Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Кислова Наталья Николаевна
Должность: Проректор по УМР и качеству образования
Дата подписания: 28.04.2025 15:56:59
Уникальный программный ключ:
52802513f5b14a975b3e9b13008093d5726b159bf6064f865ae65b96a966c035

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«Самарский государственный социально-педагогический университет»

Кафедра физического воспитания и спорта

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по УМР и КО,
председатель УМС СГСПУ
_____Н.Н. Кислова

МОДУЛЬ "ПРИКЛАДНЫЕ ВИДЫ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ"

Экстремальные виды спорта **

рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Физического воспитания и спорта**

Учебный план ФФКС-б23Фз(4г6м)
Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура
Направленность (профиль): «Спортивная тренировка в избранном виде спорта»

Квалификация **бакалавр**

Форма обучения **заочная**

Общая трудоемкость **3 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 108
в том числе:
аудиторные занятия 12
самостоятельная работа 87
часов на контроль 9

Виды контроля в семестрах:
экзамены 9

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр(Курс.Номер семестра на курсе)	**9(5.1)**		Итого	
Вид занятий	УП	РПД	УП	РПД
Лекции	4	4	4	4
Практические	8	8	8	8
В том числе инт.	4	4	4	4
Итого ауд.	12	12	12	12
Контактная работа	12	12	12	12
Сам. работа	87	87	87	87
Часы на контроль	9	9	9	9
Итого	108	108	108	108

Программу составил(и):

Богомолова Елена Александровна

При наличии обучающихся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья, которым необходим особый порядок освоения дисциплины (модуля), по их желанию разрабатывается адаптированная к ограничениям их здоровья рабочая программа дисциплины (модуля).

Рабочая программа дисциплины

Экстремальные виды спорта **

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (уровень бакалавриата) (приказ Минобрнауки России от 19.09.2017г. №940)

составлена на основании учебного плана:

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура
Направленность (профиль): «Спортивная тренировка в избранном виде спорта»

утвержденного Учёным советом СГСПУ от 28.10.2022 протокол № 4.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Физического воспитания и спорта

Протокол от 27.09.2022 г. № 2

Зав. кафедрой Воеводина Т.М

Начальник УОП

__ _____ Н.А. Доманина

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Цель изучения дисциплины: установление качества и уровня подготовки выпускников к педагогической деятельности и соответствия его подготовки требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура.

Задачи изучения дисциплины:

способствовать социализации, формированию общей культуры личности обучающихся средствами физической культуры в процессе физкультурно-спортивных занятий, ее приобщению к общечеловеческим ценностям и здоровому образу жизни;

решать педагогические задачи в рамках общеобразовательных и профессиональных образовательных организаций, ориентированные на анализ научной и научно-практической литературы, обобщение практики в области физической культуры и образования;

осуществлять обучение и воспитание обучающихся в процессе занятий;

определять содержание обучения в рамках учебных планов, с учетом результатов оценивания физического и функционального состояния учащихся; обеспечивать уровень подготовленности обучающихся, соответствующий требованиям федеральных государственных образовательных стандартов, обеспечивать необходимый запас знаний, двигательных умений и навыков, а также достаточный уровень физической подготовленности учащихся для сохранения и укрепления их здоровья и трудовой деятельности;

участвовать в деятельности методических комиссий и в других формах методической работы; осуществлять сотрудничество с обучающимися, педагогами, родителями (лицами, их заменяющими).

Область профессиональной деятельности: 05 Физическая культура и спорт

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:	Б1.В.01

2.1 Требования к предварительной подготовке обучающегося:

Содержание дисциплины базируется на материале:

дисциплины: Физическая культура и спорт

2.2 Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

Технологии спортивной тренировки в фитнес-аэробике /футболе/фигурном катании на коньках/плавании/единоборствах

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

ПК-4 Способен преподавать по дополнительным общеобразовательным программам в сфере физической культуре и спорта

ПК-4.1 Обеспечивает учебно-методическое сопровождение по дополнительным общеобразовательным программам в физической культуры и спорта

Знает:

характеристику различных экстремальных видов спорта;

средства экстремальных видов спорта и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности.

ПК-4.2 Осуществляет педагогическую деятельность, направленную на освоение дополнительных общеобразовательных программ детей и взрослых в сфере физической культуры и спорта

Умеет:

показывать правильное выполнение подводящих упражнений, применяемых в экстремальных видах спорта;

применять средства экстремальных видов спорта для развития физических качеств.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр	Часов	Интеракт.
	Раздел 1. Основы экстремальных видов спорта			
1.1	Понятия «экстремальный спорт» его происхождение и интерпретация /Лек/	9	2	0
1.2	Экстремальные виды спорта как модель адаптации в условиях психоэмоционального стресса. Типы темперамента при занятиях экстремальными видами спорта /Пр/	9	2	0
1.3	Понятия «экстремальный спорт» его происхождение и интерпретация /Ср/	9	10	0
1.4	Экстремальные виды спорта как модель адаптации в условиях психоэмоционального стресса /Ср/	9	10	0
1.5	Экстремальные виды спорта как альтернатива миру наркотиков /Ср/	9	10	0
1.6	Типы темперамента при занятиях экстремальными видами спорта /Ср/	9	10	0
	Раздел 2. Классификация и виды экстремального спорта			
2.1	Техника безопасности при занятиях экстремальными видами спорта /Лек/	9	2	0
2.2	Техника безопасности при занятиях экстремальными видами спорта /Ср/	9	10	0
2.3	Классификация экстремальных видов спорта. Содержание экстремальных видов спорта /Пр/	9	2	2
2.4	Сноубординг. История развития сноубординга. Соревновательные	9	2	1

	дисциплины. Стили катания /Пр/			
2.5	Дайвинг. История развития дайвинга, виды дайвинга /Пр/	9	2	1
2.6	Классификация экстремальных видов спорта. Содержание экстремальных видов спорта /Ср/	9	15	0
2.7	Сноубординг. История развития сноубординга. Соревновательные дисциплины. Стили катания /Ср/	9	12	0
2.8	Дайвинг. История развития дайвинга, виды дайвинга /Ср/	9	10	0
	Экзамен /Экз/	9	9	0

5. Оценочные и методические материалы по дисциплине (модулю)

5.1. Содержание аудиторной работы по дисциплине (модулю)

9 семестр, 2 лекции, 4 практических занятия

Раздел 1. Основы экстремальных видов спорта

Лекция № 1 (2 часа)

Понятия «экстремальный спорт» его происхождение и интерпретация

Вопросы и задания:

1. Основные понятия, относящиеся к экстремальным видам спорта
2. Особенности экстремальных видов спорта
3. Занятия экстремальными видами спорта как одна из форм ЗОЖ (здорового образа жизни)

Практическое занятие № 1 (2 часа)

Экстремальные виды спорта как модель адаптации в условиях психоэмоционального стресса. Типы темперамента при занятиях экстремальными видами спорта

Вопросы и задания:

1. Особенности психологической адаптации в экстремальных условиях
2. Индивидуально-психологические и личностные особенности спортсмена в состоянии психического стресса в условиях занятия экстремальными видами спорта
3. Особенности антистрессовой устойчивости как результата развития адаптации спортсмена к экстремальным условиям
4. Факторы влияния психического стресса на спортсмена, его индивидуально-психологические и личностные особенности
5. Занятие экстремальными видами спорта и физиологические процессы в организме человека
6. Основные классификации темперамента личности
7. Особенности темперамента спортсмена для занятий экстремальными видами спорта

Раздел 2. Классификация и виды экстремального спорта

Лекция № 2 (2 часа)

Техника безопасности при занятиях экстремальными видами спорта

Вопросы и задания:

1. Основные положения техники безопасности при занятиях экстремальными видами спорта
2. Техника безопасности при занятиях водными экстремальными видами спорта
3. Техника безопасности при занятиях воздушными экстремальными видами спорта
4. Техника безопасности при занятиях горными экстремальными видами спорта
5. Техника безопасности при занятиях наземными экстремальными видами спорта

Практическое занятие № 2 (2 часа)

Классификация экстремальных видов спорта. Содержание экстремальных видов спорта

Вопросы и задания:

1. Признаки классификации экстремальных видов спорта
2. Основные характеристики экстремальных видов спорта
3. Специфика занятий экстремальными видами спорта

Практическое занятие № 3 (2 часа)

Сноубординг. История развития сноубординга. Соревновательные дисциплины. Стили катания.

Вопросы и задания:

1. История развития и становления сноубординга в России и мире
2. Соревновательные дисциплины
3. Различные стили катания

Практическое занятие № 4 (2 часа)

Дайвинг. История развития дайвинга, виды дайвинга.

Вопросы и задания:

1. История развития и становления дайвинга в России и мире
2. Основные виды дайвинга
3. Соревновательные дисциплины.

5.2. Содержание самостоятельной работы по дисциплине (модулю)

Содержание обязательной самостоятельной работы по дисциплине

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы	Продукты деятельности
1	Понятие «экстремальный спорт», его происхождение и	Подготовка к письменной проверочной работе	Письменная проверочная работа

	интерпретация		
2	Экстремальные виды спорта как модель адаптации в условиях психоэмоционального стресса	Подготовка к письменной проверочной работе	Письменная проверочная работа
3	Экстремальные виды спорта как альтернатива миру наркотиков	Подготовка к письменной проверочной работе	Письменная проверочная работа
4	Типы темперамента при занятиях экстремальными видами спорта	Ознакомление со статьями об экстремальных видах спорта как о модели адаптации в условиях психоэмоционального стресса в в педагогических периодических изданиях и на образовательных сайтах	Аннотация статьи
5	Техника безопасности при занятиях экстремальными видами спорта	Поиск и обзор литературных и электронных источников информации	Доклад
6	Классификация экстремальных видов спорта. Содержание экстремальных видов спорта	Подготовка к письменной проверочной работе	Письменная проверочная работа
7	Сноубординг. История развития сноубординга. Соревновательные дисциплины. Стили катания		
8	Дайвинг. История развития дайвинга, виды дайвинга		

Содержание самостоятельной работы по дисциплине на выбор

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы	Продукты деятельности
1	Понятие «экстремальный спорт», его происхождение и интерпретация	Поиск и обзор литературных и электронных источников информации	Реферат
2	Экстремальные виды спорта как модель адаптации в условиях психоэмоционального стресса		
3	Экстремальные виды спорта как альтернатива миру наркотиков		
4	Типы темперамента при занятиях экстремальными видами спорта		
5	Техника безопасности при занятиях экстремальными видами спорта		
6	Классификация экстремальных видов спорта. Содержание экстремальных видов спорта		
7	Сноубординг. История развития сноубординга. Соревновательные дисциплины. Стили катания	Подготовка презентации по заданной теме с использованием программы MS Power Point.	Электронная презентация по одной из тем дисциплины
8	Дайвинг. История развития дайвинга, виды дайвинга		

5.3.Образовательные технологии

При организации изучения дисциплины будут использованы следующие образовательные технологии: информационно-коммуникационные технологии, технология организации самостоятельной работы, технология рефлексивного обучения, технология модульного обучения, технология игрового обучения, технологии групповой дискуссии, интерактивные технологии, технология проблемного обучения, технология организации учебно-исследовательской деятельности, технология проектного обучения, технология развития критического мышления.

5.4. Текущий контроль, промежуточный контроль и промежуточная аттестация

Балльно-рейтинговая карта дисциплины оформлена как приложение к рабочей программе дисциплины.
Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине оформлен отдельным документом.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие, ссылка на электронную библиотечную систему	Издательство, год
Л1.1	сост. В.Ф. Свиньин, Е.Н. Булгакова	Олимпийская энциклопедия: Зимние Олимпийские игры : энциклопедия : в 2-х т. http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=241968	Новосибирск : Свиньин и сыновья, 2014. - Т. 2.

Л1.2	сов. В.Г. Пугиев	Турист: все о спортивном, экскурсионном, экстремальном и экзотическом туризме и оздоровительном отдыхе: международный иллюстрированный журнал http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362627	Москва : Издательский дом "Турист", 2014,
6.1.2. Дополнительная литература			
	Авторы, составители	Заглавие, ссылка на электронную библиотечную систему	Издательство, год
Л2.1	Аикин, В.А.	Дайвинг и его применение: учебное пособие http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274508	Омск : Издательство СибГУФК, 2007,
Л2.2	гл. ред. В.Г. Дружинин	Вестник Кемеровского государственного университета : журнал теоретических и прикладных исследований http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=446808	Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2016,

6.2 Перечень программного обеспечения
- Acrobat Reader DC
- Dr.Web Desktop Security Suite, Dr.Web Server Security Suite
- GIMP
- Microsoft Office 365 Pro Plus - subscription license (12 month) (Пакет программ Word, Excel, Access, PowerPoint, Outlook, OneNote, Publisher, Teams, OneDrive, Yammer, Stream, SharePoint Online).
- Microsoft Windows 10 Education
- XnView
- Архиватор 7-Zip
6.3 Перечень информационных справочных систем, профессиональных баз данных
- ЭБС «Университетская библиотека онлайн»
- Базы данных Springer eBooks

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
7.1	Наименование специального помещения: учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, практических занятий, групповых консультаций, индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации. Оснащенность: Комплект учебной мебели, меловая доска, ноутбук, переносное проекционное оборудование (мультимедийный проектор и экран на треноге), портативное звукоусиливающее оборудование
7.2	Наименование специального помещения: учебная аудитория для проведения практических занятий, групповых консультаций, индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации, Зал спортивных игр. Оснащенность: Стенка гимнастическая(шведская)-5шт., Скамейки гимнастические, Щит баскетбольный.
7.3	Наименование специального помещения: помещение для самостоятельной работы, Читальный зал. Оснащенность: ПК-4шт. с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду СГСПУ, Письменный стол-4 шт., Парта-2 шт.

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Работа над теоретическим материалом происходит кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, обобщения; помечать важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удается разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю.
Проработка рабочей программы дисциплины, уделяя особое внимание целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Конспектирование источников, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с информационными источниками в разных форматах.
Также в процессе изучения дисциплины методические рекомендации могут быть изданы отдельным документом.

Приложение

Балльно-рейтинговая карта дисциплины «Экстремальные виды спорта»

Курс 5 Семестр 9

Вид контроля		Минимальное количество баллов	Максимальное количество баллов
Наименование раздела: «Основы экстремальных видов спорта»			
Текущий контроль по разделу:			
1	Аудиторная работа	5	10
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	10	20
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)	5	10
Промежуточный контроль		20	40
Наименование раздела: «Классификация и виды экстремального спорта»			
Текущий контроль по разделу:			
1	Аудиторная работа	20	30
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	7	10
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)	3	5
Промежуточный контроль		30	45
Промежуточная аттестация		6	15
	Итого:	**56**	**100**

Виды контроля		Перечень или примеры заданий, критерии оценки и количество баллов	Темы для изучения и образовательные результаты
Текущий контроль по разделу: «Основы экстремальных видов спорта»			
1	Аудиторная работа	**Ответы обучающихся на вопросы в ходе практического занятия № 1** 10 баллов - обучающийся показывает глубокое и полное знание материала, ответ полный и логически грамотно построен, при ответе опирается на конспект, использует принятую терминологию, делает собственные выводы (анализ, обобщение), правильно и обстоятельно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя; 9-5 баллов - излагает материал несистематизированно, фрагментарно, не всегда последовательно; слабо аргументирует выводы и обобщения, допускает ошибки при их формулировке; даёт нечёткие определения понятий; отвечает неполно на вопросы преподавателя; недостаточно понимает отдельные положения; при ответе не опирается на конспект.	Тема: Экстремальные виды спорта как модель адаптации в условиях психоэмоционального стресса. Типы темперамента при занятиях экстремальными видами спорта Образовательные результаты: Знает: характеристику различных экстремальных видов спорта; средства экстремальных видов спорта и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности Умеет: показывать правильное выполнение подводящих упражнений, применяемых в экстремальных видах спорта; применять средства экстремальных видов спорта для развития физических качеств.
2	Самостоятельная работа (обязательные формы)	**Письменные проверочные работы №1, 2,3** Требования к выполнению письменной проверочной работы: Время выполнения работы 10-15 мин. Критерии оценивания задания: 5 баллов – Содержание соответствует заявленному заданию, основные положения соответствует требуемому объему. Работа структурирована, отражает все основные положения по данной теме.	Тема: Понятие «экстремальный спорт», его происхождение и интерпретация Экстремальные виды спорта как модель адаптации в условиях психоэмоционального стресса. Экстремальные виды спорта как альтернатива миру

		4-3 балла – Содержание соответствует заявленному заданию, основные положения соответствует объему – 90-80 %. Работа структурирована, но не отражает все основные положения по данной теме. 2-1 балла – Содержание соответствует заявленному заданию, основные положения соответствует объему – 40-50 %.Работа структурирована, но не отражает все основные положения по данной теме. **Аннотация статьи** 5 баллов - аннотации раскрыта сущность основных проблем, содержащихся в тексте. Соблюдена языковая правильность (лексическая, грамматическая и синтаксическая). Соблюден стиль, структура и формат аннотации. В аннотации использована специальная терминологическая лексика; 3-4 балла - в аннотации недостаточно раскрыта сущность основных проблем, содержащихся в тексте. Частично соблюдена языковая правильность (лексическая, грамматическая и синтаксическая). Частично соблюден стиль, структура и формат аннотации. В аннотации недостаточно использована специальная терминологическая лексика.	наркотиков Типы темперамента при занятиях экстремальными видами спорта Образовательные результаты: Знает: характеристику различных экстремальных видов спорта; средства экстремальных видов спорта и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности.
3	Самостоятельная работа (на выбор)	**Подбор материала и написание реферата или работа над презентацией** Требования к выполнению реферата. Реферат – самостоятельно выполненное научное исследование по избранной теме. При работе над рефератом обучающиеся получают навыки аналитической работы с источниками и литературой, более глубокого осмысления материала, изложения его в письменной форме согласно установленным правилам. Объем реферата должен составлять 18-20 страниц рукописного текста или 13-15 страниц машинописного текста (формат А 4, шрифт TimesNewRoman, 14 кегль, одинарный интервал). Обязательна нумерация страниц реферата в правом верхнем углу. Структурными элементами реферата являются: титульный лист, оглавление, введение, основная часть, заключение, список использованной литературы, приложение (в случае необходимости). Титульный лист оформляется в соответствии с образцом, приведенном на стр. 19 данного методического пособия. Оглавление располагается сразу за титульным листом. Напротив наименования каждого раздела реферата должен быть проставлен номер страницы. Во введении следует обосновать актуальность темы и задачи исследования, раскрыть степень изученности данной проблемы, очертить круг вопросов, на которые необходимо дать ответ. В главах реферата обучающийся должен раскрыть основное содержание темы. Каждая глава освещает один из вопросов темы. Материал должен излагаться логично, последовательно. При написании текста реферата недопустимо необозначенное заимствование, т.е. дословная выписка цитат без ссылок на источники. Сноски на источники с указанием страниц обязательны! В заключении необходимо сделать общие выводы о проделанной работе. В конце реферата прилагается список использованной литературы в алфавитном порядке, в котором приводятся следующие сведения об источнике: ф.и.о. автора или авторов, наименование источника, место издания, название издательства, год издания. Реферат должен быть подготовлен самостоятельно, в качестве источников материала для его подготовки используются в основном не Интернет-ресурсы, а печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата присутствуют ссылки на источники информации. В реферате представлено современное видение проблемы; в тексте реферата или в приложениях имеются рисунки, таблицы, диаграммы. Критерии оценивания реферата: 10 баллов - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение,	Тема: Понятие «экстремальный спорт», его происхождение и интерпретация Экстремальные виды спорта как модель адаптации в условиях психоэмоционального стресса. Экстремальные виды спорта как альтернатива миру наркотиков Типы темперамента при занятиях экстремальными видами спорта Образовательные результаты: Знает: характеристику различных экстремальных видов спорта; средства экстремальных видов спорта и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности.

		заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет более 20 страниц формата А 4 (шрифт 14, интервал 1). Реферат подготовлен самостоятельно, в качестве источников материала для его подготовки обучающийся использовал в основном не Интернет-ресурсы, а печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата присутствуют ссылки на источники информации. В реферате представлено современное видение проблемы и возможные варианты ее разрешения; в тексте реферата или в приложениях имеются рисунки, таблицы, диаграммы. 9 баллов - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет 20 страниц формата А 4 (шрифт 14, интервал 1). Реферат подготовлен самостоятельно, в качестве источников материала для его подготовки обучающийся использовал в основном не Интернет-ресурсы, а печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата присутствуют ссылки на источники информации. В реферате представлено современное видение проблемы и возможные варианты ее разрешения; в тексте реферата или в приложениях имеются рисунки, таблицы, диаграммы. 8 баллов - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет более 20 страниц формата А 4 (шрифт 14, интервал 1). Реферат подготовлен самостоятельно, в качестве источников материала для его подготовки обучающийся использовал в основном не Интернет-ресурсы, а печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата присутствуют ссылки на источники информации. В реферате представлено современное видение проблемы и возможные варианты ее разрешения. 7 баллов - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 20 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал не только Интернет-ресурсы, но и печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата нет ссылок на источники информации. 6 баллов - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 20 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал в основном Интернет-ресурсы, но и печатные источники имеют место быть, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата нет ссылок на источники информации. 5 балла – реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 15 страниц формата А 4 (шрифт 14, интервал 1). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы; 4 балла – реферат соответствует заявленной теме, неструктурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 15 страниц формата А 4 (шрифт 14, интервал 1). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только	

		Интернет-ресурсы; 3 балла – реферат соответствует заявленной теме, не структурирован, присутствует план, введение, нет заключение и (или) списка литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 15 страниц формата А 4 (шрифт 14, интервал 1). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы; 2 балла – реферат соответствует заявленной теме, не структурирован, присутствует план, введение, нет заключение и (или) списка литературы; оформление реферата не соответствует с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 15 страниц. В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы; 1 балл – реферат соответствует заявленной теме, не структурирован, присутствует план, нет введение, нет заключение и (или) списка литературы; оформление реферата не соответствует с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 15 страниц. В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы.	
Промежуточный контроль (количество баллов)		40	
Текущий контроль по разделу «Классификация и виды экстремального спорта»			
1	Аудиторная работа	**Ответы обучающихся на вопросы в ходе практических занятий № 3,4,5** 10 баллов - обучающийся показывает глубокое и полное знание материала, ответ полный и логически грамотно построен, при ответе опирается на конспект, использует принятую терминологию, делает собственные выводы (анализ, обобщение), правильно и обстоятельно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя; 9-5 баллов - излагает материал несистематизированно, фрагментарно, не всегда последовательно; слабо аргументирует выводы и обобщения, допускает ошибки при их формулировке; даёт нечёткие определения понятий; отвечает неполно на вопросы преподавателя; недостаточно понимает отдельные положения; при ответе не опирается на конспект.	Темы: Классификация экстремальных видов спорта. Содержание экстремальных видов спорта Сноубординг. История развития сноубординга. Соревновательные дисциплины. Стили катания Дайвинг. История развития дайвинга, виды дайвинга Образовательные результаты: Знает: характеристику различных экстремальных видов спорта; средства экстремальных видов спорта и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности. Умеет: показывать правильное выполнение подводящих упражнений, применяемых в экстремальных видах спорта; применять средства экстремальных видов спорта для развития физических качеств.
2	Самостоятельная работа (обязательные формы)	**Презентация:** Презентация предоставляется на электронном носителе, соответствующего объема; докладчик должен уверенно излагать материал; докладчик должен уверенно отвечать на вопросы оппонентов. Критерии оценивания работы: 5 баллов – Работа глубоко освещает тему, структурирована, отражает основные положения, представлено современное видение по данной теме, работа освещает более 5 источников, сопровождаясь, наглядным материалом. 4 балла – Работа соответствует теме, структурирована, отражает основные положения, работа	Темы: Техника безопасности при занятиях экстремальными видами спорта Классификация экстремальных видов спорта. Содержание экстремальных видов спорта Сноубординг. История развития сноубординга. Соревновательные дисциплины. Стили катания Дайвинг. История развития дайвинга, виды дайвинга

		освещает 4-5 источников, не содержит наглядного материала. 3 балла – Работа соответствует теме, не структурирована, отражает основные положения, но не представлено современное видение по данной теме, работа освещает 3 источника. 2 балла – Работа соответствует теме, не структурирована, не достаточно полно отражает основные положения, не представлено современное видение по данной теме, работа освещает 2 источника. 1 балл – Работа соответствует теме, не структурирована, не полно отражает основные положения по данной теме, проблема освещена поверхностно, работа освещает 1 источник. **Сбор информации и работа над докладом** Требования к выполнению доклада В докладе представлено современное видение проблемы. Критерии оценивания доклада: 5 баллов – Работа глубоко освещает тему, структурирована, отражает основные положения, представлено современное видение по данной теме, работа освещает более 5 источников, сопровождаясь, наглядным материалом. 4 балла – Работа соответствует теме, структурирована, отражает основные положения, работа освещает 4-5 источников, не содержит наглядного материала. 3 балла – Работа соответствует теме, не структурирована, отражает основные положения, но не представлено современное видение по данной теме, работа освещает 3 источника. 2 балла – Работа соответствует теме, не структурирована, не достаточно полно отражает основные положения, работа освещает 2 источника. 1 балл – Работа частично соответствует теме, не структурирована, не полно отражает основные положения по данной теме, проблема освещена поверхностно, работа освещает 1 источник.	Образовательные результаты: Знает: характеристику различных экстремальных видов спорта; средства экстремальных видов спорта и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности.
3	Самостоятельная работа (на выбор)	**Презентация:** Презентация предоставляется на электронном носителе, соответствующего объема; докладчик должен уверенно излагать материал; докладчик должен уверенно отвечать на вопросы оппонентов. Критерии оценивания работы: 5 баллов – Работа глубоко освещает тему, структурирована, отражает основные положения, представлено современное видение по данной теме, работа освещает более 5 источников, сопровождаясь, наглядным материалом. 4 балла – Работа соответствует теме, структурирована, отражает основные положения, работа освещает 4-5 источников, не содержит наглядного материала. 3 балла – Работа соответствует теме, не структурирована, отражает основные положения, но не представлено современное видение по данной теме, работа освещает 3 источника. 2 балла – Работа соответствует теме, не структурирована, не достаточно полно отражает основные положения, не представлено современное видение по данной теме, работа освещает 2 источника. 1 балл – Работа соответствует теме, не структурирована, не полно отражает основные положения по данной теме, проблема освещена поверхностно, работа освещает 1 источник.	Темы: Техника безопасности при занятиях экстремальными видами спорта Классификация экстремальных видов спорта. Содержание экстремальных видов спорта Сноубординг. История развития сноубординга. Соревновательные дисциплины. Стили катания Дайвинг. История развития дайвинга, виды дайвинга Образовательные результаты: Знает: характеристику различных экстремальных видов спорта; средства экстремальных видов спорта и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности.
Промежуточный контроль (количество баллов)		45	
Промежуточная аттестация		Представлены в фонде оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине	