15. Выносливость и методика ее развития.

16. Ловкость и методика ее развития.

17. Гибкость и методика ее развития.

18. Общая физическая подготовка (ОФП) и специальная физическая подготовка (СФП) в системе физического воспитания.

Перечень зачетных вопросов (заданий)

Цель и задачи физической культуры.
Система физического воспитания студентов в России.
Функции физической культуры.
Характеристика составных частей физической культуры: физическое воспитание, спорт, физическая рекреация, физическая реабилитация.
Требования к организации учебных занятий по физической культуре.
Дайте общую оценку физического развития по большинству оценок антропометрических показателей.
Раскройте тип телосложения и оценку осанки.
Укажите конкретные недостатки, выявленные методами соматоскопии, антропометрии.
Сформулируйте рекомендации:
по устранению выявленных недостатков средствами и методами основного вида спорта и дополнительными упражнениями;
по выбору средств и способов повышения физического развития применительно к избранному виду спорта.
Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. Физическое воспитание в вузе.
Организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система. Краткая характеристика функциональных систем организма (костной, мышечной, сердечно-сосудистой, дыхательной, пищеварительной, выделительной, сенсорных).

Функциональная активность человека и взаимосвязь физической и умственной деятельности. Утомление при физической и умственной работе. Пути восстановления работоспособности. Физиологические основы занятий физическими упражнениями.
Понятие «здоровье», его содержание и критерии. Факторы, влияющие на здоровье. занимающихся физическими упражнениями. Самоконтроль.

4.1. ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ

ТЕСТЫ

Для оценки компетенции *УК-7*:
Ключи к правильным ответам

1. 2 2. 2 3. 2 4. 1 5. 1 6. 2 7. 3 8. 2 9. 1 10.2 11.3 12.3
13.1 14.2 15.1 16.2 17.3 18.1 19.2 20.2 21.2 22.2 23.3 24.2 25.3
26.3 27.1 28.1 29.2 30.1 31.2 32.1 33.2 34.2 35.1 36.2 37.2 38.2
39.3 40.1 41.1 42.3 43.1 44.1 45.1 46.1 47.1 48.1 49.2 50.1

K = K – коэффициент усвоения, A – число правильных ответов, P – общее число вопросов в тесте.
5 = 0,91-1
4 = 0,76-0,9
3 = 0,61-0,75
2 = 0,6

…

Критерии оценивания:
За правильное решение теста ставится оценка «5», при этом студент показывает повышенный уровень в овладении материалом. Если в ходе решения теста студентом допущены несколько недочетов или сделана одна грубая ошибка, то ставится оценка «4». Если допущены 2 ошибки, из перечисленных выше, либо при решении допущено 2 ошибки то ставится оценка «3». Если допущены 3 и более ошибок, из перечисленных выше, либо правильно выполнено только одно задание, то ставится оценка «2».

ГОСТ реферата и его оформление 2023 года

В учебном процессе как части научного все строго регламентировано и структурировано. Все подчиняется определенным правилам и требованиям. Существует и ГОСТ реферата, и его оформление 2023 строго этим требованиям подчинено. В данной статье рассматриваем самое основное.

Если у вас остаются вопросы или не удается самостоятельно подготовить качественную работу (дело это совсем нелегкое!), то всегда имеете возможность обратиться за помощью к нашим опытным авторам, которые все знают об этом виде работ и готовы

подставить свое «научное» плечо в любой момент – написание, оформление всей работы или отдельных ее частей!

ГОСТ реферата и его оформление 2023: с чего начинаем?

Начинать оформление необходимо с проверки, все ли элементы присутствуют в «теле» работы. Итак, ее структура вмещает обязательные компоненты:

Титульный лист (о первой странице рассказываем в отдельной статье, поэтому на ней не останавливаемся). Ее оформление оставляют на последний момент. Страница не нумеруется, но считается 1;

План (содержание)– это страница 2, не нумеруется. В начале работы набрасываете черновой вариант, по ходу знакомства с источниками корректируете. В конце это готовый элемент, который имеет свой образец оформления (об этом рассказываем в специальной статье);

Вступительная часть (введение)– страница 3, с нее начинается сквозная нумерация всей работы арабскими цифрами (заметьте, каждый структурный элемент начинается с новой страницы!). Стандартный объем – 1-2 страницы. В этой части важно поведать об актуальности исследованной вами темы и какой результат намерены достичь в ходе работы над ней;

Главы основной части – обычно начинаются со страницы 5 и занимают объем аж до 20-25 страницы (то есть 15-20). Конечно, в работе может быть единственная часть, тогда деления на главы не будет. Это в том случае, если сама по себе тема узконаправленная и много по ней без повторений сказать нечего.

В обратном случае необходимо основную часть работы делить на главы (главы по возможности – на параграфы и т.д.). Для чего?

Во-первых, читать легче проверяющему. Во-вторых, вы таким образом структурируете свою работу, придавая ей научной четкости, логичности и последовательности.

Вы раскрываете суть темы, все нюансы проблематики и рассматриваете возможные варианты ее решения. И помните, чем больше параграфов (подпунктов глав) будет включать эта часть, тем лучше. Преподаватель сразу для себя отмечает, что тема проработана. Не лишними в основной части будут несколько иллюстраций или таблиц, отражающих суть проблемы.

ГОСТ реферата и его оформление 2023: чем заканчиваем?

Выводы (заключительный раздел работы) – занимают обычно одну страницу. Они могут быть изложены по пунктам, что достаточно удобно. То есть перечисляете, достигли ли цели работы, какие задачи (обозначены во введении) и насколько успешно были выполнены, к каким выводам пришли и каким образом предлагаете решить изучаемую проблему. Тут излагаете максимум фактов и минимум воды.

Список использованной литературы. Он должен включать не менее 5-10 источников 5-7-летней давности, не старше. Среди них обязательно должны быть тематические статьи, возможны учебники.

ГОСТ реферата и его оформление 2023: непосредственно об организации текста

В отношении «технических моментов» оформления текстов главное запомнить один раз и надолго следующее (эти положения относятся ко всем видам научных работ):

Заголовки (абсолютно все) выделяются жирным шрифтом, основной текст – «ровный», без выделений;

Шрифт самый читабельный и принимаемый всеми «машинами» — Times New Roman (кегль 14), интервал межстрочный 1,5;

Границы страницы (в миллиметрах): левая – 30, правая – 10, верхняя и нижняя – 20, абзацный отступ 1,25

Реферат - это краткое изложение в письменном виде содержания и результатов индивидуальной учебно-исследовательской деятельности, имеет регламентированную структуру, содержание и оформление. Его задачами являются:

1. Формирование умений самостоятельной работы студентов с источниками литературы, их систематизация;

2. Развитие навыков логического мышления;

3. Углубление теоретических знаний по проблеме исследования.

Текст реферата должен содержать аргументированное изложение определенной темы. Реферат должен быть структурирован (по главам, разделам, параграфам) и включать разделы: введение, основная часть, заключение, список используемых источников. В зависимости от тематики реферата к нему могут быть оформлены приложения, содержащие документы, иллюстрации, таблицы, схемы и т. д.

Критерии оценивания реферата:
Новизна текста: а) актуальность темы исследования; б) новизна и самостоятельность в постановке проблемы, формулирование нового аспекта известной проблемы в установлении новых связей (межпредметных, внутрипредметных, интеграционных); в) умение работать с исследованиями, критической литературой, систематизировать и структурировать материал; г) явленность авторской позиции, самостоятельность оценок и суждений; д) стилевое единство текста, единство жанровых черт.
Степень раскрытия сущности вопроса: а) соответствие плана теме реферата; б) соответствие содержания теме и плану реферата; в) полнота и глубина знаний по теме; г) обоснованность способов и методов работы с материалом; е) умение обобщать, делать выводы, сопоставлять различные точки зрения по одному вопросу (проблеме).
Обоснованность выбора источников: а) оценка использованной литературы: привлечены ли наиболее известные работы по теме исследования (в т.ч. журнальные публикации последних лет, последние статистические данные, сводки, справки и т.д.).

Соблюдение требований к оформлению: а) насколько верно оформлены ссылки на используемую литературу, список литературы; б) оценка грамотности и культуры изложения (в т.ч. орфографической, пунктуационной, стилистической культуры), владение терминологией; в) соблюдение требований к объему реферата.
«Отлично» - ставится, если выполнены все требования к написанию и защите реферата: обозначена проблема и обоснована ее актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объем, соблюдены требования к внешнему оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы.
«Хорошо» – основные требования к реферату и его защите выполнены, но при этом допущены недочеты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объем реферата; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы.
«Удовлетворительно» – имеются существенные отступления от требований к реферированию. В частности, тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании реферата или при ответе на дополнительные вопросы; во время защиты отсутствует вывод.
«Неудовлетворительно» – тема реферата не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы или реферат выпускником не представлен.

4.2. ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ

Перечень зачетных вопросов (заданий)

Перечень зачетных вопросов (заданий)

Цель и задачи физической культуры.
Система физического воспитания студентов в России.
Функции физической культуры.
Характеристика составных частей физической культуры: физическое воспитание, спорт, физическая рекреация, физическая реабилитация.
Требования к организации учебных занятий по физической культуре.
Дайте общую оценку физического развития по большинству оценок антропометрических показателей.
Раскройте тип телосложения и оценку осанки.
Укажите конкретные недостатки, выявленные методами соматоскопии, антропометрии.
Сформулируйте рекомендации:
по устранению выявленных недостатков средствами и методами основного вида спорта и дополнительными упражнениями;
по выбору средств и способов повышения физического развития применительно к избранному виду спорта.
Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.
Физическое воспитание в вузе.
Организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система. Краткая характеристика функциональных систем организма (костной, мышечной, сердечно-сосудистой, дыхательной, пищеварительной, выделительной, сенсорных).
Функциональная активность человека и взаимосвязь физической и умственной деятельности.
Утомление при физической и умственной работе. Пути восстановления работоспособности.
Физиологические основы занятий физическими упражнениями.
Понятие «здоровье», его содержание и критерии. Факторы, влияющие на здоровье.
занимающихся физическими упражнениями. Самоконтроль.

Для оценки компетенции *УК-6,7*
Критерии оценивания зачета:

$$К = \frac{А}{Р};$$

где К – коэффициент усвоения, А – число правильных ответов, Р – общее число вопросов в тесте.
5 = 0,91-1
4 = 0,76-0,9
3 = 0,61-0,75
2 = 0,6

Критерии оценивания:
«Зачтено» - выставляется студенту, продемонстрировавшему всестороннее, систематическое и глубокое знание учебно-программного материала, умение свободно выполнять задания, предусмотренные программой, усвоивший основную и знакомый с дополнительной литературой, рекомендованной программой. Как правило, оценка «зачтено» выставляется студентам, усвоившим взаимосвязь основных понятий дисциплины в их значении для приобретаемой профессии, проявившим творческие способности в понимании, изложении и использовании учебно-программного материала.
«Не зачтено» - выставляется студенту, продемонстрировавшему пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, допустившему принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий. Как правило, оценка «не зачтено» ставится студентам, которые не могут продолжить обучение или приступить к профессиональной деятельности по окончании вуза без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ

ПРОЦЕДУРА ОЦЕНИВАНИЯ – ПОРЯДОК ДЕЙСТВИЙ ПРИ ПОДГОТОВКЕ И ПРОВЕДЕНИИ АТТЕСТАЦИОННЫХ ИСПЫТАНИЙ И ФОРМИРОВАНИИ ОЦЕНКИ

Справочная таблица процедур оценивания

№ п/п	Процедуры оценивания	Краткая характеристика	Оценочные материалы[1]	Критерии оценивания (примеры описания[1])	Формирование компетенции		
					Знания	Навыки	Умения
	Контрольная работа (К)	Средство для проверки умений применять полученные знания для решения задач определенного типа по теме или разделу	Комплект контрольных заданий по вариантам	**отлично –** выполнено правильно 100% заданий, работа выполнена по стандартной методике, излагаются аргументированные выводы, полностью выполнена графическая часть работы; **хорошо –** выполнено правильно не менее 70% заданий, работа выполнена по стандартной методике, в освещении вопросов не содержится грубых ошибок, по ходу решения сделаны аргументированные выводы, самостоятельно выполнена графическая часть работы; **удовлетворительно –** выполнено правильно не менее 50% заданий, работа выполнена по стандартной или самостоятельно разработанной методике, в освещении вопросов не содержится грубых ошибок, по ходу решения сделаны аргументированные выводы, самостоятельно выполнена графическая часть работы; **неудовлетворительно** - студент не справился с заданием (выполнено правильно менее 50% задания варианта), не раскрыто основное содержание вопросов, имеются грубые ошибки в освещении вопроса, в решении задач, в выполнении графической части задания и т.д., а также выполнена не самостоятельно.	+	+	
	Расчетно-графическая работа (РГР)	Самостоятельная письменная работа студента, в основе которой лежит решение сквозной задачи,	Комплект заданий для выполнения расчетно-графической работы	Критерием оценки при защите РГР является уровень проведенного исследования, владения теоретическими и практическими знаниями. Учитываются: обоснованность выбора решения; корректность формулировки или применения математической модели; использование необходимых распределений. Оценка «отлично» ставится, если в проведенном исследовании: 1) При решении задачи подробно описана применяемая модель;	+	+	

[1] Обратите внимание, что в графе «Критерии оценивания» даны примеры критериев для оценивания типовых контрольных заданий, преподаватель имеет право скорректировать предложенные с учетом специфики дисциплины или дать свои собственные.

		охватывающей несколько тем дисциплины, включает расчеты, обоснования и выводы. Средство проверки умений применять полученные знания по заранее определенной методике для решения задач по дисциплине в целом.		2) Указаны используемые распределения случайных величин; 3) Наблюдается полное совпадение расчетных характеристик в пакете прикладных программ и в «Excel»; 4) Квалифицированно описаны полученные результаты. Оценка «хорошо» ставится, если в перечисленных пунктах есть неточности или неверно выполнены п. 3, 4. Оценка «удовлетворительно» ставится при невыполнении п. 1, 2, 3, 4.			
	Коллоквиум (КВ)	Средство контроля усвоения учебного материала темы, раздела или разделов дисциплины, организованное как учебное занятие в виде собеседования преподавателя с обучающимися.	Вопросы по темам/разделам дисциплины	**Оценка «5»** - глубокое и прочное усвоение программного материала; - полные, последовательные, грамотные и логически излагаемые ответы при видоизменении задания; - свободно справляющиеся с поставленными задачами, знания материала; - правильно обоснованные принятые решения; - владение разносторонними навыками и приемами выполнения практических работ. **Оценка «4»** - знание программного материала; - грамотное изложение, без существенных неточностей в ответе на вопрос; - правильное применение теоретических знаний; - владение необходимыми навыками при выполнении практических задач. **Оценка «3»** - усвоение основного материала; - при ответе допускаются неточности; - при ответе недостаточно правильные формулировки; - нарушение последовательности в изложении программного материала; - затруднения в выполнении практических заданий; **Оценка «2»** - не знание программного материала; - при ответе возникают ошибки; - затруднения при выполнении практических работ.	+	+	
	Собеседование (С)	Средство контроля, организованное как специальная беседа преподавателя с обучающимся на	Вопросы по темам/разделам дисциплины	«Отлично» - в ответе отражены основные концепции и теории по данному вопросу, проведен их критический анализ и сопоставление, описанные теоретические положения иллюстрируются практическими примерами и экспериментальными данными. Студентом формулируется и обосновывается собственная точка зрения на заявленные проблемы, материал излагается профессиональным языком с использованием соответствующей системы	+		

		темы, связанные с изучаемой дисциплиной, и рассчитанное на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу, теме, проблеме и т.п.		понятий и терминов. «Хорошо» – в ответе описываются и сравниваются основные современные концепции и теории по данному вопросу, описанные теоретические положения иллюстрируются практическими примерами, студентом формулируется собственная точка зрения на заявленные проблемы, однако он испытывает затруднения в ее аргументации. Материал излагается профессиональным языком с использованием соответствующей системы понятий и терминов. «Удовлетворительно» – в ответе отражены лишь некоторые современные концепции и теории по данному вопросу, анализ и сопоставление этих теорий не проводится. Студент испытывает значительные затруднения при иллюстрации теоретических положений практическими примерами. У студента отсутствует собственная точка зрения на заявленные проблемы. Материал излагается профессиональным языком с использованием соответствующей системы понятий и терминов. «Неудовлетворительно» – ответ не отражает современные концепции и теории по данному вопросу. Студент не может привести практических примеров. Материал излагается «житейским» языком, не используются понятия и термины соответствующей научной области, студент не может назвать ни одной научной теории, не дает определения базовым понятиям.			
	Тест (Т)	Система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений обучающегося.	Фонд тестовых заданий	**K =** $\frac{A}{P}$ K – коэффициент усвоения, A – число правильных ответов, P – общее число вопросов в тесте. 5 = 0,85-1 4 = 0,7-0,84 3 = 0,6-0,69 2 = > 0,59	+		
	Устный ответ (У)	Средство контроля, организованное как специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, и рассчитанное на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу, теме,	Темы и вопросы для обсуждения	При оценке ответа студента надо руководствоваться следующими критериями, учитывать: 1) полноту и правильность ответа; 2) степень осознанности, понимания изученного; 3) языковое оформление ответа. Отметка "5" ставится, если студент: 1) полно излагает изученный материал, даёт правильное определение понятий; 2) обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только по учебнику, но и самостоятельно составленные; 3) излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка. Отметка "4" ставится, если студент даёт ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для отметки "5", но допускает 1-2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1-2 недочёта в	+		

		проблеме и т.п.		последовательности и языковом оформлении излагаемого. Отметка "3" ставится, если студент обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но: 1) излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил; 2) не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; 3) излагает материал непоследовательно и допускает ошибки в языковом оформлении излагаемого. Отметка "2" ставится, если студент обнаруживает незнание большей части соответствующего раздела изучаемого материала, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. Оценка "2" отмечает такие недостатки в подготовке ученика, которые являются серьёзным препятствием к успешному овладению последующим материалом.			
	Рабочая тетрадь	Дидактический комплекс, предназначенный для самостоятельной работы обучающегося и позволяющий оценивать уровень усвоения им учебного материала.	Образец рабочей тетради	В части текущего контроля студенты выполняют задания внеаудиторных самостоятельных работ. В качестве самостоятельной работы студентами могут быть составлены модели, таблицы и схемы, презентации и др. **Критерии оценки:** оценка «отлично» выставляется студенту, если он полно и грамотно дает ответы на поставленные вопросы, аргументировано поясняет схемы, алгоритмы, умеет выделять главное, обобщать, делать выводы, устанавливать межпредметные связи; отсутствуют ошибки и недочеты при воспроизведении изученного материала; оценка «хорошо» выставляется студенту, если он знает весь изученный программный материал, но в ответе на вопросы допускает недочеты, незначительные (негрубые) ошибки, применяет полученные знания на практике, испытывает затруднения при самостоятельном воспроизведении, требует незначительной помощи учителя; оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если он при ответе допускает существенные недочеты (не менее 60% правильных ответов от общего числа), знает материал на уровне минимальных требований программы, затрудняется при ответах на видоизмененные вопросы; оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если он показывает знание и усвоение материала на уровне ниже минимальных требований программы, дает ответы с существенными недочетами (менее 60% правильных ответов от общего числа), отсутствуют умения работать на уровне воспроизведения, допускает затруднения при ответах на стандартные вопросы. Грубыми считаются следующие ошибки: · незнание определений основных понятий; · неумение выделить в ответе главное; · неумение применять знания для объяснения явлений; · неумение делать выводы и обобщения;	+	+	

				· неумение пользоваться первоисточниками и справочниками. Кнегрубыми ошибкам следует отнести: · неточность формулировок, определений, понятий, вызванная неполнотой охвата основных признаков определяемого понятия или заменой одного - двух из этих признаков второстепенными; · недостаточно продуманный план ответа (нарушение логики, подмена отдельных основных вопросов второстепенными); · нерациональные методы работы со справочной и другой литературой.			
	Кейс-задача	Проблемное задание, в котором обучающемуся предлагают осмыслить реальную профессионально-ориентированную ситуацию, необходимую для решения данной проблемы.	Задания для решения кейс-задачи	Сущность данного метода состоит в том, что учебный материал подается студентам в виде реальных профессиональных проблем (кейсов) конкретного предприятия или характерных для определенного вида профессиональной деятельности. Работая над решением кейса, студент приобретает профессиональные знания, умения, навыки в результате активной творческой работы. Он самостоятельно формулирует цели, находит и собирает различную информацию, анализирует ее, выдвигает гипотезы, ищет варианты решения проблемы, формулирует выводы, обосновывает оптимальное решение ситуации. Процесс решения, промежуточные и итоговый результаты работы студента по решению кейса подлежат контролю. Система оценка кейсов: а) правильное решение кейса, подробная аргументация своего решение, хорошее знание теоретических аспектов решения кейса, со ссылками на норму закона - оцениваются в пять баллов; б) правильное решение кейса, достаточная аргументация своего решение, определённое знание теоретических аспектов решения кейса, со ссылками на норму закона - оцениваются в четыре балла; в) частично правильное решение кейса, недостаточная аргументация своего решение, со ссылками на норму закона - оцениваются в три балла; г) неправильное решение кейса, отсутствие необходимых знание теоретических аспектов решения кейса - оцениваются в два балла.	+	+	+
	Доклад или сообщение (Д)	Продукт самостоятельной работы студента, представляющий собой публичное выступление по представлению полученных результатов решения определенной учебно-практической, учебно-исследовательской или научной	Темы докладов, сообщений	10 баллов: Доклад создан с использованием компьютерных технологий (презентацияPower Point, Flash–презентация, видео-презентация и др.) Использованы дополнительные источники информации. Содержание заданной темы раскрыто в полном объеме. Отражена структура доклада (вступление, основная часть, заключение, присутствуют выводы и примеры). Оформление работы. Оригинальность выполнения (работа сделана самостоятельно, представлена впервые). 8 баллов: Доклад создан с использованием компьютерных технологий (презентацияPower Point, Flash–презентация, видео-презентация и др.) Содержание доклада включает в себя информацию из основных источников (методическое пособие), дополнительные источники информации не использовались. Содержание заданной темы раскрыто не в полном объеме. Структура доклада сохранена (вступление, основная часть, заключение, присутствуют		+	+

		темы. Средство контроля, важное для формирования универсальных компетенций обучающегося, при развитии навыков самостоятельного творческого мышления.		выводы и примеры). 6 баллов: Доклад сделан устно, без использования компьютерных технологий. Использованы дополнительные источники информации. Содержание заданной темы раскрыто в полном объеме. Отражена структура доклада (вступление, основная часть, заключение, присутствуют выводы и примеры). 4 балла: Доклад сделан устно, без использования компьютерных технологий. Содержание доклада ограничено информацией только из методического пособия. Содержание заданной темы раскрыто не в полном объеме. Отсутствуют выводы и примеры. Оригинальность выполнения низкая. 0 баллов: Доклад сделан устно, без использования компьютерных технологий и других наглядных материалов. Содержание ограничено информацией только из методического пособия. Заданная тема доклада не раскрыта, основная мысль сообщения не передана.			
	Эссе	Средство контроля, позволяющее оценить умение обучающегося письменно излагать суть поставленной проблемы, самостоятельно проводить анализ этой проблемы с использованием концепций и аналитического инструментария соответствующей дисциплины, делать выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.	Тематика эссе	Знание и понимание теоретического материала: - рассматриваемые понятия определяются четко и полно, приводятся соответствующие примеры, - используемые понятия строго соответствуют теме, - самостоятельность выполнения работы. Анализ и оценка информации: - грамотно применяется категория анализа, - умело используются приемы сравнения и обобщения для анализа взаимосвязи понятий и явлений, - объясняются альтернативные взгляды на рассматриваемую проблему, - обоснованно интерпретируется текстовая информация, - дается личная оценка проблеме Построение суждений: - изложение ясное и четкое, - приводимые доказательства логичны - выдвинутые тезисы сопровождаются грамотной аргументацией, -приводятся различные точки зрения и их личная оценка, - общая форма изложения полученных результатов и их интерпретации соответствует жанру проблемной научной статьи		+	+
	Реферат	Самостоятельная письменная аналитическая работа, выполняемая на основе преобразования документальной	Темы рефератов	Изложенное понимание реферата как целостного авторского текста определяет критерии его оценки: новизна текста; обоснованность выбора источника; степень раскрытия сущности вопроса; соблюдения требований к оформлению. **Новизна текста:** а) актуальность темы исследования; б) новизна и самостоятельность в постановке проблемы, формулирование нового аспекта известной проблемы в установлении новых связей (межпредметных, внутрипредметных, интеграционных); в) умение работать с исследованиями, критической литературой, систематизировать и структурировать материал;		+	+

		информации, раскрывающая суть изучаемой темы; представляет собой краткое изложение содержания книги, научной работы, результатов изучения научной проблемы важного социально-культурного, народнохозяйственного или политического значения. Реферат отражает различные точки зрения на исследуемый вопрос, в том числе точку зрения самого автора.		г) явленность авторской позиции, самостоятельность оценок и суждений; д) стилевое единство текста, единство жанровых черт. **Степень раскрытия сущности вопроса:** а) соответствие плана теме реферата; б) соответствие содержания теме и плану реферата; в) полнота и глубина знаний по теме; г) обоснованность способов и методов работы с материалом; е) умение обобщать, делать выводы, сопоставлять различные точки зрения по одному вопросу (проблеме). **Обоснованность выбора источников:** а) оценка использованной литературы: привлечены ли наиболее известные работы по теме исследования (в т.ч. журнальные публикации последних лет, последние статистические данные, сводки, справки и т.д.). **Соблюдение требований к оформлению:** а) насколько верно оформлены ссылки на используемую литературу, список литературы; б) оценка грамотности и культуры изложения (в т.ч. орфографической, пунктуационной, стилистической культуры), владение терминологией; в) соблюдение требований к объёму реферата. **«Отлично»** - если выполнены все требования к написанию и защите реферата: обозначена проблема и обоснована её актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём, соблюдены требования к внешнему оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы. **«Хорошо»** – основные требования к реферату и его защите выполнены, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объём реферата; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы. **«Удовлетворительно»** – имеются существенные отступления от требований к реферированию. В частности, тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании реферата или при ответе на дополнительные вопросы; во время защиты отсутствует вывод. **«Неудовлетворительно»** – тема реферата не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы.			

5.2. Критерии сформированности компетенций по разделам (темам) содержания дисциплины

Контрольные тесты и требования
по ЛФК 20 - 20 учебный год

Специальная медицинская группа (девушки)

Дисциплина	Осенний семестр		I курс (1 семестр)					II курс (3 семестр)					III курс (5 семестр) IV курс (7 семестр)				
Физическая культура и спорт	№	Контрольные упражнения	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
	1	Выполнение теоретической самостоятельной работы	Написание реферата по своему заболеванию														
	2	Вис на перекладине (сек)	10	15	20	25	30	15	20	25	30	35	20	25	30	35	40
	3	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамейке (см)	-5	0	+5	+10	+15	-5	0	+5	+10	+15	-5	0	+5	+10	+15
	4	Прыжок в длину с места (см)	135	140	145	150	165	140	145	150	155	160	145	150	155	160	165
	5	Сгибание и разгибание рук с упора стоя на коленях (количество раз)	6	8	10	12	15	8	10	12	15	18	10	12	15	18	21
	6	Двигательная активность (посещение занятий, баллы)	60% 20	70% 30	80% 40	90% 50	100% 60	60% 20	70% 30	80% 40	90% 50	100% 60	60% 20	70% 30	80% 40	90% 50	100% 60
	7	Премиальные баллы (участие в соревнованиях)	0 0	1 3	2 5	3 10	4 15	0 0	1 3	2 5	3 10	4 15	0 0	1 3	2 5	3 10	4 15
	ИТОГО		25	43	60	80	100	25	43	60	80	100	25	43	60	80	100

Контрольные тесты и требования
по ЛФК 20 - 20 учебный год

Специальная медицинская группа (юноши)

Дисциплина	Осенний семестр		I курс (1 семестр)					II курс (3 семестр)					III курс (5 семестр) IV курс (7 семестр)				
Физическая культура и спорт	№	Контрольные упражнения	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
	1	Выполнение теоретической самостоятельной работы	Написание реферата по своему заболеванию														
	2	Вис на перекладине (сек)	15	20	25	30	35	20	25	30	35	40	25	30	35	40	45
	3	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамейке (см)	-10	-5	0	+5	+10	-10	-5	0	+5	+10	-10	-5	0	+5	+10
	4	Прыжок в длину с места (см)	150	160	170	180	190	155	165	175	185	195	160	170	180	190	200
	5	Подтягивание на высокой перекладине (кол-во раз) или	1	2	3	4	5	2	3	4	5	6	3	4	5	6	7
	6	Сгибание и разгибание рук с упора стоя на коленях (количество раз)	8	11	14	17	20	13	16	19	22	25	18	21	24	27	30
	7	Двигательная активность (посещение занятий, баллы)	60% 20	70% 30	80% 40	90% 50	100 % 60	60% 20	70% 30	80% 40	90% 50	100 % 60	60% 20	70% 30	80% 40	90% 50	100% 60
	8	Премиальные баллы (участие в соревнованиях)	0 0	1 3	2 5	3 10	4 15	0 0	1 3	2 5	3 10	4 15	0 0	1 3	2 5	3 10	4 15
		ИТОГО	25	43	60	80	100	25	43	60	80	100	25	43	60	80	100

Контрольные тесты и требования
по ЛФК 20 - 20 учебный год

Основная медицинская группа (девушки)

Дисциплина	Осенний семестр		I курс (1 семестр)					II курс (3 семестр)					III курс (5 семестр) IV курс (7 семестр)				
Физическая культура и спорт	№	Контрольные упражнения	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
	1	Прыжок в длину с места (см)	130	140	150	160	170	135	145	155	165	175	140	150	160	170	180
	2	Бег 20 метров (сек)	4.6	4.4	4.2	4.0	3.8	4.5	4.3	4.1	3.9	3.8	4.4	4.2	4.0	3.8	3.7
	3	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамейке (см)	0	4	8	12	16	1	5	9	13	17	2	6	10	14	18
	4	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	4	6	7	8	10	5	7	8	10	12	6	8	10	12	14
	5	Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа 90 см (количество раз)	2	4	6	8	10	3	5	7	9	11	4	6	8	10	12
	6	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз на 1 мин.)	22	28	33	38	42	25	30	35	40	45	33	35	38	43	48
	7	Двигательная активность (посещение занятий, баллы)	60% 15	70% 25	80% 35	90% 45	100 % 55	60% 15	70% 25	80% 35	90% 45	100 % 55	60% 15	70% 25	80% 35	90 % 45	100 % 55
	8	Премиальные баллы (участие в соревнованиях)	0 0	1 5	2 10	3 15	4 20	0 0	1 5	2 10	3 15	4 20	0 0	1 5	2 10	3 15	4 20
	ИТОГО		20	40	60	80	100	20	40	60	80	100	20	40	60	80	100

Контрольные тесты и требования
по ЛФК 20__- 20__учебный год

Основная медицинская группа (юноши)																	
Дисциплина	Осенний семестр		I курс (1 семестр)					II курс (3 семестр)					III курс (5 семестр) IV курс (7 семестр)				
Физическая культура и спорт	№	Контрольные упражнения	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
	1	Прыжок в длину с места (см)	200	205	215	225	235	205	210	220	230	240	210	215	225	235	245
	2	Бег 20 метров (сек)	3.9	3.7	3.5	3.3	3.1	3.9	3.7	3.5	3.3	3.1	3.9	3.7	3.5	3.3	3.1
	3	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамейке (см)	0	2	5	9	13	0	2	5	9	13	0	2	5	9	13
	4	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	2	4	6	8	10	3	5	7	9	11	4	6	8	10	12
	5	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз на 1 мин.)	34	38	42	46	50	39	43	47	51	55	44	48	52	56	60
	6	Двигательная активность (посещение занятий, баллы)	60% 15	70% 25	80% 35	90% 45	100 % 55	60% 15	70% 25	80% 35	90% 45	100 % 55	60% 15	70% 25	80% 35	90 % 45	100 % 55
	7	Премиальные баллы (участие в соревнованиях)	0 0	5 1	10 2	15 3	20 4	0 0	1 5	2 10	3 15	4 20	0 0	1 5	2 10	3 15	4 20
	ИТОГО		20	40	60	80	100	20	40	60	80	100	20	40	60	80	100

Контрольные тесты и требования
по ЛФК 20__- 20__учебный год

Специальная медицинская группа (девушки)																	
Дисциплина	Весенний семестр		I курс (2 семестр)					II курс (4 семестр)					III курс (6 семестр) IV курс (8 семестр)				
Физическая культура и спорт	№	Контрольные упражнения	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
	1	Написание реферата	1	2	4	7	10	1	2	4	7	10	1	2	4	7	10
	2	Вис на перекладине (сек)	10	15	20	25	30	15	20	25	30	35	20	25	30	35	40
	3	Броски и ловля теннисного мяча с 1 м от стены (кол.раз)	5	10	15	20	25	14	18	22	26	30	19	23	27	31ё	35
	4	Прыжки через скакалку 60 сек. (кол.раз)	60	65	70	75	80	65	70	75	80	85	70	75	80	85	90
	5	Приседание на двух ногах (кол.раз)	9	13	17	21	25	14	18	22	26	30	19	23	27	31	35
	6	Двигательная активность (посещение занятий, баллы)	60% 20	70% 30	80% 40	90% 50	100% 60	60% 20	70% 30	80% 40	90% 50	100% 60	60% 20	70% 30	80% 40	90% 50	100% 60
	7	Ведение дневника	1	2	4	7	10	1	2	4	7	10	1	2	4	7	10
	ИТОГО		26	42	60	80	100	26	42	60	80	100	26	42	60	80	100

Контрольные тесты и требования
по ЛФК 20__- 20__учебный год

Специальная медицинская группа (юноши)																	
Дисциплина	Весенний семестр		I курс (2 семестр)					II курс (4 семестр)					III курс (6 семестр) IV курс (8 семестр)				
Физическая культура и спорт	№	Контрольные упражнения	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
	1	Написание реферата	1	2	4	7	10	1	2	4	7	10	1	2	4	7	10
	2	Вис на перекладине (сек)	15	20	25	30	35	20	25	30	35	40	25	30	35	40	45
	3	Приседание на двух ногах до угла 90* (кол.раз)	14	18	22	26	30	19	23	27	31	35	24	28	32	36	40
	4	Прыжки через скакалку на 60 сек (кол.раз)	30	35	40	45	50	40	45	50	55	60	50	55	60	65	70
	5	Броски и ловля теннисного мяча с 1 м от стены (кол.раз)	5	10	15	20	25	5	10	15	20	25	5	10	15	20	25
	6	Двигательная активность (посещение занятий, баллы)	60% 20	70% 30	80% 40	90% 50	100 % 60	60% 20	70% 30	80% 40	90% 50	100 % 60	60% 20	70% 30	80% 40	90% 50	100% 60
	7	Ведения дневника	1	2	4	7	10	1	2	4	7	10	1	2	4	7	10
		ИТОГО	26	42	60	80	100	26	42	60	80	100	26	42	60	80	100

Контрольные тесты и требования
по ЛФК 20__- 20__учебный год

Основная медицинская группа (девушки)																	
Дисциплина	Весенний семестр		I курс (2 семестр)					II курс (4 семестр)					III курс (6 семестр) IV курс (8 семестр)				
Физическая культура и спорт	№	Контрольные упражнения	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
	1	Прыжки через скакалку за 30 сек (кол.раз)	20	30	45	60	70	20	40	60	70	80	30	45	60	75	90
	2	Бег на лыжах 3 км (мин.сек.)	30,20	28,20	26,20	24,20	22,20	28,20	26,20	24,20	22,20	20,20	26,20	24,20	22,20	20,20	18,20
	3	Бег на 100 м (сек)	18,6	18,4	18,2	17,8	17,4	18,4	18,2	17,8	17,4	17,0	18,2	17,8	17,4	17,0	16,6
	4	Сгибание и разгибание рук от скамейки 50 см (количество раз)	2	3	4	6	8	3	4	6	8	10	4	5	7	10	12
	5	Бег на 2 км (сек.)	12,30	12,20	12,10	12,00	11,50	12,20	12,10	12,00	11,50	11,40	12,10	12,00	11,50	11,40	11,30
	6	Двигательная активность (посещение занятий, баллы)	60% 15	70% 25	80% 35	90% 45	100 % 55	60% 15	70% 25	80% 35	90% 45	100 % 55	60% 15	70% 25	80% 35	90 % 45	100 % 55
	7	Премиальные баллы (участие в соревнованиях)	0 0	1 5	2 10	3 15	4 20	0 0	1 5	2 10	3 15	4 20	0 0	1 5	2 10	3 15	4 20
		ИТОГО	20	40	60	80	100	20	40	60	80	100	20	40	60	80	100

Контрольные тесты и требования
по ЛФК 20__- 20__учебный год

Основная медицинская группа (юноши)																	
Дисциплина	Весенний семестр		I курс (2 семестр)					II курс (4 семестр)					III курс (6 семестр) IV курс (8 семестр)				
Физическая культура и спорт	№	Контрольные упражнения	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
	1	Приседание на одной ноге (лев.прав)	2	4	6	8	10	3	5	7	9	11	4	6	8	10	12
	2	Бег на лыжах 5 км (мин.сек.)	34,30	32,30	30,30	28,30	26,30	34,30	32,30	30,30	28,30	26,30	34,30	32,30	30,30	28,30	26,30
	3	Бег на 100м (сек.)	14,9	14,7	14,5	14,3	14,1	14,8	14,6	14,4	14,2	14	14,7	14,5	14,3	14,1	13,9
	4	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	2	4	6	8	10	3	5	7	9	11	4	6	8	10	12
	5	Бег на 3 км (мин.сек.)	13,15	13,1	13,05	13,00	12,55	13,10	13,05	13,00	12,55	12,50	13,05	13,00	12,55	12,50	12,45
	6	Двигательная активность (посещение занятий, баллы)	60% 15	70% 25	80% 35	90% 45	100 % 55	60% 15	70% 25	80% 35	90% 45	100 % 55	60% 15	70% 25	80% 35	90 % 45	100 % 55
	7	Премиальные баллы (участие в соревнованиях)	0 0	5 1	10 2	15 3	20 4	0 0	1 5	2 10	3 15	4 20	0 0	1 5	2 10	3 15	4 20
	ИТОГО		20	40	60	80	100	20	40	60	80	100	20	40	60	80	100

Ведомость зачетных тестов на 20___-20___учебный год

Семестр осенний

Факультет _____

Курс, группа _____(основная, юноши)

ФИО преподавателя, тренера _____

Дисциплина _____Дата проведения зачета _____

№	ФИО	Группы	Прыжок в длину с места (см)				Бег 20 метров (сек)		Подтягивание из виса на высокой		Поднимание спускание туловища за 60 сек (кол-во раз)		Наклон вперед стоя на гимнаст-ой скамейке (см)		Посещаемость занятий %		Премиальная кол-во раз (участие соревнований)		Общая сумма баллов	Зачет	Подпись преподавателя
			1	2	3	балл	рез-т	балл	рез-т	балл	рез-т	балл	рез-т	балл	рез-т	балл	рез-т	балл			

Ведомость зачетных тестов на 20___-20___учебный год

Семестр осенний

Факультет _____

Курс, группа _____(основная, девушки)

ФИО преподавателя, тренера _____

Дисциплина _____Дата проведения зачета _____

№	ФИО	Группы	Прыжок в длину с места (см)				Бег 20 метров (сек)		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамейке (см)		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз) или →		Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа 90 см (кол-во раз)		Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз на 1 мин.)		Посещаемость занятий %		Премиальная кол-во раз (участие соревнований)		Общая сумма баллов	Зачет	Подпись преподавателя
			1	2	3	балл	рез-т	балл	рез-т	балл	рез-т	балл	рез-т	балл	рез-т	балл	рез-т	балл	рез-т	балл			

Ведомость зачетных тестов на 20___-20___учебный год

Семестр весенний

Факультет _____

Курс, группа _____(смг, девушки)

ФИО преподавателя, тренера _____

Дисциплина _____Дата проведения зачета _____

№	ФИО	Группы	Выполнение теоретической самостоятельной работы		Вис на перекладине (сек)		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамейке (см)		Прыжок в длину с места (см)				Сгибание разгибание рук упора стоя на коленях (кол-во раз)		Посещаемость занятий %		Премиальная кол-во раз (участие соревнований)		Общая сумма баллов	Зачет	Подпись преподавателя
			рез-т	балл	рез-т	балл	рез-т	балл	1	2	3	балл	рез-т	балл	рез-т	балл	рез-т	балл			

Ведомость зачетных тестов на 20__-20___учебный год

Семестр весенний

Факультет _____

Курс, группа _____(смг, юноши)

ФИО преподавателя, тренера _____

Дисциплина _____Дата проведения зачета _____

№	ФИО	Группы	Выполнение теоретической самостоятельной работы		Вис на перекладине (сек)		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамейке (см)		Прыжок в длину с места (см)				Подтягивание на высокой перекладине (кол-во раз) или →		Сгибание разгибание рук упора стоя на коленях (кол-во раз)		Посещаемость занятий %		Премиальная кол-во раз (участие соревнований)		Общая сумма баллов	Зачет	Подпись преподавателя
			рез-т	балл	рез-т	балл	рез-т	балл	1	2	3	балл	рез-т	балл	рез-т	балл	рез-т	балл	рез-т	балл			

***** - указать У- устный ответ, Р- реферат, К- контрольная работа, Т- тестовое задание, З- зачет и т.п.