Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Гриб Владислав Валерьевич
Должность: Ректор
Дата подписания: 06.11.2026 16:22:03
Уникальный программный ключ:
637517d24e103c3db032acf37e839d98ec1c5bb2f5eb89c29abfcd7f43985447

Образовательное частное учреждение высшего образования

«МОСКОВСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ А.С. ГРИБОЕДОВА»

(ИМПЭ им. А.С. Грибоедова)

ФАКУЛЬТЕТ СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
(МЕЖДУНАРОДНЫЙ ДИПЛОМАТИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ)

УТВЕРЖДАЮ
Директор Международного
дипломатического колледжа
_____ Н.И. Платонова
«16» февраля 2026г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
Физическая культура

Специальность
09.02.11 Разработка и управление программным обеспечением

Квалификация выпускника:
Программист

на базе основного общего образования

Форма обучения: очная

Москва

Рабочая программа дисциплины «Физическая культура». Специальность 09.02.11 Разработка и управление программным обеспечением /– М.: ИМПЭ им. А. С. Грибоедова.

Рабочая программа учебного предмета составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта 09.02.11 Разработка и управление программным обеспечением, утвержденного приказом №138 от 24.02.2025 г. «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 09.02.11 Разработка и управление программным обеспечением».

Организация-разработчик:	Образовательное частное учреждение высшего образования «Московский университет имени А. С. Грибоедова»
Ответственный рецензент:	Е.В. Михалёва, к. ф.-м. н. исполнительный директор института информационных систем и инженерно-компьютерных технологий *(Ф.И.О., уч. степень, уч. звание, должность)*

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и одобрена на заседании Международного дипломатического колледжа «16» февраля 2026 г., протокол №6

Директор Международного
дипломатического колледжа_____/Н.И. Платонова

Согласовано от Библиотеки_____/О. Е. Стёпкина

2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Область применения рабочей программы дисциплины

Рабочая программа дисциплины «Физическая культура» является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности 09.02.11 Разработка и управление программным обеспечением.

2.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена

Дисциплина «Физическая культура» является обязательной частью социально гуманитарного цикла образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 09.02.11 «Разработка и управление программным обеспечением»

Дисциплина «Физическая культура» обеспечивает формирование общих компетенций по видам деятельности ФГОС по специальности 09.02.11 Разработка и управление программным обеспечением.

2.3. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

Обучающийся должен освоить следующие общие компетенции:

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;

В рамках программы дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания:

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 04. ОК 08.	- организовывать работу коллектива и команды; - взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; - пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности;	- психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; - основы проектной деятельности; - роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; - основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; - средства профилактики перенапряжения

3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	**Объем часов (очная форма)**
Объем образовательной программы дисциплины	180
в том числе:	
лекции, уроки	-
практические занятия	168
курсовая работа (проект)	-
консультации	-
Самостоятельная работа	-
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	12

3.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, курсовая работа (проект)	Объем в часах очной формы
1	2	3
Модуль 1. Развитие общей физической подготовленности обучающихся		**36**
Тема 1.1. Развитие двигательных качеств средствами общей физической подготовки.	**Практические занятия** Выполнение строевых упражнений и организационных команд. Освоение комплексов общеразвивающих упражнений для различных групп мышц. Выполнение упражнений на развитие координации движений. Выполнение упражнений на развитие гибкости и подвижности суставов. Выполнение упражнений на развитие силы мышц рук и плечевого пояса. Выполнение упражнений на развитие силы мышц ног и корпуса. Выполнение упражнений на развитие быстроты двигательной реакции. Выполнение упражнений на развитие общей выносливости. Совершенствование техники выполнения базовых физических упражнений.	**18**
Тема 1.2. Совершенствование физического состояния и функциональных возможностей организма.	**Практические занятия** Выполнение упражнений на формирование правильной осанки. Выполнение упражнений на укрепление мышечного корсета. Освоение комплексов упражнений для профилактики утомления. Выполнение дыхательных упражнений в сочетании с двигательными действиями. Выполнение упражнений на расслабление и восстановление организма. Развитие скоростно-силовых качеств в практической деятельности. Освоение круговой тренировки с чередованием нагрузки. Выполнение упражнений на самоконтроль физического состояния. Отработка индивидуальных комплексов физической нагрузки с учетом уровня подготовленности.	**18**
Модуль 2. Освоение легкоатлетических упражнений и развитие выносливости		**36**

Тема 2.1. Освоение техники легкоатлетических упражнений.	**Практические занятия** Освоение техники высокого старта и стартового разгона. Совершенствование техники бега на короткие дистанции. Совершенствование техники бега на средние дистанции. Освоение техники равномерного бега на выносливость. Выполнение упражнений на развитие специальной беговой подготовки. Освоение техники прыжка в длину с места. Освоение техники прыжка в длину с разбега. Выполнение метаний на дальность и точность. Совершенствование техники легкоатлетических упражнений в контрольных заданиях.	**18**

Тема 2.2. Развитие прикладных физических качеств средствами легкой атлетики.	**Практические занятия** Выполнение интервального бега с изменением темпа. Выполнение упражнений на развитие скоростной выносливости. Выполнение упражнений на развитие общей выносливости в циклической работе. Освоение эстафетного бега и командного взаимодействия. Выполнение прыжковых упражнений для развития взрывной силы. Выполнение беговых упражнений с преодолением условных препятствий. Освоение комплекса упражнений на восстановление после беговой нагрузки. Выполнение контрольных нормативов по легкоатлетической подготовке. Анализ индивидуальных результатов и коррекция техники движений.	**18**
Модуль 3. Освоение спортивных игр и развитие координационных способностей		**36**
Тема 3.1. Освоение технических действий в спортивных играх.	**Практические занятия** Освоение техники перемещений и стоек в спортивных играх. Освоение техники передачи и приема мяча. Освоение техники ведения мяча в движении. Освоение техники бросков и ударов по цели. Совершенствование техники подачи мяча в игровых упражнениях. Выполнение упражнений на развитие ловкости и быстроты в игре. Освоение индивидуальных тактических действий в нападении. Освоение индивидуальных тактических действий в защите. Совершенствование техники игровых действий в учебной игре.	**18**

Тема 3.2. Совершенствование командного взаимодействия и игровой подготовки.	**Практические занятия** Отработка групповых взаимодействий в спортивных играх. Совершенствование тактики командных действий в нападении. Совершенствование тактики командных действий в защите. Выполнение учебных двусторонних игр по упрощенным правилам. Выполнение игровых упражнений на развитие координации и ориентировки. Развитие скоростно-силовых качеств в игровых ситуациях. Выполнение упражнений на принятие решений в условиях дефицита времени. Освоение правил судейства и организации соревнований. Проведение контрольных игр и оценка индивидуального вклада в командную деятельность.	**18**
Модуль 4. Развитие силовой подготовленности и гимнастических навыков		**36**
Тема 4.1. Освоение гимнастических упражнений и развитие гибкости.	**Практические занятия** Выполнение строевых и перестроений в составе группы. Освоение гимнастических упражнений без предметов. Освоение гимнастических упражнений с предметами. Выполнение упражнений на развитие гибкости позвоночника и суставов. Выполнение акробатических элементов базового уровня. Освоение упражнений на равновесие и координацию движений. Выполнение упражнений на растягивание основных	**18**
	мышечных групп. Совершенствование техники выполнения гимнастических комбинаций. Выполнение комплексов утренней и производственной гимнастики.	
Тема 4.2. Развитие силы и силовой выносливости средствами физической подготовки.	**Практические занятия** Выполнение упражнений с собственным весом для развития силы. Выполнение упражнений на развитие силы мышц брюшного пресса. Выполнение упражнений на развитие силы мышц спины. Выполнение упражнений на развитие силы мышц рук и плечевого пояса. Выполнение упражнений на развитие силы мышц ног. Освоение методов многоповторной тренировки на силовую выносливость. Выполнение круговой тренировки силовой направленности. Выполнение упражнений на восстановление после силовой нагрузки. Проведение контрольных испытаний по силовой подготовленности.	**18**
Модуль 5. Формирование устойчивой потребности в физической культуре и здоровом образе жизни		**24**

Тема 5.1. Освоение оздоровительных технологий и методов самоконтроля.	**Практические занятия** Выполнение оздоровительных комплексов упражнений различной направленности. Освоение методов самоконтроля при физической нагрузке. Выполнение упражнений на восстановление работоспособности организма. Освоение дыхательных и релаксационных упражнений. Выполнение комплексов упражнений для профилактики нарушений осанки. Составление и выполнение индивидуального комплекса оздоровительной направленности.	**12**
Тема 5.2. Освоение оздоровительных технологий и методов самоконтроля.	**Практические занятия** Выполнение упражнений прикладной физической направленности. Совершенствование двигательных умений в условиях комплексной нагрузки. Выполнение контрольных упражнений на основные физические качества. Подготовка к сдаче нормативов по физической подготовленности. Выполнение учебноконтрольных заданий по физической культуре. Анализ достигнутых результатов и определение направлений дальнейшего физического совершенствования.	**12**
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета		**12**
Всего		**180**

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

4.1. Для реализации программы профессионального модуля должны быть предусмотрены следующие специальные помещения

Реализация профессионального модуля происходит в кабинете, который предназначен для проведения теоретических и практических занятий по междисциплинарному курсу.

Оборудование учебного кабинета: рабочие места обучающихся; рабочее место преподавателя; технические средства обучения: мультимедийный комплекс (проектор, экран), компьютер, колонки; оборудование: камера видеонаблюдения; доска меловая. Помещение для самостоятельной и воспитательной работы: столы, стулья, ПК обучающихся, программное обеспечение: 1С Предприятие, OnlyOffice (AGPLv3), GIMP (GNU GPL 3), Krita (GNU GPL 3), Inkscape (GNU GPL 3),
SciLab (CeCILL), Kaspersky Endpoint Security, Агент администрирования Kaspersky Security Center, Mozilla Firefox (MPL 2), Apache NetBeans IDE (Apache License 2), Notepadqq (GNU GPL 3), VSCodium (MIT), Mono Development IDE (MIT), PyCharm Community Edition (Apache License 2), Android Studio (Apache License 2), Python (Python Software Foundation License), Java (GNU GPL), Node.js (MIT), Git (GNU GPL 2), GitHub Desktop (No Copyright), UnityHub (Unity Companion License), FreeCAD (LGPL-2.0-or-later), Sweet Home 3D (GNU GPL 2+), draw.io (Apache License 2), DBeaver (Apache License 2), PostgreSQL (License (free and open-source)), MariaDB (GNU GPL), PSPP (GNU GPL 3), Wireshark (GNU GPL 2+),
Imunes (Creative Commons Attribution 4.0 International Public License), VirtualBox (GNU GPL 2), Apache (Apache License 2), Консультант+ (Коммерческая лицензия), OBS (GNU GPL).

4.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемых для использования в образовательном процессе.

Основная учебная литература:

1. Муллер, А. Б. Физическая культура: учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/560907.

2. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура: учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — Москва: Издательство Юрайт, 2026. — 450 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-18496-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/584662. 3. Алхасов, Д. С. Методика обучения предмету «Физическая культура»: в 2 ч. Ч. 1:
учебное пособие для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 254 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05755-3. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/539504.

4. Ямалетдинова, Г. А. Педагогика физической культуры и спорта: учебник для среднего профессионального образования / Г. А. Ямалетдинова. — Москва: Издательство

Юрайт, 2025. — 191 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-20085-0. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/569262.

5. Алхасов, Д. С. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания. Гимнастика: учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 247 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-21527-4. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/575089.

6. Лях, В. И. Физическая культура: базовый уровень: учебник. — 2-е изд., стер. — Москва: Просвещение, 2025. — 287 с. — ISBN 978-5-09-121618-9. — Текст: электронный // ЭБС Лань [сайт]. — URL: https://e.lanbook.com/book/473024/.

Дополнительная учебная литература:

1. Физическая культура: учебник для вузов / под редакцией Е. В. Конеевой. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-18617-8. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/564728.

2. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры: учебник и практикум для вузов / Д. С. Алхасов. — Москва: Издательство Юрайт, 2026. — 191 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04714-1. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/585856.

3. Стриханов, М. Н. Физическая культура и спорт в вузах: учебник / М. Н. Стриханов, В. И. Савинков. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 160 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10524-7. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/564215. 4. Муллер, А. Б. Физическая культура: учебник и практикум для вузов / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. — Москва: Издательство Юрайт, 2026. — 424 с. — (Высшее образование). — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/book/fizicheskaya-kultura-582806. 5. Стеблецов, Е. А. Биомеханика: учебник для вузов / Е. А. Стеблецов, И. И. Болдырев, Е. С. Болдырева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2026. — 159 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16481-7. — Текст: электронный
// Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/588430.

Базы данных и/или Интернет-ресурсы:

1. https://www.gto.ru/ – Официальный сайт ВФСК «ГТО»: нормативы, ступени, порядок выполнения испытаний, методические материалы по физической подготовке.
2. https://minsport.gov.ru/activity/mass-sport/ – Раздел Министерства спорта
Российской Федерации «Физическая культура и массовый спорт»: государственные материалы, направления развития массового спорта и физической культуры.
3. https://minsport.gov.ru/ – Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации: нормативные документы, проекты, новости и официальные материалы по сфере физической культуры и спорта.

4. https://minsport.gov.ru/activity/adaptive-physical-culture/ – Раздел по адаптивной физической культуре и спорту: документы и материалы по организации занятий для лиц с ограниченными возможностями здоровья.

5. https://studsport.ru/ – Официальный сайт Российского студенческого спортивного союза: студенческий спорт, мероприятия, лиги, организационные и методические материалы.

6. https://здоровое-питание.рф/ – Проект Роспотребнадзора «Здоровое питание»: научно-проверенные материалы по рациональному питанию, здоровому образу жизни и питанию при физической активности.

7. https://здоровое-питание.рф/school/ – «Школа здорового питания»: бесплатные видеоуроки и просветительские материалы для формирования культуры питания и здоровых привычек.

8. https://здоровое-питание.рф/services/calculators/ – Сервисы и калькуляторы проекта «Здоровое питание»: интерактивные инструменты для оценки параметров питания и образа жизни.

9. https://www.who.int/health-topics/physical-activity – Официальные материалы

Всемирной организации здравоохранения по физической активности: рекомендации, понятия и подходы к поддержанию двигательной активности.

10. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity – Информационный бюллетень ВОЗ по физической активности: польза двигательной активности, риски малоподвижного образа жизни, международные рекомендации по объёму нагрузки.

Официальные, справочно-библиографические и периодические издания:

1. Информационные технологии и вычислительные системы: научный журнал / гл. ред. Попков Ю.С.; учред. ФГУ «Федеральный исследовательский центр «Информатика и управление» РАН». - М., 2026

2. Экономика и математические методы: журнал / гл. ред. В.Л. Макаров / Российская Академия наук, Центральный экономико-математический институт, Институт проблем рынка - Российская академия наук, Москва, 2026

3. Экономический журнал Высшей школы экономики / Higher School of Economics Economic Journal: журнал / гл. ред. Е.Е. Гавриленков / Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики» - Издательский дом Высшей школы экономики, Москва, 2026

5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины		
- роль физической культуры в общекультурном, профессиональном социальном развитии человека - основы здорового образа жизни; - значение двигательной активности для сохранения и укрепления здоровья; - основные физические качества человека и способы их развития; - влияние физических упражнений на организм человека; - значение физической культуры для поддержания работоспособности и профилактики утомления; - основы организации самостоятельных занятий физических упражнениями; -правила безопасного поведения на занятиях и физической культурой; - основы самоконтроля при выполнении физических активностей; - средства профилактики перенапряжения; - условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; - значение командного взаимодействия в процессе выполнения физических упражнений и спортивных игр; - психологические основы деятельности коллектива; - психологические особенности личности; - основы проектной и профессиональной деятельности	Ответы на вопросы на знание и понимание: 85 - 100% правильных ответов – «отлично». 69-84% правильных ответов – обучающихся в ходе - «хорошо». 51-68% правильных ответов – «удовлетворительно» 50% и менее - «неудовлетворительно»	Устный опрос. Тестирование по темам дисциплины. Оценка ответов обучающихся в ходе текущего контроля. Зачет.

Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины		
- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья; - применять физические упражнения для достижения жизненных и профессиональных целей; - выполнять упражнения, направленные на развитие основных физических качеств; - применять рациональные приемы двигательной деятельности; - использовать средства профилактики перенапряжения, характерные для данной специальности; - соблюдать правила безопасного поведения на занятиях физической культурой; - осуществлять самоконтроль физического состояния; - подбирать упражнения для поддержания работоспособности и профилактики утомления; - выполнять комплексы общеразвивающих и оздоровительных упражнений; - взаимодействовать с обучающимися в процессе групповых и командных занятий; - согласовывать свои действия с действиями других участников команды; - проявлять ответственность за общий результат; - соблюдать нормы дисциплины и культуры общения. - оформлять пользовательский интерфейс	Ответы на вопросы на знание и понимание: выполнено полностью, без ошибок, техника выполнения упражнений соблюдается, обучающийся демонстрирует необходимый уровень физической подготовленности — «отлично» выполнено в целом верно, имеются 1–2 несущественные ошибки — «хорошо» выполнено частично, имеются ошибки в технике выполнения упражнений или взаимодействии в коллективе — «удовлетворительно» задание не выполнено или выполнено с существенными ошибками — «неудовлетворительно»	Оценка выполнения практических упражнений, командных и групповых заданий. Оценка взаимодействия обучающегося в процессе спортивных и подвижных игр. Наблюдение за техникой выполнения физических упражнений. Оценка результатов выполнения контрольных нормативов. Оценка уровня развития основных физических качеств. Педагогическое наблюдение за соблюдением норм дисциплины, правил безопасного поведения, культуры общения, правил самоконтроля и индивидуального режима физической нагрузки. Текущий контроль в ходе практических занятий. Зачет.

игры, очки, здоровье, сообщения, экраны паузы и завершения; - подключать звук и музыку, настраивать громкость и звуковые эффекты событий; - сохранять результаты и настройки игры в упрощенном виде и загружать их при запуске; - выполнять базовую отладку, проверку игровых сценариев и подготовку проекта к демонстрации и сборке.		

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки результатов обучения по учебной дисциплине

Темы для подготовки к промежуточной аттестации

1. Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека.
2. Значение физической культуры для сохранения и укрепления здоровья обучающихся.
3. Основные задачи физического воспитания в образовательной организации.
4. Понятие здорового образа жизни и его основные составляющие.
5. Влияние систематических занятий физическими упражнениями на организм человека.
6. Физическая культура как средство повышения работоспособности и профилактики утомления.
7. Основные физические качества человека: сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость.
8. Средства и методы развития силы.
9. Средства и методы развития быстроты.
10. Средства и методы развития выносливости.
11. Средства и методы развития гибкости.
12. Средства и методы развития ловкости и координации движений.
13. Понятие о физической нагрузке и ее регулировании в процессе занятий.
14. Принципы дозирования физической нагрузки.
15. Разминка и ее значение перед выполнением физических упражнений.
16. Заключительная часть занятия и ее значение для восстановления организма.
17. Самоконтроль в процессе занятий физической культурой.
18. Показатели самоконтроля при физической нагрузке.
19. Правила безопасного поведения на занятиях физической культурой.
20. Профилактика травматизма при выполнении физических упражнений.
21. Требования к спортивной форме и обуви на занятиях физической культурой.
22. Гигиенические основы занятий физической культурой.
23. Значение режима дня для сохранения здоровья и работоспособности.
24. Рациональное питание как условие поддержания здоровья и физической активности.
25. Влияние вредных привычек на состояние здоровья и физическую подготовленность.
26. Физкультурно-оздоровительная деятельность и ее значение в жизни человека.
27. Использование физических упражнений для профилактики нарушений осанки.
28. Использование физических упражнений для профилактики утомления и перенапряжения.
29. Особенности применения средств физической культуры в режиме учебного дня.
30. Особенности применения средств физической культуры в будущей профессиональной деятельности.
31. Профессионально-прикладная физическая подготовка и ее значение.
32. Средства профилактики перенапряжения, характерные для профессиональной деятельности обучающихся.
33. Основы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями.

34. Подбор упражнений для развития основных физических качеств.
35. Комплексы общеразвивающих упражнений и их значение.
36. Упражнения для формирования правильной осанки.
37. Упражнения для укрепления мышц спины, брюшного пресса и ног.
38. Легкая атлетика как средство развития физических качеств.
39. Беговые упражнения и их влияние на развитие выносливости и быстроты.
40. Прыжковые упражнения и их значение для развития скоростно-силовых качеств.
41. Гимнастические упражнения и их роль в физическом воспитании.
42. Спортивные и подвижные игры как средство физического развития.
43. Значение командных игр для формирования навыков взаимодействия в коллективе.
44. Развитие координационных способностей средствами подвижных и спортивных игр.
45. Контрольные нормативы по физической культуре и их назначение.
46. Оценка уровня физической подготовленности обучающихся.
47. Индивидуальный подход при выборе физической нагрузки.
48. Восстановление организма после физической нагрузки.
49. Двигательная активность как условие сохранения здоровья в течение жизни.
50. Формирование устойчивой потребности в занятиях физической культурой и спортом.

Темы для самостоятельной работы обучающихся

1. Роль физической культуры в формировании здорового образа жизни обучающегося.
2. Значение регулярной двигательной активности для укрепления здоровья.
3. Влияние физических упражнений на сердечно-сосудистую и дыхательную системы человека.
4. Значение физической культуры для профилактики гиподинамии.
5. Основные физические качества человека и способы их развития.
6. Развитие силы средствами общеразвивающих упражнений.
7. Развитие быстроты средствами физических упражнений.
8. Развитие выносливости в процессе занятий физической культурой.
9. Развитие гибкости и подвижности суставов.
10. Развитие ловкости и координации движений.
11. Комплексы упражнений для утренней гимнастики.
12. Комплексы упражнений для профилактики нарушений осанки.
13. Комплексы упражнений для снятия мышечного напряжения и утомления.
14. Дыхательные упражнения и их значение для восстановления организма.
15. Самоконтроль на занятиях физической культурой.
16. Показатели физического состояния человека и способы их оценки.
17. Принципы составления индивидуального комплекса физических упражнений.
18. Правила выполнения разминки перед физической нагрузкой.
19. Значение восстановительных упражнений после занятия.
20. Правила безопасного поведения на занятиях физической культурой.
21. Профилактика травматизма при выполнении физических упражнений.
22. Гигиенические требования к занятиям физической культурой.
23. Режим дня и его значение для сохранения здоровья.
24. Рациональное питание при занятиях физической культурой.

25. Влияние вредных привычек на физическое развитие человека.
26. Значение ходьбы, бега и прыжков для физического развития.
27. Легкая атлетика как основа общей физической подготовки.
28. Гимнастика как средство укрепления здоровья и развития гибкости.
29. Спортивные игры как средство развития физических и личностных качеств. 30. Физическая культура как средство поддержания работоспособности в профессиональной деятельности.

Примерные варианты тестовых оценочных заданий (ТОЗ) для контрольного рубежа в рамках текущего контроля

Тестовое задание	Оцениваемые компетенции
ВОПРОСЫ ОТКРЫТОГО ТИПА	
(ВПИСАТЬ ПРАВИЛЬНЫЙ ОТВЕТ) Способность согласовывать свои действия с действиями других участников команды называется. +: командное взаимодействие	ОК 04.
(ВПИСАТЬ ПРАВИЛЬНЫЙ ОТВЕТ) Умение совместно выполнять упражнения и добиваться общего результата называется _____. +: работа в команде	ОК 04.
(ВПИСАТЬ ПРАВИЛЬНЫЙ ОТВЕТ) Соблюдение правил общения, взаимодействия и уважительного отношения в группе называется _____. +: культура общения	ОК 04.
(ВПИСАТЬ ПРАВИЛЬНЫЙ ОТВЕТ) Ответственность за общий результат при выполнении коллективных заданий называется _____. +: коллективная ответственность	ОК 04.
(ВПИСАТЬ ПРАВИЛЬНЫЙ ОТВЕТ) Форма организации деятельности, при которой участники совместно решают общую задачу, называется _____. +: командная работа	ОК 04.
(ВПИСАТЬ ПРАВИЛЬНЫЙ ОТВЕТ) Совокупность физических упражнений, направленных на сохранение и укрепление здоровья, называется _____. +: физическая культура	ОК 08.
(ВПИСАТЬ ПРАВИЛЬНЫЙ ОТВЕТ) Состояние полного физического, душевного и социального благополучия называется _____. +: состояние здоровья	ОК 08.

(ВПИСАТЬ ПРАВИЛЬНЫЙ ОТВЕТ) Комплекс мероприятий и привычек, направленных на сохранение здоровья, называется _____. +: здоровый образ жизни	ОК 08.
(ВПИСАТЬ ПРАВИЛЬНЫЙ ОТВЕТ) Обязательная часть занятия, подготавливающая организм к нагрузке, называется _____. +: подготовительная часть	ОК 08.
(ВПИСАТЬ ПРАВИЛЬНЫЙ ОТВЕТ) Комплекс упражнений, выполняемый перед основной нагрузкой, называется _____. +: физическая разминка	ОК 08.
(ВПИСАТЬ ПРАВИЛЬНЫЙ ОТВЕТ) Способность длительно выполнять работу без выраженного утомления называется _____. +: физическая выносливость	ОК 08.

(ВПИСАТЬ ПРАВИЛЬНЫЙ ОТВЕТ) Способность выполнять движения с большой амплитудой называется _____. +: физическая гибкость	ОК 08.
(ВПИСАТЬ ПРАВИЛЬНЫЙ ОТВЕТ) Способность быстро реагировать и выполнять движения за минимальное время называется _____. +: физическая быстрота	ОК 08.
(ВПИСАТЬ ПРАВИЛЬНЫЙ ОТВЕТ) Способность преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему называется _____. +: физическая сила	ОК 08.
(ВПИСАТЬ ПРАВИЛЬНЫЙ ОТВЕТ) Способность точно, быстро и рационально выполнять двигательные действия называется _____. +: двигательная ловкость	ОК 08.
(ВПИСАТЬ ПРАВИЛЬНЫЙ ОТВЕТ) Наблюдение за состоянием организма во время занятий физическими упражнениями называется _____. +: самоконтроль состояния	ОК 08.
(ВПИСАТЬ ПРАВИЛЬНЫЙ ОТВЕТ) Предупреждение чрезмерного утомления в процессе труда и учебы называется _____. +: профилактика перенапряжения	ОК 08.
(ВПИСАТЬ ПРАВИЛЬНЫЙ ОТВЕТ) Упражнения, направленные на предупреждение нарушений положения позвоночника, называются _____. +: упражнения для осанки	ОК 08.

(ВПИСАТЬ ПРАВИЛЬНЫЙ ОТВЕТ) Соблюдение установленных требований при выполнении упражнений называется _____. +: техника безопасности	ОК 08.
(ВПИСАТЬ ПРАВИЛЬНЫЙ ОТВЕТ) Использование упражнений для поддержания работоспособности в будущей трудовой деятельности называется _____. +: профессионально-прикладная подготовка	ОК 08.
(ВПИСАТЬ ПРАВИЛЬНЫЙ ОТВЕТ) Совокупность движений и действий, выполняемых для укрепления здоровья и развития физических качеств, называется _____. +: двигательная активность	ОК 08.
ВОПРОСЫ ЗАКРЫТОГО ТИПА	
Что способствует эффективной работе в коллективе на занятиях физической культурой? +: согласованность действий участников -: отказ от взаимодействия -: игнорирование указаний преподавателя -: нарушение правил игры	ОК 04.
Что относится к проявлению ответственности за общий результат команды? +: добросовестное выполнение своей роли -: отказ от участия в задании -: безразличие к результату группы	ОК 04.
-: нарушение дисциплины	
Что помогает сохранить и укрепить здоровье? +: регулярные физические упражнения -: малоподвижный образ жизни -: отсутствие режима дня -: игнорирование усталости	ОК 08.
Что является обязательным элементом перед основной физической нагрузкой? +: разминка -: длительный покой -: пропуск подготовительной части -: только теоретическое объяснение	ОК 08.
Что относится к правилам безопасного поведения на занятиях физической культурой? +: соблюдение техники безопасности -: выполнение упражнений без команды преподавателя -: использование неисправного инвентаря -: нарушение дисциплины	ОК 08.

Что является признаком здорового образа жизни? +: рациональный двигательный режим -: постоянное переутомление -: отсутствие физической активности -: вредные привычки	ОК 08.
Что развивают подвижные и спортивные игры? +: навыки взаимодействия в команде -: отказ от общения -: безответственность -: пассивность в деятельности	ОК 04.
Что необходимо контролировать во время физической нагрузки? +: самочувствие и степень утомления -: только результаты других участников -: только внешний вид формы -: только продолжительность занятия	ОК 08.
Что используется для профилактики перенапряжения в процессе учебной и профессиональной деятельности? +: рациональное чередование нагрузки и отдыха -: полный отказ от движений -: увеличение нагрузки без учета самочувствия -: игнорирование признаков усталости	ОК 08.

Шкала оценивания тестовых заданий

Данный вид контроля, рассчитан на выявление уровня усвоения теоретического и практического материала в рамках изучения дисциплин. Критерии оценивания теста: 1 вопрос = 1 балл.

Оценка «5»	30-27 Баллов
Оценка «4»	26-23 Баллов
Оценка «3»	22-18 Баллов
Оценка «2»	0-17 Баллов

ЛИСТ АКТУАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

Методические рекомендации при подготовке к теоретическим занятиям

Основными видами аудиторной работы обучающихся являются лекции.

В ходе теоретических занятий преподаватель излагает и разъясняет основные, наиболее сложные понятия темы, а также связанные с ней теоретические и практические проблемы, дает рекомендации и указания на самостоятельную работу.

В ходе теоретических занятий необходимо вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации. Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых делать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

Контроль ведения конспекта лекций

1. Конспект лекций обучающегося должен вестись в отдельной тетради с количеством страниц, рекомендованном ведущим лектором. На обороте титульного листа тетрадь с конспектом лекций должна содержать подписи:

- фамилия и инициалы обучающегося;
- номер группы;
- ФИО ведущих учебный предмет преподавателей.

2. В начале каждой лекции обучающийся должен записать тему и перечень рассматриваемых вопросов, а также перечень рекомендуемой литературы (при условии, что они оговариваются лектором).

3. При записи содержания лекции следует применять минимум сокращений, желательно общеупотребимых. Обучающимся может быть разработана своя система сокращений, с выносом ее в конце конспекта для пояснения.

4. Табличный, графический, цифровой материал должен быть точно перенесен в конспект с доски (проектора) без искажений динамики зависимостей и обозначений формул, а также значений результатов расчетов.

5. Тетрадь с конспектом должна содержать полный объем прочитанного материала лекций по их количеству и полноте изложения, включая материал для самостоятельного изучения и конспектирования.

Записи должны быть сделаны аккуратным почерком, разборчиво.

Методические рекомендации при проведении практических занятий

Практические занятия необходимы для закрепления изученного теоретического материала, контроля преподавателем степени подготовленности обучающихся по изучаемым учебным предметом, дисциплине или профессиональному модулю.

Перед практическим занятием следует изучить конспект лекции и рекомендованную преподавателем литературу, обращая внимание на практическое применение теории и на методику решения типовых задач. Логическая связь теоретических и практических занятий заключается в том, что информация, полученная на теоретических занятиях, в процессе самостоятельной работы на практическом занятии осмысливается и перерабатывается, при помощи преподавателя анализируется, после чего усваивается.

Методические рекомендации обучающимся для самостоятельной работы

Самостоятельная работа - это планируемая работа обучающихся, выполняемая по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия.

Самостоятельная работа выполняет ряд функций, среди которых особенно выделяются:

- ✓ развивающая (повышение культуры умственного труда, приобщение к творческим видам деятельности, обогащение интеллектуальных способностей, обучающихся);
- ✓ ориентирующая и стимулирующая (процессу обучения придается ускорение и мотивация);
- ✓ воспитательная (формируются и развиваются профессиональные качества специалиста);
- ✓ исследовательская (новый уровень профессионально-творческого мышления);
- ✓ информационно-обучающая (учебная деятельность обучающихся на аудиторных занятиях).

Целью самостоятельных занятий является самостоятельное более глубокое изучение обучающимися отдельных вопросов курса с использованием рекомендуемой дополнительной литературы и других информационных источников.

Задачами самостоятельной работы обучающихся являются:

- ✓ систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений, обучающихся;
- ✓ углубление и расширение теоретических знаний;
- ✓ формирование умения использовать справочную литературу;
- ✓ развитие познавательных способностей и активности обучающихся: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности;

Внеаудиторная самостоятельная работа включает такие формы работы, как:

Индивидуальные занятия (домашние занятия):

- ✓ изучение программного материала дисциплины (работа с учебником и конспектом лекции);
- ✓ изучение рекомендуемых литературных источников;
- ✓ конспектирование источников;
- ✓ выполнение контрольных работ;
- ✓ работа со словарями и справочниками;
- ✓ использование аудио- и видеозаписи;
- ✓ работа с электронными информационными ресурсами и ресурсами Internet;
- ✓ составление плана и тезисов ответа на лекции;
- ✓ составление схем, таблиц, для систематизации учебного материала;
- ✓ выполнение тестовых заданий; ✓ решение задач;
- ✓ подготовка презентаций;
- ✓ ответы на контрольные вопросы;
- ✓ аннотирование, реферирование, рецензирование текста;
- ✓ написание эссе, тезисов, докладов, рефератов;

✓ составление глоссария, кроссворда по темам дисциплины; ✓ работа с компьютерными программами;

✓ подготовка к дифференцированному зачету.

Групповая самостоятельная работа обучающихся:

✓ подготовка к занятиям, проводимым с использованием активных форм обучения (круглые столы, деловые игры);

✓ анализ деловых ситуаций (мини-кейсов) и др; ✓ участие в Интернет - конференциях.

Получение консультаций для разъяснений по вопросам изучаемого учебного предмета.

Но наиболее часто при изучении учебного предмета используются следующие виды самостоятельной работы обучающихся:

✓ поиск (подбор) литературы (в том числе электронных источников информации) по заданной теме; ✓

подготовка рефератов; ✓

подготовка докладов.

Реферат - форма письменной работы. Как правило, реферат является самостоятельным библиографическим исследованием обучающегося, носящим описательно-аналитический характер. Объем реферата может достигать 10-15 страниц. Подготовка реферата подразумевает самостоятельное изучение обучающимся нескольких литературных источников (монографий, научных статей и т.д.) по теме, не рассматриваемой подробно на лекции, систематизацию материала и краткое его изложение. Цель написания реферата - привитие навыков краткого и лаконичного представления собранных материалов и фактов в соответствии с требованиями, предъявляемыми к научным отчетам, обзорам и статьям.

Работа обучающегося над рефератом включает следующие операции:

✓ уяснение сути темы (по её названию);

✓ выявление литературных источников по данной теме;

✓ ознакомление с содержанием источников, направленным на осмысление его внешней и внутренней структуры;

✓ работа над выделением главных смысловых компонентов текста (ключевых слов и предложений);

✓ отбор наиболее важных сведений из выделенных фрагментов;

✓ составление «связок» из отобранного материала в соответствии с логикой изложения фактов;

✓ написание реферата.

✓ Реферат в структурном отношении должен включать:

✓ заголовочную часть (введение);

✓ собственно, реферативную часть (изложение основных положений по плану с соответствующими названиями и нумерацией);

✓ заключительную часть (выводы);

✓ справочную часть (список использованной литературы); ✓ оглавление (содержание).

Текст реферата должен иметь связанное, цельное построение. Содержание реферата должна пронизывать главная идея, которая объединяет все информационные элементы источников, а также приводимые факты. При этом допускается сохранение отдельных

структурных элементов оригинала. Однако не допустимо простое переписывание положение литературных источников. Язык должен быть кратким, ясным, доступным.

Оформление реферата должно быть выполнено машинописным способом в соответствии со следующими требованиями: **печатный шрифт** – Times New Roman, кегль (размер) 14; **листы бумаги** – формата А4, все страницы должны быть пронумерованы, с размером полей по 2 см; **междустрочный интервал** – полуторный; **абзац –** с отступом первой строки 1,25 см; **текст –** должен быть **выровнен по ширине** и **структурирован** по главам (разделам, параграфам), сопровождаться ссылками на источники при использовании прямых (в кавычках) цитат и фрагментов опубликованных текстов, т.е. на такое использование источников должно быть явным образом указано в сносках или за текстовом списке литературы в соответствии с требованиями ГОСТа.

Реферат оценивается исходя из следующих критериев:

- ✓ поставлена ли цель в работе;
- ✓ сумел ли обучающийся самостоятельно составить логический план к теме и реализовать его;
- ✓ каков научный уровень реферата;
- ✓ собран ли достаточный фактический материал;
- ✓ удалось ли раскрыть тему;
- ✓ показана ли связь рассматриваемой темы с современными проблемами науки и общества, со специальностью обучающегося;
- ✓ каков авторский вклад в систематизацию, структурирование материала, в составлении заключения;
- ✓ достигнута ли цель работы.

Тематика рефератов приводится в рамках тем лекционных занятий. Возможно написание реферата по теме, предложенной самим обучающимся (по согласованию с преподавателем). Реферат на занятиях (научно-практических конференциях) может быть представлен в виде доклада.

Реферат должен быть выполнен за один месяц до начала экзаменационной сессии. Обучающиеся, не представившие в установленный срок реферат, либо получившие оценку «неудовлетворительно», к сдаче экзамена не допускаются.

Углубленному изучению материала по отдельным разделам учебного предмета способствует подготовка обучающимися докладов. Доклад - это самостоятельная работа, анализирующая и обобщающая публикации по заданной тематике, предполагающая выработку и обоснование собственной позиции автора в отношении рассматриваемых вопросов. Подготовка доклада - достаточно кропотливый труд. Его написанию предшествует изучение широкого круга экономических первоисточников, монографий, статей, обобщение личных наблюдений. Работа над докладом способствует развитию самостоятельного, творческого мышления, учит применять экономические знания на практике при анализе актуальных социальных и правовых проблем. Рекомендуемое время доклада - 10-12 минут.

Непременным условием закрепления теоретических и практических знаний, обучающихся является выполнение ими домашних заданий. Одним из основных видов деятельности обучающегося является самостоятельная работа, которая включает в себя изучение лекционного материала, учебников и учебных пособий, первоисточников, подготовку сообщений, выступления на групповых занятиях, выполнение заданий преподавателя.

Методические рекомендации обучающимся по изучению рекомендованной литературы

Самостоятельная работа обучающихся включает в себя выполнение различного рода заданий, которые ориентированы на более глубокое усвоение материала изучаемого учебного предмета. По каждой теме учебного предмета обучающимся предлагается перечень заданий для самостоятельной работы.

К выполнению заданий для самостоятельной работы предъявляются следующие требования: задания должны исполняться самостоятельно и представляться в установленный срок, а также соответствовать установленным требованиям по оформлению.

Обучающимся следует:

- выполнять все плановые задания, выдаваемые преподавателем для самостоятельного выполнения, и разбирать на консультациях неясные вопросы;
- при подготовке к экзамену параллельно прорабатывать соответствующие теоретические и практические разделы учебного предмета, фиксируя неясные моменты для их обсуждения на плановой консультации.

Для подготовки к занятиям, текущему контролю и промежуточной аттестации обучающиеся могут воспользоваться электронной библиотекой ВУЗа, расположенной по электронному адресу https://e.muiv.ru/local/library/index.php, где они имеют возможность получить доступ к учебно-методическим материалам как библиотеки ВУЗа, так и иных электронных библиотечных систем. В свою очередь, обучающиеся могут взять на дом необходимую литературу на абонементе в библиотеке, а также воспользоваться читальным залом.

Методические рекомендации по балльно-рейтинговой системе учета и оценки достижений обучающихся

Общие положения

- Балльно-рейтинговая система учета и оценки достижений, обучающихся (далее – БРС) в Частном образовательном учреждении высшего образования «Московский университет имени А. С. Грибоедова» (далее - Университет) предназначена для решения следующих задач:
- стимулирования обучающихся к регулярной учебной и внеучебной деятельности;
- организации непрерывного контроля освоения обучающимися элементов основных профессиональных образовательных программ среднего профессионального образования;
- комплексной оценки результативности учебной и внеучебной деятельности обучающихся в течение семестра;
- создания для преподавателей, руководства факультетов и кафедр надежного инструментария для осуществления систематического и регулярного контроля за учебной и внеучебной деятельностью обучающихся.

БРС является обязательной для всех участников образовательного процесса и реализуется в электронной информационно-образовательной среде «Электронный университет» (далее – ЭИОС) для всех форм и технологий обучения.

БРС обеспечивает рейтинговый учет и оценку достижений обучающегося за семестр и включает в себя учебный (далее – Rуд) и внеучебный (далее – Rвр) рейтинги.

Учебный рейтинг обучающихся

Перечень дисциплин к изучению в семестре Вы можете увидеть в Личном кабинете в ЭИОС «Электронный Университет» (далее Личный кабинет). Чтобы попасть в Личный кабинет, Вам нужно перейти по ссылке https://impe.lms.mirapolis.ru/mira/ и ввести свой логин и пароль, выданный при поступлении в Университет.

Ваш учебный рейтинг по дисциплине будет формироваться на основе результатов выполнения следующих мероприятий:

- прохождение рубежного контроля (тестирования) по результатам изучения каждого модуля (раздела) дисциплины;

- выполнение рейтинговой работы (домашней творческой работы, расчетноаналитического задания, реферата, контрольной работы, группового проекта) при ее наличии.

Доступ к тестовым заданиям по всем модулям изучаемых дисциплин (рубежному контролю) обеспечивается с начала семестра, однако проходить тестирование необходимо только по окончании изучения каждого модуля (раздела) дисциплины.

Рейтинговая работа должна быть выполнена и передана на проверку преподавателю не позднее, чем за 2 недели до начала экзаменационной сессии через Личный кабинет. Выполнение обучающимся рейтинговой работы допускается не более одного раза в течение установленного календарным учебным графиком периода. Представленная на проверку работа исправлению не подлежит.

При возникновении вопросов по процедуре тестирования, некорректного отображения контента, иных вопросов, связанных с технической поддержкой системы тестирования, обращайтесь в Центр поддержки.

Для прохождения тестирования Вам предоставляются две попытки с ограничением по времени (45 минут). Выполнение тестирования допускается не более 2-ух раз в течение установленного календарным учебным графиком периода. Как итоговый учитывается Ваш лучший результат из двух попыток.

Допуск обучающегося к промежуточной аттестации осуществляется с любым количеством баллов, набранных в ходе выполнения Рейтинговых мероприятий по учебной дисциплине, в том числе с количеством баллов – 0.

Если по результатам выполнения всех рейтинговых мероприятий (тестирования по всем модулям дисциплины и выполнения рейтинговой работы) Вы набрали средний балл - 75 баллов и более, Вы можете претендовать на оценку «хорошо», «отлично» или «зачтено» по итогам работы в семестре без прохождения промежуточной аттестации (т.е. «автоматом»).

Средний балл рассчитывается как сумма баллов за все элементы рейтингового контроля (тестирование по каждому модулю, выполнение рейтинговой работы) разделенная на количество элементов контроля. При этом оценка определяется в соответствии со шкалой:

75-84 балла – хорошо, 85-100

баллов – отлично, 75-100 –

зачтено.

Если средний балл менее 75, или Вы претендуете на более высокую оценку, то Вы сдаете зачет/экзамен по дисциплине на общих основаниях.

Промежуточная аттестация **для обучающихся по очной, очно-заочной и заочной формам обучения с применением дистанционных образовательных технологий** осуществляется в форме проведения итогового тестирования по дисциплине.

Промежуточная аттестация **для обучающихся с применением заочной** осуществляется в форме письменных и/или устных зачетов и выполнения экзаменов.

Если студент, обучающийся с применением ЭИОС, претендует на более высокую оценку, чем «автомат», то для открытия итогового тестирования необходимо обратиться в сервис «Центр поддержки».

Для выполнения итогового тестирования предоставляются также две попытки.

Обращаем Ваше внимание на то, что если в течение семестра Вы оформляли отсрочку оплаты обучения, то за две недели до начала зачетно-экзаменационной сессии финансовая задолженность должна быть погашена. В противном случае у Вас не будет возможности получить оценки по дисциплинам «автоматом» или пройти промежуточную аттестацию.

Внеучебный рейтинг обучающихся

Внеучебный рейтинг применяется для активизации обучающихся к участию в творческой, спортивной, общественной и научно-исследовательской деятельности Университета и является составной частью портфолио обучающегося, складывается из баллов, полученных обучающимися за участие в различных внеучебных мероприятиях. Подтверждение суммы баллов за внеучебный рейтинг осуществляется деканами на основе анализа представленных Вами документов (сертификатов, грамот, свидетельств, благодарностей и иных материалов) и заполненного Вами в Личном кабинете портфолио.

Ликвидация академической задолженности

Если в ходе промежуточной аттестации по учебной дисциплине Вы получили неудовлетворительную оценку или не явились на зачет/экзамен (не прошли итоговое тестирование), то у Вас образуется академическая задолженность.

Все набранные ранее в течение семестра по результатам выполнения рейтинговых мероприятий баллы обнуляются.

Ликвидировать академическую задолженность Вы должны в течение года, следующего за семестром образования академической задолженности (но не более двух раз).

Ликвидация академической задолженности проходит в форме выполнения итогового теста. Шкала оценивания при ликвидации академической задолженности:

при форме контроля по дисциплине – **экзамен/ зачет с оценкой: зачет:**

- «неудовлетворительно» – 49 баллов и «не зачтено» – 49 баллов и менее; менее;
- «зачтено» – от 50 до 100 баллов
- «удовлетворительно» – от 50 до 65 баллов;
- «хорошо» – от 66 до 84 баллов; «отлично» – от 85 до 100 баллов

при форме контроля по дисциплине –

Пройти итоговое тестирование Вы можете не более двух раз в течение установленного календарным графиком периода. Учитывается лучший результат, полученный Вами в ходе выполнения итогового тестирования. Для выполнения одного сеанса тестирования устанавливается время – один академический час (45 минут).