

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования**  
**«ТОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СИСТЕМ**  
**УПРАВЛЕНИЯ И РАДИОЭЛЕКТРОНИКИ»**  
**(ТУСУР)**



**УТВЕРЖДАЮ**  
Проректор по учебной работе

Документ подписан электронной подписью

Сертификат: a1119608-cdff-4455-b54e-5235117c185c

Владелец: Семенов Павел Васильевич

Действителен: с 17.09.2019 по 16.09.2024

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Академическая гребля**

Уровень образования: **высшее образование - бакалавриат**  
Направление подготовки / специальность: **38.03.01 Экономика**  
Направленность (профиль) / специализация: **Финансы и кредит**  
Форма обучения: **очная**  
Факультет: **ЭФ, Экономический факультет**  
Кафедра: **Экон, Кафедра экономики**  
Курс: **2, 3**  
Семестр: **3, 4, 5, 6**  
Учебный план набора 2020 года

**Распределение рабочего времени**

| № | Виды учебной деятельности | 3 семестр | 4 семестр | 5 семестр | 6 семестр | Всего | Единицы |
|---|---------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-------|---------|
| 1 | Практические занятия      | 72        | 72        | 72        | 56        | 272   | часов   |
| 2 | Всего аудиторных занятий  | 72        | 72        | 72        | 56        | 272   | часов   |
| 3 | Самостоятельная работа    | 12        | 12        | 12        | 20        | 56    | часов   |
| 4 | Всего (без экзамена)      | 84        | 84        | 84        | 76        | 328   | часов   |
| 5 | Общая трудоемкость        | 84        | 84        | 84        | 76        | 328   | часов   |

Зачёт: 4, 6 семестр

Томск

## ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ

Рабочая программа дисциплины составлена с учетом требований федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС ВО) по направлению подготовки (специальности) 38.03.01 Экономика, утвержденного 12.11.2015 года, рассмотрена и одобрена на заседании кафедры СпС « \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ года, протокол № \_\_\_\_\_.

Разработчик:

ст. преподаватель каф. СпС \_\_\_\_\_ Ю. В. Двойникова

Заведующий обеспечивающей каф.  
СпС

\_\_\_\_\_ А. И. Иванов

Рабочая программа дисциплины согласована с факультетом и выпускающей кафедрой:

Декан ЭФ \_\_\_\_\_ А. В. Богомолова

Заведующий выпускающей каф.  
Экон

\_\_\_\_\_ В. Ю. Цибульникова

Эксперты:

Доцент кафедры экономики (Экон) \_\_\_\_\_ Н. В. Шимко

Доцент кафедры экономики (Экон) \_\_\_\_\_ Н. Б. Васильковская

## 1. Цели и задачи дисциплины

### 1.1. Цели дисциплины

Формирование физической культуры личности и способности направленного использования средств физической культуры, спорта для сохранения и укрепления здоровья, привлечения к занятиям академической греблей большого числа студентов для подготовки из их числа резерва для сборной команды университета, области, России.

### 1.2. Задачи дисциплины

- 
- Понимание роли физической культуры и здорового образа жизни;
- Овладение системой практических умений и навыков в гребном спорте, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности и самоопределение в физической культуре;
  - Формирование мотивационно-целостного отношения к физической культуре, установки на здоровый образ и стиль жизни, физического самосовершенствования и самовоспитания потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
  - Обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;
  - Приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Академическая гребля» (Б1.В.1.01.ДВ.01.05) относится к блоку 1 (вариативная часть).

Предшествующими дисциплинами, формирующими начальные знания, являются: Академическая гребля.

Последующими дисциплинами являются: Академическая гребля.

## 3. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

- ОК-8 способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности ;

В результате изучения дисциплины обучающийся должен:

- **знать** Научно-практические основы физической культуры; Основы здорового образа жизни; Особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности; Простейшие методики самооценки работоспособности, утомления и применения средств физической культуры для их направленной коррекции; Методику проведения учебно-тренировочного занятия; Методы самооценки специальной физической и спортивной подготовленности по академической гребле; Средства и методы мышечной релаксации в спорте.

- **уметь** Использовать методики эффективных и дополнительных способов жизненно важными умениями и навыками (ходьба, бег, плавание и т.п.) Использовать методы оценки и коррекции осанки и телосложения; Назвать методы регулирования психоэмоционального состояния, применяемые при занятиях физической культурой и спортом.

- **владеть** Основами профессионально-прикладной физической подготовки, определяющей психофизическую готовность к будущей профессии; Методикой самомассажа; Приемами составления и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями, гигиенической или тренировочной направленности; Методами индивидуального подхода и применения средств для направленного развития отдельных физических качеств; Методами организации судейства соревнований по академической гребле; Методами самостоятельного освоения отдельных элементов профессионально-прикладной физической подготовки.

## 4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Таблица 4.1 – Трудоемкость дисциплины

| Виды учебной деятельности | Всего часов | Семестры |
|---------------------------|-------------|----------|
|---------------------------|-------------|----------|

|   |     | 3 семестр | 4 семестр | 5 семестр | 6 семестр |
|---|-----|-----------|-----------|-----------|-----------|
| Аудиторные занятия (всего)                    | 272 | 72        | 72        | 72        | 56        |
| Практические занятия                          | 272 | 72        | 72        | 72        | 56        |
| Самостоятельная работа (всего)                | 56  | 12        | 12        | 12        | 20        |
| Выполнение домашних заданий                   | 32  | 0         | 12        | 0         | 20        |
| Написание рефератов                           | 12  | 0         | 0         | 12        | 0         |
| Подготовка к практическим занятиям, семинарам | 12  | 12        | 0         | 0         | 0         |
| Всего (без экзамена)                          | 328 | 84        | 84        | 84        | 76        |
| Общая трудоемкость, ч                         | 328 | 84        | 84        | 84        | 76        |

## 5. Содержание дисциплины

### 5.1. Разделы дисциплины и виды занятий

Разделы дисциплины и виды занятий приведены в таблице 5.1.

Таблица 5.1 – Разделы дисциплины и виды занятий

| Названия разделов дисциплины  | Прак. зан., ч | Сам. раб., ч | Всего часов (без экзамена) | Формируемые компетенции |
|---|---------------|--------------|----------------------------|-------------------------|
| <b>3 семестр</b>  |               |              |                            |                         |
| 1 1. Общая физическая подготовка (ОФП) 2. Специальная подготовка (СП) | 72            | 12           | 84                         | ОК-8                    |
| Итого за семестр  | 72            | 12           | 84                         |                         |
| <b>4 семестр</b>  |               |              |                            |                         |
| 2 1. Общая физическая подготовка (ОФП) 2. Специальная подготовка (СП) | 72            | 12           | 84                         | ОК-8                    |
| Итого за семестр  | 72            | 12           | 84                         |                         |
| <b>5 семестр</b>  |               |              |                            |                         |
| 3 1. Общая физическая подготовка (ОФП) 2. Специальная подготовка (СП) | 72            | 12           | 84                         | ОК-8                    |
| Итого за семестр  | 72            | 12           | 84                         |                         |
| <b>6 семестр</b>  |               |              |                            |                         |
| 4 1. Общая физическая подготовка (ОФП) 2. Специальная подготовка (СП) | 56            | 20           | 76                         | ОК-8                    |
| Итого за семестр  | 56            | 20           | 76                         |                         |
| Итого   | 272           | 56           | 328                        |                         |

### 5.2. Разделы дисциплины и междисциплинарные связи с обеспечивающими (предыдущими) и обеспечиваемыми (последующими) дисциплинами

Разделы дисциплины и междисциплинарные связи с обеспечивающими (предыдущими) и обеспечиваемыми (последующими) дисциплинами представлены в таблице 5.2.

Таблица 5.2 – Разделы дисциплины и междисциплинарные связи

| Наименование дисциплин    | № разделов данной дисциплины, для которых необходимо изучение обеспечивающих и обеспечиваемых дисциплин |   |   |   |
|---------------------------|---|---|---|---|
|                           | 1   | 2 | 3 | 4 |
| Предшествующие дисциплины |   |   |   |   |
| 1 Академическая гребля    | +   | + | + | + |
| Последующие дисциплины    |   |   |   |   |
| 1 Академическая гребля    | +   | + | + | + |

### 5.3. Соответствие компетенций, формируемых при изучении дисциплины, и видов занятий

Соответствие компетенций, формируемых при изучении дисциплины, и видов занятий представлено в таблице 5.3.

Таблица 5.3 – Соответствие компетенций, формируемых при изучении дисциплины, и видов занятий

| Компетенции | Виды занятий |           | Формы контроля                         |
|-------------|--------------|-----------|--|
|             | Прак. зан.   | Сам. раб. |  |
| ОК-8        | +            | +         | Домашнее задание, Зачёт, Тест, Реферат |

### 6. Интерактивные методы и формы организации обучения

Не предусмотрено РУП.

### 7. Лабораторные работы

Не предусмотрено РУП.

### 8. Практические занятия (семинары)

Наименование практических занятий (семинаров) приведено в таблице 8.1.

Таблица 8.1 – Наименование практических занятий (семинаров)

| Названия разделов   | Наименование практических занятий (семинаров)                     | Трудоемкость, ч | Формируемые компетенции |
|---|---|-----------------|-------------------------|
| 3 семестр   |   |                 |                         |
| 1 1. Общая физическая подготовка (ОФП) 2. Специальная подготовка (СП) | 1. Общефизическая подготовка (ОФП) 2. СП (Специальная подготовка) | 72              | ОК-8                    |
|   | Итого   | 72              |                         |
| Итого за семестр  |   | 72              |                         |
| 4 семестр   |   |                 |                         |
| 2 1. Общая физическая подготовка (ОФП) 2. Специальная подготовка (СП) | 1. Общефизическая подготовка (ОФП) 2. СП (Специальная подготовка) | 72              | ОК-8                    |
|   | Итого   | 72              |                         |
| Итого за семестр  |   | 72              |                         |
| 5 семестр   |   |                 |                         |
| 3 1. Общая физическая подготовка (ОФП) 2.                             | 1. Общефизическая подготовка (ОФП) 2. СП (Специальная подготовка) | 72              | ОК-8                    |
|   | Итого   | 72              |                         |

|   |   |     |      |
|---|---|-----|------|
| Специальная подготовка (СП)   |   |     |      |
| Итого за семестр  |   | 72  |      |
| <b>6 семестр</b>  |   |     |      |
| 4 1. Общая физическая подготовка (ОФП) 2. Специальная подготовка (СП) | 1. Общефизическая подготовка (ОФП) 2. СП (Специальная подготовка) | 56  | ОК-8 |
|   | Итого   | 56  |      |
| Итого за семестр  |   | 56  |      |
| Итого   |   | 272 |      |

### 9. Самостоятельная работа

Виды самостоятельной работы, трудоемкость и формируемые компетенции представлены в таблице 9.1.

Таблица 9.1 – Виды самостоятельной работы, трудоемкость и формируемые компетенции

| Названия разделов   | Виды самостоятельной работы                   | Трудоемкость, ч | Формируемые компетенции | Формы контроля                |
|---|---|-----------------|-------------------------|-------------------------------|
| <b>3 семестр</b>  |   |                 |                         |                               |
| 1 1. Общая физическая подготовка (ОФП) 2. Специальная подготовка (СП) | Подготовка к практическим занятиям, семинарам | 12              | ОК-8                    | Тест                          |
|   | Итого   | 12              |                         |                               |
| Итого за семестр  |   | 12              |                         |                               |
| <b>4 семестр</b>  |   |                 |                         |                               |
| 2 1. Общая физическая подготовка (ОФП) 2. Специальная подготовка (СП) | Выполнение домашних заданий                   | 12              | ОК-8                    | Домашнее задание, Зачёт, Тест |
|   | Итого   | 12              |                         |                               |
| Итого за семестр  |   | 12              |                         |                               |
| <b>5 семестр</b>  |   |                 |                         |                               |
| 3 1. Общая физическая подготовка (ОФП) 2. Специальная подготовка (СП) | Написание рефератов                           | 12              | ОК-8                    | Реферат, Тест                 |
|   | Итого   | 12              |                         |                               |
| Итого за семестр  |   | 12              |                         |                               |
| <b>6 семестр</b>  |   |                 |                         |                               |
| 4 1. Общая физическая подготовка (ОФП) 2. Специальная подготовка (СП) | Выполнение домашних заданий                   | 20              | ОК-8                    | Домашнее задание, Зачёт, Тест |
|   | Итого   | 20              |                         |                               |
| Итого за семестр  |   | 20              |                         |                               |
| Итого   |   | 56              |                         |                               |

## 10. Курсовой проект / курсовая работа

Не предусмотрено РУП.

## 11. Рейтинговая система для оценки успеваемости обучающихся

### 11.1. Балльные оценки для элементов контроля

Таблица 11.1 – Балльные оценки для элементов контроля

| Элементы учебной деятельности | Максимальный балл на 1-ую КТ с начала семестра | Максимальный балл за период между 1КТ и 2КТ | Максимальный балл за период между 2КТ и на конец семестра | Всего за семестр |
|-------------------------------|--|---|---|------------------|
| <b>3 семестр</b>              |  |   |   |                  |
| Тест                          | 30   | 30  | 40  | 100              |
| Итого максимум за период      | 30   | 30  | 40  | 100              |
| Нарастающим итогом            | 30   | 60  | 100   | 100              |
| <b>4 семестр</b>              |  |   |   |                  |
| Домашнее задание              | 15   | 15  | 20  | 50               |
| Тест                          | 15   | 15  | 20  | 50               |
| Итого максимум за период      | 30   | 30  | 40  | 100              |
| Нарастающим итогом            | 30   | 60  | 100   | 100              |
| <b>5 семестр</b>              |  |   |   |                  |
| Реферат                       | 15   | 15  | 15  | 45               |
| Тест                          | 15   | 20  | 20  | 55               |
| Итого максимум за период      | 30   | 35  | 35  | 100              |
| Нарастающим итогом            | 30   | 65  | 100   | 100              |
| <b>6 семестр</b>              |  |   |   |                  |
| Домашнее задание              | 15   | 15  | 20  | 50               |
| Тест                          | 15   | 15  | 20  | 50               |
| Итого максимум за период      | 30   | 30  | 40  | 100              |
| Нарастающим итогом            | 30   | 60  | 100   | 100              |

### 11.2. Пересчет баллов в оценки за контрольные точки

Пересчет баллов в оценки за контрольные точки представлен в таблице 11.2.

Таблица 11.2 – Пересчет баллов в оценки за контрольные точки

| Баллы на дату контрольной точки                       | Оценка |
|---|--------|
| ≥ 90% от максимальной суммы баллов на дату КТ         | 5      |
| От 70% до 89% от максимальной суммы баллов на дату КТ | 4      |
| От 60% до 69% от максимальной суммы баллов на дату КТ | 3      |
| < 60% от максимальной суммы баллов на дату КТ         | 2      |

### 11.3. Пересчет суммы баллов в традиционную и международную оценку

Пересчет суммы баллов в традиционную и международную оценку представлен в таблице 11.3.

Таблица 11.3 – Пересчет суммы баллов в традиционную и международную оценку

| Оценка (ГОС)                    | Итоговая сумма баллов, учитывает успешно сданный экзамен | Оценка (ECTS)           |
|---------------------------------|--|-------------------------|
| 5 (отлично) (зачтено)           | 90 - 100   | A (отлично)             |
| 4 (хорошо) (зачтено)            | 85 - 89  | B (очень хорошо)        |
|                                 | 75 - 84  | C (хорошо)              |
|                                 | 70 - 74  | D (удовлетворительно)   |
| 65 - 69                         |  |                         |
| 3 (удовлетворительно) (зачтено) | 60 - 64  | E (посредственно)       |
|                                 | Ниже 60 баллов   | F (неудовлетворительно) |

## 12. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### 12.1. Основная литература

1. Физическая культура: учебное пособие для вузов / П. Г. Балашев и др.; ред.: Д.Н. Коваленко, О. Г. Черноусов; - Томск: ТУСУР, 2005. - 331 с. (наличие в библиотеке ТУСУР - 149 экз.)
2. Стриханов, Михаил Николаевич. Физическая культура и спорт [Электронный ресурс]: учебное пособие. - М. : Юрайт , 2019 — Режим доступа: <https://urait.ru/viewer/fizicheskaya-kultura-i-sport-v-vuzah-430716#page/1> (дата обращения: 24.09.2021).

### 12.2. Дополнительная литература

1. Виленский, Михаил Яковлевич. Физическая культура и здоровый образ жизни студента : учебное пособие. - М. : КноРус , 2012. - 240 с. (наличие в библиотеке ТУСУР - 10 экз.)
2. Булгакова, О. В. Фитнес-аэробика [Электронный ресурс]: учебное пособие / О. В. Булгакова, Н. А. Брюханова. — Красноярск : СФУ, 2019. — 112 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/157655> (дата обращения: 24.09.2021).

### 12.3. Учебно-методические пособия

#### 12.3.1. Обязательные учебно-методические пособия

1. Совершенствование техники академической гребли. Основные ошибки и их исправление. [Электронный ресурс]: Учебно-методическая работа / Л. П. Ранцева - 2011. 6 с. — Режим доступа: <https://edu.tusur.ru/publications/1005> (дата обращения: 24.09.2021).
2. Основы физической подготовки гребцов [Электронный ресурс]: Учебно-методическая работа / Л. П. Ранцева, И. М. Богомолова, А. И. Иванов - 2010. 3 с. — Режим доступа: <https://edu.tusur.ru/publications/1004> (дата обращения: 24.09.2021).
3. Организация самостоятельной работы студентов-гребцов с использованием тренажера “Concept-II” [Электронный ресурс]: Учебно-методическая работа / Л. П. Ранцева, И. М. Богомолова, В. Н. Якименко - 2009. 2 с. — Режим доступа: <https://edu.tusur.ru/publications/1003> (дата обращения: 24.09.2021).
4. Техническая подготовка спортсмена в академической гребле [Электронный ресурс]: Учебно-методическая работа / Л. П. Ранцева, И. М. Богомолова, А. И. Иванов, В. Н. Якименко - 2011. 2 с. — Режим доступа: <https://edu.tusur.ru/publications/1006> (дата обращения: 24.09.2021).

#### 12.3.2. Учебно-методические пособия для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

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

##### Для лиц с нарушениями зрения:

- в форме электронного документа;
- в печатной форме увеличенным шрифтом.



**Для лиц с нарушениями слуха:**

- в форме электронного документа;
- в печатной форме.

**Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:**

- в форме электронного документа;
- в печатной форме.

**12.4. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы**

1. При изучении дисциплины рекомендуется обращаться к базам данных, информационно-справочным и поисковым системам, к которым у ТУСУРа открыт доступ: <https://lib.tusur.ru/ru/resursy/bazy-dannyh>

**13. Материально-техническое обеспечение дисциплины и требуемое программное обеспечение**

**13.1. Общие требования к материально-техническому и программному обеспечению дисциплины**

**13.1.1. Материально-техническое и программное обеспечение для практических занятий**

Спортивный зал в гребном бассейне

учебная аудитория для проведения занятий практического типа, помещение для самостоятельной работы

Томская область, г. Томск, Ленина проспект, д. 40, Спортивный зал в гребном бассейне.

Описание имеющегося оборудования:

- Гребной бассейн на 8 посадочных мест: Тренажер для гребли (лодка восьмерка); Весла углепластиковые для бассейна (8 шт.);
- Тренажеры: Вертикальная стойка; Пресс-брусья-турник; Машина смитта/силовая стойка; Скамья для жима; Баттерфляй; Римский стул; Жим ногами; Скамья для прессы; Concept-П;
- Турник для подтягивания;
- Шведская стенка;
- Скакалки;
- Комплект специализированной учебной мебели;
- Рабочее место преподавателя.

Программное обеспечение не требуется.

**13.1.2. Материально-техническое и программное обеспечение для самостоятельной работы**

Для самостоятельной работы используются учебные аудитории (компьютерные классы), расположенные по адресам:

- 634050, Томская область, г. Томск, Ленина проспект, д. 40, 233 ауд.;
- 634045, Томская область, г. Томск, ул. Красноармейская, д. 146, 201 ауд.;
- 634034, Томская область, г. Томск, Вершинина улица, д. 47, 126 ауд.;
- 634034, Томская область, г. Томск, Вершинина улица, д. 74, 207 ауд.

Состав оборудования:

- учебная мебель;
- компьютеры класса не ниже ПЭВМ INTEL Celeron D336 2.8ГГц. - 5 шт.;
- компьютеры подключены к сети «Интернет» и обеспечивают доступ в электронную информационно-образовательную среду университета.

Перечень программного обеспечения:

- Microsoft Windows;
- OpenOffice;
- Kaspersky Endpoint Security 10 для Windows;
- 7-Zip;
- Google Chrome.

### **13.2. Материально-техническое обеспечение дисциплины для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов**

Освоение дисциплины лицами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами осуществляется с использованием средств обучения общего и специального назначения.

При занятиях с обучающимися **с нарушениями слуха** предусмотрено использование звукоусиливающей аппаратуры, мультимедийных средств и других технических средств приема/передачи учебной информации в доступных формах, мобильной системы преподавания для обучающихся с инвалидностью, портативной индукционной системы. Учебная аудитория, в которой занимаются обучающиеся с нарушением слуха, оборудована компьютерной техникой, аудиотехникой, видеотехникой, электронной доской, мультимедийной системой.

При занятиях с обучающимися **с нарушениями зрениями** предусмотрено использование в лекционных и учебных аудиториях возможности просмотра удаленных объектов (например, текста на доске или слайда на экране) при помощи видеоувеличителей для комфортного просмотра.

При занятиях с обучающимися **с нарушениями опорно-двигательного аппарата** используются альтернативные устройства ввода информации и другие технические средства приема/передачи учебной информации в доступных формах, мобильной системы обучения для людей с инвалидностью.

### **14. Оценочные материалы и методические рекомендации по организации изучения дисциплины**

#### **14.1. Содержание оценочных материалов и методические рекомендации**

Для оценки степени сформированности и уровня освоения закрепленных за дисциплиной компетенций используются оценочные материалы в составе:

##### **14.1.1. Тестовые задания**

Ответы на тестовые задания по техническим терминам

##### **14.1.2. Зачёт**

1. Посещаемость занятий
2. Выполнение контрольных нормативов
3. Сдача норматива по плаванию
4. Посещение тренировки на открытой воде и выход на воду в лодке

##### **14.1.3. Темы рефератов**

1. История возникновения и развития академической гребли в мире
2. Англия-родоначальник академической гребли
3. Развитие академической гребли в России
4. Академическая гребля в Томске
5. Развитие студенческой гребли (СГЛ) в России и ТУСУРе
6. Академическая лодка, отличие от других гребных судов (ялы, народная гребля, прибрежная гребля)

4. Принципы здорового образа жизни
5. Правильное и рациональное питание, витамины
6. Изучение техники работы на гребном тренажере
7. Специальные термины, используемые гребцами, история терминов
8. Техника академической гребли в лодке
9. Гребной тренажер CONCEPT-II как средство тренировки спортсменов
10. Тренировки во время карантина

##### **14.1.4. Темы домашних заданий**

Видео домашних тренировок, тренировок в спортивных залах и на улице в период пандемии.

### **14.2. Требования к оценочным материалам для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов**

Для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов предусмотрены дополни-

тельные оценочные материалы, перечень которых указан в таблице 14.

Таблица 14 – Дополнительные материалы оценивания для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

| Категории обучающихся                         | Виды дополнительных оценочных материалов  | Формы контроля и оценки результатов обучения  |
|---|---|---|
| С нарушениями слуха                           | Тесты, письменные самостоятельные работы, вопросы к зачету, контрольные работы                        | Преимущественно письменная проверка   |
| С нарушениями зрения                          | Собеседование по вопросам к зачету, опрос по терминам   | Преимущественно устная проверка (индивидуально)                                       |
| С нарушениями опорно-двигательного аппарата   | Решение дистанционных тестов, контрольные работы, письменные самостоятельные работы, вопросы к зачету | Преимущественно дистанционными методами   |
| С ограничениями по общемедицинским показаниям | Тесты, письменные самостоятельные работы, вопросы к зачету, контрольные работы, устные ответы         | Преимущественно проверка методами исходя из состояния обучающегося на момент проверки |

### 14.3. Методические рекомендации по оценочным материалам для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

Для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов предусматривается доступная форма предоставления заданий оценочных средств, а именно:

- в печатной форме;
- в печатной форме с увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- методом чтения ассистентом задания вслух;
- предоставление задания с использованием сурдоперевода.

Лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам увеличивается время на подготовку ответов на контрольные вопросы. Для таких обучающихся предусматривается доступная форма предоставления ответов на задания, а именно:

- письменно на бумаге;
- набор ответов на компьютере;
- набор ответов с использованием услуг ассистента;
- представление ответов устно.

Процедура оценивания результатов обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов по дисциплине предусматривает предоставление информации в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

#### Для лиц с нарушениями зрения:

- в форме электронного документа;
- в печатной форме увеличенным шрифтом.

#### Для лиц с нарушениями слуха:

- в форме электронного документа;
- в печатной форме.

#### Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- в форме электронного документа;
- в печатной форме.

При необходимости для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов процедура оценивания результатов обучения может проводиться в несколько этапов.