

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
ФГБОУ ВО «БАЙКАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебной работе
к.э.н., доцент Волченко Л.Ю

25.05.2018г.

Рабочая программа дисциплины

Б1.В.14. Физическая культура и спорт (элективные дисциплины):
атлетическая гимнастика, аэробика, бадминтон, баскетбол, волейбол,
настольный теннис, специальная медицинская группа

Направление подготовки (специальность): 38.05.01 Экономическая
безопасность

Специализация: Экономико-правовое обеспечение экономической
безопасности

Квалификация выпускника: экономист

Форма обучения: очная, заочная

	Очная ФО	Заочная ФО
Курс	1	1
Семестр	11-12	11
Лекции (час)	0	0
Практические (сем, лаб.) занятия (час)	66	2
Самостоятельная работа, включая подготовку к экзаменам и зачетам (час)	262	326
Курсовая работа (час)		
Всего часов	328	328
Зачет (семестр)	12	11
Экзамен (семестр)		

Иркутск 2018

Программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению 38.05.01
Экономическая безопасность.

Автор С.А. Чмара

Рабочая программа обсуждена и утверждена на заседании кафедры
правового обеспечения национальной безопасности

Заведующий кафедрой В.В. Чуксина

1. Цели изучения дисциплины

Целью изучения дисциплины является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности средством формирования комплекса профессиональных знаний, умений и навыков на основе изучения приемов самозащиты.

Для достижения поставленной цели предусматривается решение следующих образовательных, воспитательных и оздоровительных задач:

? понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовки ее к профессиональной деятельности;

? обучение основам теории и методики физического воспитания, спорта и здорового образа жизни;

? формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый образ жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;

? овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;

? обеспечение общей и прикладной физической подготовленности, определяющей общую психофизическую готовность студента к будущей профессии и высокую работоспособность на основе обучения боевым приемам борьбы;

? формирование системы практических умений и навыков, обеспечивающих адекватное (правомерное) применение физической силы.

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

Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Код компетенции по ФГОС ВО	Компетенция
ОК-9	способность организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни

Структура компетенции

Компетенция	Формируемые ЗУНы
ОК-9 способность организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни	З. Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни У. Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни Н. Владеть навыками самоорганизации в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни

3. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Принадлежность дисциплины - БЛОК 1 ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛИ): Вариативная часть.

Дисциплины, использующие знания, умения, навыки, полученные при изучении данной: "Специальная подготовка (часть 1)", "Специальная подготовка (часть 2)"

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

Общая трудоемкость дисциплины составляет 0 зач. ед., 328 часов.

Вид учебной работы	Количество часов (очная ФО)	Количество часов (заочная ФО)
Контактная(аудиторная) работа		
Лекции	0	0
Практические (сем, лаб.) занятия	66	2
Самостоятельная работа, включая подготовку к экзаменам и зачетам	262	326
Всего часов	328	328

5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

5.1. Содержание разделов дисциплины

Заочная форма обучения

№ п/п	Раздел и тема дисциплины	Семестр	Лекции	Семинар Лаборат. Практич.	Самостоят. раб.	В интерактивной форме	Формы текущего контроля успеваемости
1	Специальная физическая подготовка. Самозащита без оружия.	11					
1.1	Специально-подготовительные упражнения.	11			10		Подготовительные упражнения, самостраховка
1.2	Приемы борьбы лежа.	11		1	10		Приемы борьбы лежа. Приемы борьбы стоя
1.3	Удары и защита от ударов.	11			10		Удары руками и защита от ударов
1.4	Болевые приемами стоя.	11			10		Болевые приемы стоя
1.5	Приемы борьбы стоя.	11		1	10		
2	Общефизическая подготовка.	11					
2.1	Упражнения общефизической подготовки. Гимнастика	11			10		Гимнастические упражнения

№ п/п	Раздел и тема дисциплины	Семестр	Лекции	Семинар Лаборат. Практич.	Самостоят. раб.	В интерактивной форме	Формы текущего контроля успеваемости
2.2	Упражнения общефизической подготовки. Легкая атлетика.	11			10		Легкоатлетические упражнения
3	Специальная физическая подготовка. Самозащита без оружия.	11					
3.1	Специально-подготовительные упражнения.	11			20		
3.2	Приемы борьбы лежа, болевые приемы	11			20		
3.3	Удары ногами и защита от ударов.	11			20		
3.4	Комбинации болевых приемов стоя.	11			20		
3.5	Комбинации приемов борьбы стоя.	11			20		
4	Общефизическая подготовка.	11					
4.1	Гимнастика.	11			20		
4.2	Легкая атлетика.	11			20		
5	Специальная физическая подготовка. Самозащита без оружия.	11					
5.1	Специально-подготовительные упражнения.	11			16		
5.2	Приемы борьбы лежа.	11			16		
5.3	Удары и защита от ударов.	11			16		
5.4	Болевые приемами стоя.	11			16		
5.5	Приемы борьбы стоя.	11			16		
6	Общефизическая подготовка.	11					
6.1	Упражнения общефизической подготовки. Гимнастика	11			18		
6.2	Упражнения общефизической подготовки. Легкая атлетика.	11			18		
	ИТОГО			2	326		

Очная форма обучения

№ п/п	Раздел и тема дисциплины	Семестр	Лекции	Семинар Лаборат. Практич.	Самостоят. раб.	В интерактивной форме	Формы текущего контроля успеваемости
1	Специальная физическая подготовка. Самозащита без оружия.	11					
1.1	Специально-подготовительные упражнения.	11		4	10		Подготовительные упражнения, самостраховка. Выполнение практических заданий преподавателя
1.2	Приемы борьбы лежа.	11		4	10		Приемы борьбы лежа. Выполнение практических заданий преподавателя
1.3	Удары и защита от ударов.	11		2	10		Удары руками и защита от ударов. Выполнение практических заданий преподавателя
1.4	Болевые приемы стоя.	11		2	10		Болевые приемы стоя. Выполнение практических заданий преподавателя
1.5	Приемы борьбы стоя.	11		2	10		Приемы борьбы стоя. Выполнение практических заданий преподавателя
2	Общефизическая подготовка.	11					
2.1	Упражнения общефизической подготовки. Гимнастика	11		2	10		Гимнастические упражнения
2.2	Упражнения общефизической подготовки. Легкая атлетика.	11		2	10		Легкоатлетические упражнения. Выполнение практических заданий преподавателя
3	Специальная физическая подготовка. Самозащита без оружия.	11					
3.1	Специально-	11		2	10		Специально-

№ п/п	Раздел и тема дисциплины	Семестр	Лекции	Семинар Лаборат. Практич.	Самостоят. раб.	В интерактивной форме	Формы текущего контроля успеваемости
	подготовительные упражнения.						подготовительные упражнения. Выполнение практических заданий преподавателя
3.2	Приемы борьбы лежа, болевые приемы	11		2	20		Приемы борьбы лежа, болевые приемы. Выполнение практических заданий преподавателя
3.3	Удары ногами и защита от ударов.	11		2	20		Удары ногами и защита от ударов. Выполнение практических заданий преподавателя
3.4	Комбинации болевых приемов стоя.	11-12		2	20		Комбинации болевых приемов стоя. Выполнение практических заданий преподавателя
3.5	Комбинации приемов борьбы стоя.	12		4	10		Комбинации приемов борьбы стоя. Выполнение практических заданий преподавателя
4	Общефизическая подготовка.	12					
4.1	Гимнастика.	12		4	10		Гимнастика
4.2	Легкая атлетика.	12		4	10		Легкая атлетика. Выполнение практических заданий преподавателя
5	Специальная физическая подготовка. Самозащита без оружия.	12					
5.1	Специально-подготовительные упражнения.	12		4	10		Подготовительные упражнения, самостраховка. Выполнение практических заданий

№ п/п	Раздел и тема дисциплины	Семестр	Лекции	Семинар Лаборат. Практич.	Самостоят. раб.	В интерактивной форме	Формы текущего контроля успеваемости
							преподавателя
5.2	Приемы борьбы лежа.	12		4	10		Приемы борьбы лежа. Выполнение практических заданий преподавателя
5.3	Удары и защита от ударов.	12		4	10		Удары руками и защита от ударов. выполнение практических заданий преподавателя
5.4	Болевые приемами стоя.	12		4	14		Болевые приемы стоя. Выполнение практических заданий преподавателя
5.5	Приемы борьбы стоя.	12		4	20		Приемы борьбы стоя. Выполнение практических заданий преподавателя
6	Общефизическая подготовка.	12					
6.1	Упражнения общефизической подготовки. Гимнастика	12		4	10		Гимнастические упражнения
6.2	Упражнения общефизической подготовки. Легкая атлетика.	12		4	18		Легкоатлетические упражнения
	ИТОГО			66	262		

5.2. Лекционные занятия, их содержание

5.3. Семинарские, практические, лабораторные занятия, их содержание

№ раздела и темы	Содержание и формы проведения
1.1	Специально-подготовительные упражнения.. Боевые стойки и передвижения, кувырки вперед, назад, через плечо, полет-кувырок; самостраховка при падениях вперед, назад, на бок, вперед на бок, назад на бок перекатом; упражнения в парах: специальные упражнения в парах на развитие силовой выносливости, координации и ловкости и т.д.
1.2	Приемы борьбы лежа.. Приемы борьбы лежа и уходы из опасных положений (удержания сбоку, верхом и уходы из этих положений).
1.3	Удары и защита от ударов.. Прямой, боковой, снизу и удар локтем

№ раздела и темы	Содержание и формы проведения
	наотмашь; прямой удар кулаком, удары кулаком сбоку, снизу; Комбинации ударов руками.
1.4	Болевые приемы стоя.. Болевые приемы стоя: загибом руки за спину рывком, рычаг руки внутрь.
1.5	Приемы борьбы стоя.. Приемы борьбы стоя: «бросок задняя подножка», «бросок через бедро», передняя подножка.
2.1	Упражнения общефизической подготовки. Гимнастика. Упражнения общефизической подготовки. Гимнастика (упражнения на гимнастических снарядах, на силовых тренажерах, со свободными весами, гимнастические упражнения на развитие силовой и скоростной выносливости.)
2.2	Упражнения общефизической подготовки. Легкая атлетика.. Упражнения общефизической подготовки. Легкая атлетика (специально-беговые упражнения, бег на средние дистанции в умеренном темпе, челночный бег)
3.1	Специально-подготовительные упражнения.. Упражнения в парах, простейшие единоборства, боевые стойки и передвижения, кувырки вперед, назад, через плечо, полет-кувырок; самостраховка при падениях вперед, назад, на бок, вперед на бок, назад на бок перекатом; упражнения в парах: специальные упражнения в парах на развитие силовой выносливости, координации и ловкости и т.д.
3.2	Приемы борьбы лежа, болевые приемы. Болевые приемы лежа, приемы борьбы лежа и уходы из опасных положений (удержания сбоку, верхом и уходы из этих положений; болевые приемы: «рычаг локтя через бедро»).
3.3	Удары ногами и защита от ударов.. Удары носком (подъемом стопы), коленом снизу, подъемом стопы сбоку, прямой удар подошвенной частью стопы. Защитные действия: от прямых ударов рукой, ударов сбоку; Комбинации ударов руками и ногами.
3.4	Комбинации болевых приемов стоя.. Болевые приемы стоя: загибом руки за спину рывком, рычаг руки внутрь, комбинации указанных приемов, загиб руки за спину рывком, нырком.
3.5	Комбинации приемов борьбы стоя.. Комбинации приемов борьбы стоя: «бросок задняя подножка», «бросок через бедро», передняя подножка.
4.1	Гимнастика.. Гимнастика (упражнения на гимнастических снарядах, на силовых тренажерах, со свободными весами, гимнастические упражнения на развитие силовой и скоростной выносливости.) Выполнение контрольных упражнений общефизической подготовки.
4.2	Легкая атлетика.. Легкая атлетика (специально-беговые упражнения, челночный бег)
5.1	Специально-подготовительные упражнения.. Боевые стойки и передвижения, кувырки вперед, назад, через плечо, полет-кувырок; самостраховка при падениях вперед, назад, на бок, вперед на бок, назад на бок перекатом; упражнения в парах: специальные упражнения в парах на развитие силовой выносливости, координации и ловкости и т.д.
5.2	Приемы борьбы лежа.. Приемы борьбы лежа и уходы из опасных положений (удержания сбоку, верхом и уходы из этих положений).
5.3	Удары и защита от ударов.. Прямой, боковой, снизу и удар локтем наотмашь; прямой удар кулаком, удары кулаком сбоку, снизу; Комбинации ударов руками.
5.4	Болевые приемы стоя.. Болевые приемы стоя: загибом руки за спину рывком, рычаг руки внутрь.
5.5	Приемы борьбы стоя.. Приемы борьбы стоя: «бросок задняя подножка»,

№ раздела и темы	Содержание и формы проведения
	«бросок через бедро», передняя подножка.
6.1	Упражнения общефизической подготовки. Гимнастика. Гимнастика (упражнения на гимнастических снарядах, на силовых тренажерах, со свободными весами, гимнастические упражнения на развитие силовой и скоростной выносливости.) Выполнение контрольных упражнений общефизической подготовки.
6.2	Упражнения общефизической подготовки. Легкая атлетика.. Легкая атлетика (специально-беговые упражнения, челночный бег)

6. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (полный текст приведен в приложении к рабочей программе)

6.1. Текущий контроль

№ п/п	Этапы формирования компетенций (Тема из рабочей программы дисциплины)	Перечень формируемых компетенций по ФГОС ВО	(ЗУНы: (З.1...З.п, У.1...У.п, Н.1...Н.п)	Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (Наименование оценочного средства)	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания (по 100-балльной шкале)
1	1.1. Специально-подготовительные упражнения.	ОК-9	З.Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни У.Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни Н.Владеть навыками самоорганизации в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни	Выполнение практических заданий преподавателя	Каждое задание 1 балл. 5заданий. Выполнить задание в полном соответствии с условиями преподавателя. (5)
2		ОК-9	З.Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни У.Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни Н.Владеть навыками самоорганизации в	Подготовительные упражнения, самостраховка	Оценивается 2 упражнения. Выполнение приема оценивается: - «выполнено» 5 баллов - если прием выполнен технически правильно, быстро, уверенно и доведен до завершения; - «выполнено» 4

№ п/п	Этапы формирования компетенций (Тема из рабочей программы дисциплины)	Перечень формируемых компетенций по ФГОС ВО	(ЗУНы: (З.1...З.п, У.1...У.п, Н.1...Н.п))	Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (Наименование оценочного средства)	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания (по 100-балльной шкале)
			соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни		балла - если прием выполнен технически правильно, , уверенно и доведен до завершения, но не достаточно быстро; - «выполнено» 3 балла - если прием выполнен технически в основном правильно, доведен до завершения, но недостаточно быстро и уверенно; - «выполнено» 2 балла - если соблюдена динамическая структура приема, но прием выполнялся с остановками, неуверенно; - «выполнено» 1 балл - если прием выполнен не в соответствии с техникой, медленно и неуверенно. - «не выполнено» 0 балл - если прием не выполнен. (2)
3	1.2. Приемы борьбы лежа.	ОК-9	З.Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни У.Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни	Выполнение практических заданий преподавателя	Каждое задание 1 балл. 5заданий. Выполнить задание в полном соответствии с условиями преподавателя. (5)

№ п/п	Этапы формирования компетенций (Тема из рабочей программы дисциплины)	Перечень формируемых компетенций по ФГОС ВО	(ЗУНы: (З.1...З.п, У.1...У.п, Н.1...Н.п)	Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (Наименование оценочного средства)	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания (по 100-балльной шкале)
			Н. Владеть навыками самоорганизации в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни		
4		ОК-9	<p>З. Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни</p> <p>У. Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни</p> <p>Н. Владеть навыками самоорганизации в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни</p>	Приемы борьбы лежа	<p>Оценивается 1 упражнение. Выполнение приема оценивается:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «выполнено» 5 баллов - если прием выполнен технически правильно, быстро, уверенно и доведен до завершения; - «выполнено» 4 балла - если прием выполнен технически правильно, , уверенно и доведен до завершения, но не достаточно быстро; - «выполнено» 3 балла - если прием выполнен технически в основном правильно, доведен до завершения, но недостаточно быстро и уверенно; - «выполнено» 2 балла - если соблюдена динамическая структура приема, но прием выполнялся с остановками, неуверенно; - «выполнено» 1 балл - если прием

№ п/п	Этапы формирования компетенций (Тема из рабочей программы дисциплины)	Перечень формируемых компетенций по ФГОС ВО	(ЗУНы: (З.1...З.п, У.1...У.п, Н.1...Н.п))	Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (Наименование оценочного средства)	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания (по 100-балльной шкале)
					выполнен не в соответствии с техникой, медленно и неуверенно. - «не выполнено» 0 балл - если прием не выполнен. (2)
5	1.3. Удары и защита от ударов.	ОК-9	З.Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни У.Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни Н.Владеть навыками самоорганизации в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни	Выполнение практических заданий преподавателя	Каждое задание 1 балл. 5заданий. Выполнить задание в полном соответствии с условиями преподавателя. (5)
6		ОК-9	З.Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни У.Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни Н.Владеть навыками самоорганизации в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни	Удары руками и защита от ударов	Оценивается 2 упражнения. Выполнение приема оценивается: - «выполнено» 5 баллов - если прием выполнен технически правильно, быстро, уверенно и доведен до завершения; - «выполнено» 4 балла - если прием выполнен технически правильно, , уверенно и доведен до завершения, но не достаточно быстро; - «выполнено» 3

№ п/п	Этапы формирования компетенций (Тема из рабочей программы дисциплины)	Перечень формируемых компетенций по ФГОС ВО	(ЗУНы: (З.1...З.п, У.1...У.п, Н.1...Н.п)	Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (Наименование оценочного средства)	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания (по 100-балльной шкале)
					<p>балла - если прием выполнен технически в основном правильно, доведен до завершения, но недостаточно быстро и уверенно;</p> <p>- «выполнено» 2 балла - если соблюдена динамическая структура приема, но прием выполнялся с остановками, неуверенно;</p> <p>- «выполнено» 1 балл - если прием выполнен не в соответствии с техникой, медленно и неуверенно.</p> <p>- «не выполнено» 0 балл - если прием не выполнен. (2)</p>
7	1.4. Болевые приемы стоя.	ОК-9	<p>З.Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни</p> <p>У.Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни</p> <p>Н.Владеть навыками самоорганизации в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни</p>	Болевые приемы стоя	<p>Оценивается 2 упражнения. Выполнение приема оценивается:</p> <p>- «выполнено» 5 баллов - если прием выполнен технически правильно, быстро, уверенно и доведен до завершения;</p> <p>- «выполнено» 4 балла - если прием выполнен технически правильно, , уверенно и доведен до завершения, но не достаточно</p>

№ п/п	Этапы формирования компетенций (Тема из рабочей программы дисциплины)	Перечень формируемых компетенций по ФГОС ВО	(ЗУНы: (З.1...З.п, У.1...У.п, Н.1...Н.п)	Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (Наименование оценочного средства)	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания (по 100-балльной шкале)
					<p>быстро;</p> <p>- «выполнено» 3 балла - если прием выполнен технически в основном правильно, доведен до завершения, но недостаточно быстро и уверенно;</p> <p>- «выполнено» 2 балла - если соблюдена динамическая структура приема, но прием выполнялся с остановками, неуверенно;</p> <p>- «выполнено» 1 балл - если прием выполнен не в соответствии с техникой, медленно и неуверенно.</p> <p>- «не выполнено» 0 балл - если прием не выполнен. (2)</p>
8		ОК-9	<p>З.Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни</p> <p>У.Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни</p> <p>Н.Владеть навыками самоорганизации в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни</p>	Выполнение практических заданий преподавателя	<p>Каждое задание 1 балл. 5заданий.</p> <p>Выполнить задание в полном соответствии с условиями преподавателя. (5)</p>
9	1.5. Приемы	ОК-9	З.Знать условия и	Выполнение	Каждое задание 1

№ п/п	Этапы формирования компетенций (Тема из рабочей программы дисциплины)	Перечень формируемых компетенций по ФГОС ВО	(ЗУНы: (З.1...З.п, У.1...У.п, Н.1...Н.п))	Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (Наименование оценочного средства)	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания (по 100-балльной шкале)
	борьбы стоя.		основные принципы ведения здорового образа жизни У. Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни Н. Владеть навыками самоорганизации в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни	практических заданий преподавателя	балл. 5заданий. Выполнить задание в полном соответствии с условиями преподавателя. (5)
10		ОК-9	З.Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни У. Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни Н. Владеть навыками самоорганизации в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни	Приемы борьбы стоя	Оценивается 2 упражнения. Выполнение приема оценивается: - «выполнено» 5 баллов - если прием выполнен технически правильно, быстро, уверенно и доведен до завершения; - «выполнено» 4 балла - если прием выполнен технически правильно, , уверенно и доведен до завершения, но не достаточно быстро; - «выполнено» 3 балла - если прием выполнен технически в основном правильно, доведен до завершения, но недостаточно быстро и уверенно;

№ п/п	Этапы формирования компетенций (Тема из рабочей программы дисциплины)	Перечень формируемых компетенций по ФГОС ВО	(ЗУНы: (З.1...З.п, У.1...У.п, Н.1...Н.п))	Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (Наименование оценочного средства)	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания (по 100-балльной шкале)
					<p>- «выполнено» 2 балла - если соблюдена динамическая структура приема, но прием выполнялся с остановками, неуверенно;</p> <p>- «выполнено» 1 балл - если прием выполнен не в соответствии с техникой, медленно и неуверенно.</p> <p>- «не выполнено» 0 балл - если прием не выполнен. (2)</p>
11	2.1. Упражнения общефизической подготовки. Гимнастика	ОК-9	<p>З.Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни</p> <p>У.Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни</p> <p>Н.Владеть навыками самоорганизации в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни</p>	Гимнастические упражнения	<p>Оценка общей физической подготовленности студента выставляется на основании результатов выполненных упражнений. Каждое упражнение оценивается до 5 баллов. Всего до 15 баллов.</p> <p>Подтягивание на перекладине. 12 раз – 5 баллов; 10 раз – 4 балла; 8 раз – 3 балла; 6 раз – 2 балла; 4 раза – 1 балл.</p> <p>Сгибание-разгибание рук в упоре лежа. 40 раз – 5 баллов; 35 раз – 4 балла; 30 раз – 3 балла; 27 раз – 2 балла; 25 раз – 1 балл.</p>

№ п/п	Этапы формирования компетенций (Тема из рабочей программы дисциплины)	Перечень формируемых компетенций по ФГОС ВО	(ЗУНы: (З.1...З.п, У.1...У.п, Н.1...Н.п)	Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (Наименование оценочного средства)	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания (по 100-балльной шкале)
					<p>Сгибание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту. 45 раз – 5 баллов; 40 раз – 4 балла; 35 раз – 3 балла; 30 раз – 2 балла; 25 раз – 1 балл.</p> <p>Девушки.</p> <p>Подтягивание на низкой перекладине. 15 раз – 5 баллов; 10 раз – 4 балла; 8 раз – 3 балла; 6 раз – 2 балла; 5 раз – 1 балл.</p> <p>Сгибание-разгибание рук в упоре лежа. 12 раз – 5 баллов; 10 раз – 4 балла; 8 раз – 3 балла; 7 раз – 2 балла; 6 раз – 1 балл.</p> <p>Сгибание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту. 40 раз – 5 баллов; 38 раз – 4 балла; 34 раза – 3 балла; 30 раз – 2 балла; 25 раз – 1 балл. (2)</p>
12	2.2. Упражнения общефизической подготовки. Легкая атлетика.	ОК-9	З.Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни У.Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми	Выполнение практических заданий преподавателя	Каждое задание 1 балл. 5заданий. Выполнить задание в полном соответствии с условиями преподавателя. (2)

№ п/п	Этапы формирования компетенций (Тема из рабочей программы дисциплины)	Перечень формируемых компетенций по ФГОС ВО	(ЗУНы: (З.1...З.п, У.1...У.п, Н.1...Н.п)	Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (Наименование оценочного средства)	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания (по 100-балльной шкале)
			представлениями о здоровом образе жизни		
13		ОК-9	<p>З.Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни</p> <p>У. Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни</p> <p>Н. Владеть навыками самоорганизации в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни</p>	Легкоатлетические упражнения	<p>Оценка общей физической подготовленности студента выставляется на основании результатов выполненных упражнений. 2 упражнения. Каждое упражнение оценивается до 5 баллов. Всего до 10 баллов.</p> <p>Юноши: Челночный бег 10х10 м 26,0 сек – 5 баллов; 26,5 сек. – 4 балла; 27,0 сек – 3 балла; 27,5 сек – 2 балла; 28,0 сек – 1 балл.</p> <p>Прыжки в длину 230 см – 5 баллов; 215 см – 4 балла; 200 см – 3 балла; 190 см – 2 балла; 180 см – 1 балл.</p> <p>Девушки Челночный бег 10х10 м 28,0 сек – 5 баллов; 29,0 сек. – 4 балла; 30,0 сек – 3 балла; 31,0 сек – 2 балла; 32,0 сек – 1 балл.</p> <p>Прыжки в длину 180 см – 5 баллов; 175 см – 4 балла; 170 см –</p>

№ п/п	Этапы формирования компетенций (Тема из рабочей программы дисциплины)	Перечень формируемых компетенций по ФГОС ВО	(ЗУНы: (З.1...З.п, У.1...У.п, Н.1...Н.п))	Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (Наименование оценочного средства)	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания (по 100-балльной шкале)
					3 балла; 165 см – 2 балла; 160 см – 1 балл. (2)
14	3.1. Специально-подготовительные упражнения.	ОК-9	З.Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни У.Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни Н.Владеть навыками самоорганизации в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни	Выполнение практических заданий преподавателя	Каждое задание 1 балл. 5заданий. Выполнить задание в полном соответствии с условиями преподавателя. (5)
15		ОК-9	З.Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни У.Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни Н.Владеть навыками самоорганизации в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни	Специально-подготовительные упражнения	Оценивается 2 упражнения. Выполнение приема оценивается: - «выполнено» 5 баллов - если прием выполнен технически правильно, быстро, уверенно и доведен до завершения; - «выполнено» 4 балла - если прием выполнен технически правильно, , уверенно и доведен до завершения, но не достаточно быстро; - «выполнено» 3 балла - если прием выполнен технически в основном правильно, доведен до

№ п/п	Этапы формирования компетенций (Тема из рабочей программы дисциплины)	Перечень формируемых компетенций по ФГОС ВО	(ЗУНы: З.1...З.п, У.1...У.п, Н.1...Н.п)	Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (Наименование оценочного средства)	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания (по 100-балльной шкале)
					завершения, но недостаточно быстро и уверенно; - «выполнено» 2 балла - если соблюдена динамическая структура приема, но прием выполнялся с остановками, неуверенно; - «выполнено» 1 балл - если прием выполнен не в соответствии с техникой, медленно и неуверенно. - «не выполнено» 0 балл - если прием не выполнен. (2)
16	3.2. Приемы борьбы лежа, болевые приемы	ОК-9	З.Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни У.Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни Н.Владеть навыками самоорганизации в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни	Выполнение практических заданий преподавателя	Каждое задание 1 балл. 5заданий. Выполнить задание в полном соответствии с условиями преподавателя. (2)
17		ОК-9	З.Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни У.Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми	Приемы борьбы лежа, болевые приемы	Оценивается 1 упражнение. Выполнение приема оценивается: - «выполнено» 5 баллов - если прием выполнен технически

№ п/п	Этапы формирования компетенций (Тема из рабочей программы дисциплины)	Перечень формируемых компетенций по ФГОС ВО	(ЗУНы: (З.1...З.п, У.1...У.п, Н.1...Н.п)	Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (Наименование оценочного средства)	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания (по 100-балльной шкале)
			представлениями о здоровом образе жизни Н. Владеть навыками самоорганизации в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни		правильно, быстро, уверенно и доведен до завершения; - «выполнено» 4 балла - если прием выполнен технически правильно, , уверенно и доведен до завершения, но не достаточно быстро; - «выполнено» 3 балла - если прием выполнен технически в основ-ном правильно, доведен до завершения, но недостаточно быстро и уверенно; - «выполнено» 2 балла - если соблюдена динамическая структура приема, но прием выполнялся с остановками, неуверенно; - «выполнено» 1 балл - если прием выполнен не в соответствии с техникой, медленно и неуверенно. - «не выполнено» 0 балл - если прием не выполнен. (2)
18	3.3. Удары ногами и защита от ударов.	ОК-9	З.Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни У. Уметь применять методы и средства организации жизни в	Выполнение практических заданий преподавателя	Каждое задание 1 балл. 5заданий. Выполнить задание в полном соответствии с условиями преподавателя.

№ п/п	Этапы формирования компетенций (Тема из рабочей программы дисциплины)	Перечень формируемых компетенций по ФГОС ВО	(ЗУНы: (З.1...З.п, У.1...У.п, Н.1...Н.п)	Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (Наименование оценочного средства)	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания (по 100-балльной шкале)
			соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни Н. Владеть навыками самоорганизации в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни		(2)
19		ОК-9	З. Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни У. Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни Н. Владеть навыками самоорганизации в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни	Ударты ногами и защита от ударов	Оценивается 2 упражнения. Выполнение приема оценивается: - «выполнено» 5 баллов - если прием выполнен технически правильно, быстро, уверенно и доведен до завершения; - «выполнено» 4 балла - если прием выполнен технически правильно, , уверенно и доведен до завершения, но не достаточно быстро; - «выполнено» 3 балла - если прием выполнен технически в основ-ном правильно, доведен до завершения, но недостаточно быстро и уверенно; - «выполнено» 2 балла - если соблюдена динамическая структура приема, но прием

№ п/п	Этапы формирования компетенций (Тема из рабочей программы дисциплины)	Перечень формируемых компетенций по ФГОС ВО	(ЗУНы: (З.1...З.п, У.1...У.п, Н.1...Н.п))	Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (Наименование оценочного средства)	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания (по 100-балльной шкале)
					выполнялся с остановками, неуверенно; - «выполнено» 1 балл - если прием выполнен не в соответствии с техникой, медленно и неуверенно. - «не выполнено» 0 балл - если прием не выполнен. (2)
20	3.4. Комбинации болевых приемов стоя.	ОК-9	З.Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни У.Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни Н.Владеть навыками самоорганизации в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни	Выполнение практических заданий преподавателя	Каждое задание 1 балл. 5заданий. Выполнить задание в полном соответствии с условиями преподавателя. (2)
21		ОК-9	З.Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни У.Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни Н.Владеть навыками самоорганизации в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни	Комбинации болевых приемов стоя	Оценивается 2 упражнения. Выполнение приема оценивается: - «выполнено» 5 баллов - если прием выполнен технически правильно, быстро, уверенно и доведен до завершения; - «выполнено» 4 балла - если прием выполнен технически правильно, , уверенно и

№ п/п	Этапы формирования компетенций (Тема из рабочей программы дисциплины)	Перечень формируемых компетенций по ФГОС ВО	(ЗУНы: (З.1...З.п, У.1...У.п, Н.1...Н.п)	Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (Наименование оценочного средства)	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания (по 100-балльной шкале)
					<p>доведен до завершения, но не достаточно быстро;</p> <p>- «выполнено» 3 балла - если прием выполнен технически в основном правильно, доведен до завершения, но недостаточно быстро и уверенно;</p> <p>- «выполнено» 2 балла - если соблюдена динамическая структура приема, но прием выполнялся с остановками, неуверенно;</p> <p>- «выполнено» 1 балл - если прием выполнен не в соответствии с техникой, медленно и неуверенно.</p> <p>- «не выполнено» 0 балл - если прием не выполнен. (2)</p>
22	3.5. Комбинации приемов борьбы стоя.	ОК-9	<p>З.Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни</p> <p>У.Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни</p> <p>Н.Владеть навыками самоорганизации в соответствии с социально значимыми представлениями о</p>	Выполнение практических заданий преподавателя	<p>Каждое задание 1 балл. 5заданий.</p> <p>Выполнить задание в полном соответствии с условиями преподавателя.</p> <p>(2)</p>

№ п/п	Этапы формирования компетенций (Тема из рабочей программы дисциплины)	Перечень формируемых компетенций по ФГОС ВО	(ЗУНы: (З.1...З.п, У.1...У.п, Н.1...Н.п)	Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (Наименование оценочного средства)	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания (по 100-балльной шкале)
			здоровом образе жизни		
23		ОК-9	<p>З.Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни</p> <p>У. Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни</p> <p>Н. Владеть навыками самоорганизации в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни</p>	Комбинации приемов борьбы стоя	<p>Оценивается 2 упражнения. Выполнение приема оценивается:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «выполнено» 5 баллов - если прием выполнен технически правильно, быстро, уверенно и доведен до завершения; - «выполнено» 4 балла - если прием выполнен технически правильно, , уверенно и доведен до завершения, но не достаточно быстро; - «выполнено» 3 балла - если прием выполнен технически в основном правильно, доведен до завершения, но недостаточно быстро и уверенно; - «выполнено» 2 балла - если соблюдена динамическая структура приема, но прием выполнялся с остановками, неуверенно; - «выполнено» 1 балл - если прием выполнен не в соответствии с техникой, медленно и неуверенно.

№ п/п	Этапы формирования компетенций (Тема из рабочей программы дисциплины)	Перечень формируемых компетенций по ФГОС ВО	(ЗУНы: (З.1...З.п, У.1...У.п, Н.1...Н.п)	Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (Наименование оценочного средства)	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания (по 100-балльной шкале)
					- «не выполнено» 0 балл - если прием не выполнен. (2)
24	4.1. Гимнастика.	ОК-9	З.Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни У. Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни Н. Владеть навыками самоорганизации в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни	Гимнастика	Оценка общей физической подготовленности студента выставляется на основании результатов выполненных упражнений. Каждое упражнение оценивается до 5 баллов. Всего до 15 баллов. Подтягивание на перекладине. 12 раз – 5 баллов; 10 раз – 4 балла; 8 раз – 3 балла; 6 раз – 2 балла; 4 раза – 1 балл. Сгибание-разгибание рук в упоре лежа. 40 раз – 5 баллов; 35 раз – 4 балла; 30 раз – 3 балла; 27 раз – 2 балла; 25 раз – 1 балл. Сгибание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту. 45 раз – 5 баллов; 40 раз – 4 балла; 35 раз – 3 балла; 30 раз – 2 балла; 25 раз – 1 балл. Девушки. Подтягивание на низкой

№ п/п	Этапы формирования компетенций (Тема из рабочей программы дисциплины)	Перечень формируемых компетенций по ФГОС ВО	(ЗУНы: (З.1...З.п, У.1...У.п, Н.1...Н.п)	Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (Наименование оценочного средства)	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания (по 100-балльной шкале)
					<p>перекладине. 15 раз – 5 баллов; 10 раз – 4 балла; 8 раз – 3 балла; 6 раз – 2 балла; 5 раз – 1 балл. Сгибание-разгибание рук в упоре лежа.</p> <p>12 раз – 5 баллов; 10 раз – 4 балла; 8 раз – 3 балла; 7 раз – 2 балла; 6 раз – 1 балл.</p> <p>Сгибание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту. 40 раз – 5 баллов; 38 раз – 4 балла; 34 раза – 3 балла; 30 раз – 2 балла; 25 раз – 1 балл. (2)</p>
25	4.2. Легкая атлетика.	ОК-9	З.Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни У.Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни	Выполнение практических заданий преподавателя	Каждое задание 1 балл. 5заданий. Выполнить задание в полном соответствии с условиями преподавателя. (2)
26		ОК-9	З.Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни У.Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни Н.Владеть навыками	Легкая атлетика	Оценка общей физической подготовленности студента выставляется на основании результатов выполненных упражнений. 2 упражнения. Каждое упражнение оценивается до 5

№ п/п	Этапы формирования компетенций (Тема из рабочей программы дисциплины)	Перечень формируемых компетенций по ФГОС ВО	(ЗУНы: (З.1...З.п, У.1...У.п, Н.1...Н.п)	Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (Наименование оценочного средства)	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания (по 100-балльной шкале)
			самоорганизации в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни		баллов. Всего до 10 баллов. Юноши: Челночный бег 10х10 м 26,0 сек – 5 баллов; 26,5 сек. – 4 балла; 27,0 сек – 3 балла; 27,5 сек – 2 балла; 28,0 сек – 1 балл. Прыжки в длину 230 см – 5 баллов; 215 см – 4 балла; 200 см – 3 балла; 190 см – 2 балла; 180 см – 1 балл. Девушки Челночный бег 10х10 м 28,0 сек – 5 баллов; 29,0 сек. – 4 балла; 30,0 сек – 3 балла; 31,0 сек – 2 балла; 32,0 сек – 1 балл. Прыжки в длину 180 см – 5 баллов; 175 см – 4 балла; 170 см – 3 балла; 165 см – 2 балла; 160 см – 1 балл. (2)
27	5.1. Специально-подготовительные упражнения.	ОК-9	З.Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни У.Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни Н.Владеть навыками	Выполнение практических заданий преподавателя	Каждое задание 1 балл. 5заданий. Выполнить задание в полном соответствии с условиями преподавателя. (2)

№ п/п	Этапы формирования компетенций (Тема из рабочей программы дисциплины)	Перечень формируемых компетенций по ФГОС ВО	(ЗУНы: (З.1...З.п, У.1...У.п, Н.1...Н.п)	Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (Наименование оценочного средства)	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания (по 100- балльной шкале)
			самоорганизации в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни		
28		ОК-9	<p>З.Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни</p> <p>У.Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни</p> <p>Н.Владеть навыками самоорганизации в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни</p>	Подготовительные упражнения, самостраховка	<p>Оценивается 2 упражнения. Выполнение приема оценивается:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «выполнено» 5 баллов - если прием выполнен технически правильно, быстро, уверенно и доведен до завершения; - «выполнено» 4 балла - если прием выполнен технически правильно, , уверенно и доведен до завершения, но не достаточно быстро; - «выполнено» 3 балла - если прием выполнен технически в основ-ном правильно, доведен до завершения, но недостаточно быстро и уверенно; - «выполнено» 2 балла - если соблюдена динамическая структура приема, но прием выполнялся с остановками, неуверенно; - «выполнено» 1 балл - если прием выполнен не в

№ п/п	Этапы формирования компетенций (Тема из рабочей программы дисциплины)	Перечень формируемых компетенций по ФГОС ВО	(ЗУНы: (З.1...З.п, У.1...У.п, Н.1...Н.п)	Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (Наименование оценочного средства)	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания (по 100-балльной шкале)
					соответствии с техникой, медленно и неуверенно. - «не выполнено» 0 балл - если прием не выполнен. (2)
29	5.2. Приемы борьбы лежа.	ОК-9	З.Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни У.Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни Н.Владеть навыками самоорганизации в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни	Выполнение практических заданий преподавателя	Каждое задание 1 балл. 5заданий. Выполнить задание в полном соответствии с условиями преподавателя. (2)
30		ОК-9	З.Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни У.Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни Н.Владеть навыками самоорганизации в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни	Приемы борьбы лежа	Оценивается 1 упражнения. Выполнение приема оценивается: - «выполнено» 5 баллов - если прием выполнен технически правильно, быстро, уверенно и доведен до завершения; - «выполнено» 4 балла - если прием выполнен технически правильно, , уверенно и доведен до завершения, но не достаточно быстро; - «выполнено» 3 балла - если

№ п/п	Этапы формирования компетенций (Тема из рабочей программы дисциплины)	Перечень формируемых компетенций по ФГОС ВО	(ЗУНы: (З.1...З.п, У.1...У.п, Н.1...Н.п))	Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (Наименование оценочного средства)	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания (по 100-балльной шкале)
					<p>прием выполнен технически в основном правильно, доведен до завершения, но недостаточно быстро и уверенно;</p> <p>- «выполнено» 2 балла - если соблюдена динамическая структура приема, но прием выполнялся с остановками, неуверенно;</p> <p>- «выполнено» 1 балл - если прием выполнен не в соответствии с техникой, медленно и неуверенно.</p> <p>- «не выполнено» 0 балл - если прием не выполнен. (4)</p>
31	5.3. Удары и защита от ударов.	ОК-9	<p>З.Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни</p> <p>У.Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни</p> <p>Н.Владеть навыками самоорганизации в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни</p>	выполнение практических заданий преподавателя	<p>Каждое задание 1 балл. 5заданий. Выполнить задание в полном соответствии с условиями преподавателя. (2)</p>
32		ОК-9	З.Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни	Удары руками и защита от ударов	Оценивается 2 упражнения. Выполнение приема

№ п/п	Этапы формирования компетенций (Тема из рабочей программы дисциплины)	Перечень формируемых компетенций по ФГОС ВО	(ЗУНы: З.1...З.п, У.1...У.п, Н.1...Н.п)	Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (Наименование оценочного средства)	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания (по 100-балльной шкале)
			У. Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни Н. Владеть навыками самоорганизации в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни		оценивается: - «выполнено» 5 баллов - если прием выполнен технически правильно, быстро, уверенно и доведен до завершения; - «выполнено» 4 балла - если прием выполнен технически правильно, , уверенно и доведен до завершения, но не достаточно быстро; - «выполнено» 3 балла - если прием выполнен технически в основ-ном правильно, доведен до завершения, но недостаточно быстро и уверенно; - «выполнено» 2 балла - если соблюдена динамическая структура приема, но прием выполнялся с остановками, неуверенно; - «выполнено» 1 балл - если прием выполнен не в соответствии с техникой, медленно и неуверенно. - «не выполнено» 0 балл - если прием не выполнен. (2)
33	5.4. Болевые приемами стоя.	ОК-9	З.Знать условия и основные принципы	Болевые приемы стоя	Оценивается 2 упражнения.

№ п/п	Этапы формирования компетенций (Тема из рабочей программы дисциплины)	Перечень формируемых компетенций по ФГОС ВО	(ЗУНы: З.1...З.п, У.1...У.п, Н.1...Н.п)	Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (Наименование оценочного средства)	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания (по 100-балльной шкале)
			<p>ведения здорового образа жизни</p> <p>У. Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни</p> <p>Н. Владеть навыками самоорганизации в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни</p>		<p>Выполнение приема оценивается:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «выполнено» 5 баллов - если прием выполнен технически правильно, быстро, уверенно и доведен до завершения; - «выполнено» 4 балла - если прием выполнен технически правильно, , уверенно и доведен до завершения, но не достаточно быстро; - «выполнено» 3 балла - если прием выполнен технически в основ-ном правильно, доведен до завершения, но недостаточно быстро и уверенно; - «выполнено» 2 балла - если соблюдена динамическая структура приема, но прием выполнялся с остановками, неуверенно; - «выполнено» 1 балл - если прием выполнен не в соответствии с техникой, медленно и неуверенно. - «не выполнено» 0 балл - если прием не выполнен. (4)

№ п/п	Этапы формирования компетенций (Тема из рабочей программы дисциплины)	Перечень формируемых компетенций по ФГОС ВО	(ЗУНы: (З.1...З.п, У.1...У.п, Н.1...Н.п)	Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (Наименование оценочного средства)	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания (по 100-балльной шкале)
34		ОК-9	З.Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни У.Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни Н.Владеть навыками самоорганизации в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни	Выполнение практических заданий преподавателя	Каждое задание 1 балл. 5заданий. Выполнить задание в полном соответствии с условиями преподавателя. (2)
35	5.5. Приемы борьбы стоя.	ОК-9	З.Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни У.Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни	Выполнение практических заданий преподавателя	Каждое задание 1 балл. 5заданий. Выполнить задание в полном соответствии с условиями преподавателя. (2)
36		ОК-9	З.Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни У.Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни Н.Владеть навыками самоорганизации в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни	Приемы борьбы стоя	Оценивается 2 упражнения. Выполнение приема оценивается: - «выполнено» 5 баллов - если прием выполнен технически правильно, быстро, уверенно и доведен до завершения; - «выполнено» 4 балла - если прием выполнен технически правильно, , уверенно и доведен до завершения, но

№ п/п	Этапы формирования компетенций (Тема из рабочей программы дисциплины)	Перечень формируемых компетенций по ФГОС ВО	(ЗУНы: З.1...З.п, У.1...У.п, Н.1...Н.п)	Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (Наименование оценочного средства)	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания (по 100-балльной шкале)
					<p>не достаточно быстро;</p> <p>- «выполнено» 3 балла - если прием выполнен технически в основном правильно, доведен до завершения, но недостаточно быстро и уверенно;</p> <p>- «выполнено» 2 балла - если соблюдена динамическая структура приема, но прием выполнялся с остановками, неуверенно;</p> <p>- «выполнено» 1 балл - если прием выполнен не в соответствии с техникой, медленно и неуверенно.</p> <p>- «не выполнено» 0 балл - если прием не выполнен. (4)</p>
37	6.1. Упражнения общефизической подготовки. Гимнастика	ОК-9	<p>З.Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни</p> <p>У.Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни</p> <p>Н.Владеть навыками самоорганизации в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни</p>	Гимнастические упражнения	<p>Оценка общей физической подготовленности студента выставляется на основании результатов выполненных упражнений. Каждое упражнение оценивается до 5 баллов. Всего до 15 баллов.</p> <p>Подтягивание на перекладине. 12 раз – 5 баллов;</p>

№ п/п	Этапы формирования компетенций (Тема из рабочей программы дисциплины)	Перечень формируемых компетенций по ФГОС ВО	(ЗУНы: (З.1...З.п, У.1...У.п, Н.1...Н.п)	Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (Наименование оценочного средства)	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания (по 100-балльной шкале)
					<p>10 раз – 4 балла; 8 раз – 3 балла; 6 раз – 2 балла; 4 раза – 1 балл. Сгибание-разгибание рук в упоре лежа.</p> <p>40 раз – 5 баллов; 35 раз – 4 балла; 30 раз – 3 балла; 27 раз – 2 балла; 25 раз – 1 балл.</p> <p>Сгибание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту.</p> <p>45 раз – 5 баллов; 40 раз – 4 балла; 35 раз – 3 балла; 30 раз – 2 балла; 25 раз – 1 балл.</p> <p>Девушки.</p> <p>Подтягивание на низкой перекладине.</p> <p>15 раз – 5 баллов; 10 раз – 4 балла; 8 раз – 3 балла; 6 раз – 2 балла; 5 раз – 1 балл. Сгибание-разгибание рук в упоре лежа.</p> <p>12 раз – 5 баллов; 10 раз – 4 балла; 8 раз – 3 балла; 7 раз – 2 балла; 6 раз – 1 балл.</p> <p>Сгибание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту.</p> <p>40 раз – 5 баллов; 38 раз – 4 балла;</p>

№ п/п	Этапы формирования компетенций (Тема из рабочей программы дисциплины)	Перечень формируемых компетенций по ФГОС ВО	(ЗУНы: (З.1...З.п, У.1...У.п, Н.1...Н.п))	Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (Наименование оценочного средства)	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания (по 100-балльной шкале)
					34 раза – 3 балла; 30 раз – 2 балла; 25 раз – 1 балл. (2)
38	6.2. Упражнения общефизической подготовки. Легкая атлетика.	ОК-9	З.Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни У. Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни Н. Владеть навыками самоорганизации в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни	Легкоатлетические упражнения	Оценка общей физической подготовленности студента выставляется на основании результатов выполненных упражнений. Каждое упражнение оценивается до 5 баллов. Всего до 15 баллов. Юноши: Челночный бег 10х10 м 26,0 сек – 5 баллов; 26,5 сек. – 4 балла; 27,0 сек – 3 балла; 27,5 сек – 2 балла; 28,0 сек – 1 балл. Прыжки в длину 230 см – 5 баллов; 215 см – 4 балла; 200 см – 3 балла; 190 см – 2 балла; 180 см – 1 балл. Тройной прыжок. 700 см – 5 баллов; 650 см – 4 балла; 600 см – 3 балла; 550 см – 2 балла; 500 см – 1 балл. Девушки Челночный бег 10х10 м 28,0 сек – 5 баллов; 29,0 сек. – 4 балла; 30,0 сек – 3 балла; 31,0 сек – 2

№ п/п	Этапы формирования компетенций (Тема из рабочей программы дисциплины)	Перечень формируемых компетенций по ФГОС ВО	(ЗУНы: (З.1...З.п, У.1...У.п, Н.1...Н.п)	Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (Наименование оценочного средства)	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания (по 100-балльной шкале)
					балла; 32,0 сек – 1 балл. Прыжки в длину 180 см – 5 баллов; 175 см – 4 балла; 170 см – 3 балла; 165 см – 2 балла; 160 см – 1 балл. Приседание в течение 1 мин. 45 раз – 5 баллов; 40 раз – 4 балла; 35 раз – 3 балла; 30 раз – 2 балла; 25 раз – 1 балл. (2)
				Итого	100

6.2. Промежуточный контроль (зачет, экзамен)

Рабочим учебным планом предусмотрен Зачет в семестре 12.

ВОПРОСЫ ДЛЯ ПРОВЕРКИ ЗНАНИЙ:

1-й вопрос билета (30 баллов), вид вопроса: Тест/проверка знаний. Критерий: Выполнить упражнение общефизической подготовки. Для юношей. Подтягивание на перекладине. 12 раз - 20 баллов, на каждый раз меньше минус 2 балла. Челночный бег 10х10 м. 25,0 сек 20 - баллов. На каждую 0,1 сек. хуже минус 1 балл, пресс в течении 1 минуты. 40 раз - 20 баллов. На одно повторение меньше минус 1 балл. Для девушек. сгибание-разгибание рук в упоре лежа. 12 раз - 20 баллов, на каждый раз меньше минус 2 балла. Челночный бег 10х10 м. 28,0 сек 20 - баллов. На каждую 0,1 сек. хуже минус 1 балл, Пресс в течении 1 минуты. 35 раз - 20 баллов. На одно повторение меньше минус 1 балл..

Компетенция: ОК-9 способность организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни

Знание: Знать условия и основные принципы ведения здорового образа жизни

1. Подтягивание на перекладине (сгибание-разгибание рук в упоре лежа для девушек), челночный бег 10х10 м, сгибание туловища в положении лежа на спине за 1 минуту.

ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕРКИ УМЕНИЙ:

2-й вопрос билета (40 баллов), вид вопроса: Задание на умение. Критерий: Выполнить приемы самостраховки при падении на спину, на бок. Оценка "отлично" - 20 баллов, "хорошо" - 15 баллов, "удовлетворительно" - 10 баллов. Выполнить бросок "задняя

подножка" Оценка "отлично" - 40 баллов, "хорошо" - 30 баллов, "удовлетворительно" - 20 баллов..

Компетенция: ОК-9 способность организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни

Умение: Уметь применять методы и средства организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни

Задача № 1. Самостраховка при падении на спину, на бок. Бросок "Задняя подножка"

ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕРКИ НАВЫКОВ:

3-й вопрос билета (30 баллов), вид вопроса: Задание на навыки. Критерий: Выполнить приемы самостраховки при падении на спину, на бок. Оценка "отлично" - 20 баллов, "хорошо" - 15 баллов, "удовлетворительно" - 10 баллов. Выполнить бросок "задняя подножка" Оценка "отлично" - 40 баллов, "хорошо" - 30 баллов, "удовлетворительно" - 20 баллов..

Компетенция: ОК-9 способность организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни

Навык: Владеть навыками самоорганизации в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни

Задание № 1. Выполнить задание

ОБРАЗЕЦ БИЛЕТА

Министерство науки и высшего образования
Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение
высшего образования
**«БАЙКАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «БГУ»)**

Направление - 38.05.01 Экономическая
безопасность
Профиль - Экономико-правовое
обеспечение экономической
безопасности
Кафедра правового обеспечения
национальной безопасности
Дисциплина - Физическая культура и
спорт (элективные дисциплины):
атлетическая гимнастика, аэробика,
бадминтон, баскетбол, волейбол,
настольный теннис, специальная
медицинская группа

БИЛЕТ № 1

1. Тест (30 баллов).
2. Самостраховка при падении на спину, на бок. Бросок "Задняя подножка" (40 баллов).
3. Выполнить задание (30 баллов).

Составитель _____ С.А. Чмара

Заведующий кафедрой _____ В.В. Чуксина

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

а) основная литература:

1. Шумик В., Володина М. Безопасность при занятиях физкультурой и спортом/ В. Шумик, М. Володина// Библиотека инженера по охране труда
2. Бароненко В. А. Валентина Александровна, Рапопорт Л. А. Леонид Аронович Здоровье и физическая культура студента. допущено М-вом образования и науки РФ. учебное пособие для сред. проф. образования. 2-е изд., перераб./ В. А. Бароненко, Л. А. Рапопорт.- М.: ИНФРА-М, 2012.-335 с.
3. Горбунов Г. Д., Гогунев Е. Н. Психология физической культуры и спорта. учеб. для вузов. рек. УМО высш. учеб. заведений/ Г. Д. Горбунов, Е. Н. Гогунев.- М.: Академия, 2009.-256 с.
4. Бишаева А. А. Физическая культура. рек. Федеральным ин-том развития образования. учебник для нач. и сред. проф. образования. 6-е изд., стер./ А. А. Бишаева.- М.: Академия, 2013.-299
5. [Макаренко В.К. Формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом. /В.К. Макаренко // Известия Пензенского государственного педагогического университета им. В.Г. Белинского. - 2008. - №10. - С. 140-144. - URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-motivatsii-k-zanyatiyam-fizicheskoy-kulturoy-i-sportom>](http://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-motivatsii-k-zanyatiyam-fizicheskoy-kulturoy-i-sportom)

б) дополнительная литература:

1. Сысоев Ю. В. Задачи и направления патриотического воспитания в сфере физической культуры и спорта/ Ю. В. Сысоев// Инновации в образовании
2. Семенова Е. В., Куликов Л. М. Исследование динамики содержательных компонент профессиональной деятельности высшего физкультурного образования/ Е. В. Семенова, Л. М. Куликов// Н 2, С. 76-80, 2008, ч.з 2-202
3. Голощапов Б. Р. Борис Романович История физической культуры и спорта. учеб. пособие для вузов. рек. УМО по специальностям пед. образования. 4-е изд., испр./ Б. Р. Голощапов.- М.: Академия, 2007.-312 с.
4. Олимпийский учебник студента. пособие для формирования системы олимпийского образования в нефизкультурных вузах. рек. Олимпийским комитетом России. 3-е изд., перераб. и доп./ В. С. Родиченко [и др.].- М.: Советский спорт, 2005.-126 с.
5. Перевошиков Ю. А. Состояние организма человека при экстремальных физических нагрузках/ Ю. А. Перевошиков.- Одесса: Юридична література, 2004.-196 с.
6. Филиппов В.М. Спорт - один из важнейших государственных приоритетов/ В. М. Филиппов.-66-67// Номер журнала, № 11, С. 66-67, 2008, ч.з 2-202
7. Евсеев О. Е. Учебно-методический комплекс по дисциплине "Физическая культура. Рукопашный бой". программа и методические указания по изучению курса. Гуманитарные и экономические специальности высшего профессионального образования. (очное обучение)/ сост. О. Е. Евсеев.- Иркутск: Изд-во БГУЭП, 2010.-16 с.
8. Виленский М. Я., Горшков А. Г. Физическая культура и здоровый образ жизни студента. учеб. пособие для вузов. допущено М-вом образования и науки РФ/ М. Я. Виленский, А. Г. Горшков.- М.: КноРус, 2012.-239 с.
9. [Маликов Н.В. Актуальные проблемы физической культуры и спорта в современных условиях жизни. / Н.В. Маликов. // Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. - 2007. - №6. - С.195-197. - URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/aktualnye-problemy-fizicheskoy-kultury-i-sporta-v-sovremennyh-usloviyah-zhizni>](http://cyberleninka.ru/article/n/aktualnye-problemy-fizicheskoy-kultury-i-sporta-v-sovremennyh-usloviyah-zhizni)
10. [Певницына Л.М. Как построить урок физической культуры в соответствии с требованиями ФГОС. / Л.М. Певницына. // Научное обеспечение системы повышения](#)

8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля), включая профессиональные базы данных и информационно-справочные системы

Для освоения дисциплины обучающемуся необходимы следующие ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

- Сайт Байкальского государственного университета, адрес доступа: <http://bgu.ru/>, доступ круглосуточный неограниченный из любой точки Интернет
- Сайт Юридического института «М-Логос», адрес доступа: <http://www.m-logos.ru>. доступ неограниченный
- Учебники онлайн, адрес доступа: <http://uchebnik-online.com/>. доступ неограниченный

9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Изучать дисциплину рекомендуется в соответствии с той последовательностью, которая обозначена в ее содержании.

На семинаре преподаватель организует обсуждение этой темы, выступая в качестве организатора, консультанта и эксперта учебно-познавательной деятельности обучающегося.

Изучение дисциплины (модуля) включает самостоятельную работу обучающегося.

Основными видами самостоятельной работы студентов с участием преподавателей являются:

- текущие консультации;

Основными видами самостоятельной работы студентов без участия преподавателей являются:

- самостоятельное изучение отдельных тем или вопросов по учебникам или учебным пособиям.

10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения

В учебном процессе используется следующее программное обеспечение:

- MS Office,

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

В учебном процессе используется следующее оборудование:

- Помещения для самостоятельной работы, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду вуза,
- Учебные аудитории для проведения: занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, практических занятий, выполнения курсовых работ, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектованные специализированной мебелью и техническими средствами обучения,
- Зал физической культуры,
- Спортивные залы,
- Спортивный зал (общефизической и профессионально-прикладной физической подготовки)