Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Ганеев Винер Валиахметович
Должность: Директор
Дата подписания: 02.11.2026 13:11:35
Уникальный программный ключ:
fceab25d7092f3bff743e8ad3f8d57fddc1f5e66

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации

ФГБОУ ВО «Уфимский университет науки и технологий»

Бирский филиал

ФАКУЛЬТЕТ ПЕДАГОГИКИ

УТВЕРЖДАЮ:
Декан
подписано ЭЦП Ардеев Р.Г.
(подпись, инициалы, фамилия)

«26» 02 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой их преподавания: лапта
(наименование дисциплины)

ОПОП ВО программа бакалавриата
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
шифр и наименование направления подготовки (специальности)

направленность (профиль, специализация)

Физическая культура, Дополнительное образование (Тренерская деятельность)
наименование направленности (профиля, специализации)

форма обучения
очная
(очная, очно-заочная, заочная)

Бирск 2026 г.

Рабочая программа составлена на основании учебного плана основной профессиональной образовательной программы 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) профиль Физическая культура, Дополнительное образование (Тренерская деятельность), одобренного ученым советом Бирского филиала Уфимского университета науки и технологий (протокол №7 от 27.02.2026 г.) и утвержденного директором Бирского филиала 27.02.2026.

Зав.кафедрой кафедры физической культуры и спорта *(наименование кафедры разработчика программы)*	*подписано ЭЦП*	Кругликова В.С.
Разработчик программы	*подписано ЭЦП*	Ардеев Р.Г.
Руководитель образовательной программы	*подписано ЭЦП*	Кругликова В.С.

1. Цель дисциплины. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы

1.1. Цель дисциплины

Цель изучения дисциплины: целью учебной дисциплины является формирование знаний в области физкультурно-спортивных видов деятельности: лапта; умений и владений для проектирования и реализации образовательного процесса по дополнительным общеобразовательным программам, обеспечивающих полноценную социальную и профессиональную деятельность.

1.2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы

Таблица 1. – Результаты обучения по дисциплине

Планируемые результаты освоения основной профессиональной образовательной программы (компетенции, закрепленные за дисциплиной)		Код и наименование индикатора достижения компетенции, закрепленного за дисциплиной
код компетенции	наименование компетенции	
ПК-2	Способен использовать базовые научно-теоретические знания, практические умения и навыки по предмету для проектирования и реализации образовательного процесса по дополнительным общеобразовательным программам.	ПК-2.1. Разрабатывает дополнительные общеобразовательные программы по профилю
		ПК-2.2. Проектирует и проводит занятия в системе дополнительного образования
		ПК-2.3. Оценивает результаты освоения обучающимися дополнительных образовательных программ
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности:	УК-7.1. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности
		УК-7.2. Владеет технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья

2. Структура и трудоемкость дисциплины

Общая трудоемкость (объем) дисциплины составляет 4 зачетные единицы (з.е.), 144 академических часов.

Таблица 2 – Объем дисциплины

Виды учебной работы	Всего, часов	Количество часов в семестре
Общая трудоемкость дисциплины	144	7 семестр - 144
Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий (всего)	72	7 семестр - 72
в том числе:		
лекции	12	7 семестр - 12
лабораторные занятия	52	7 семестр - 52
практические занятия	8	7 семестр - 8
Другие виды работ в соответствии с УП:		
контрольная работа	0.5	7 семестр - 1
консультации	0	
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	72	7 семестр - 72
Из них:		
контроль	0	
ФКР:		
зачет	0.2	7 семестр - 1
зачет с оценкой	0	
курсовая работа (проект)	0	
экзамен	0	

3 Содержание дисциплины

Таблица 3 – Содержание дисциплины

№ п/п	Раздел (тема) дисциплины	Виды деятельности						Форма текущего контроля успеваемости
		Лек, час.	Лаб, час.	П, час.	Зч, час.	КоР, час.	СРС, час.	
4 курс / 7 семестр								
1	История развития игры.Техника игры и методика обучения.							
1.1	История развития игры. Русская лапта одна из древнейших национальных спортивных игр, а возможно, и самая древняя. Принадлежности для игры в лапту деревянные биты и войлочные мячи были найдены в раскопках Великого Новгорода, датируемых XIV веком. Ни один праздник на Руси без игры в лапту,	4		2			10	Устный опрос

	наряду с кулачными боями, не обходился.							
1.2	Техника игры и методика обучения. Техника игры совокупность приемов игры для осуществления игровой и соревновательной деятельности с целью достижения выигрыша, победы. Техническая подготовка педагогический процесс, направленный на совершенное освоение приемов игры и обеспечивающий надежность навыков в игровой и соревновательной деятельности. Техника специальные индивидуальные приемы (элементы) игрока, с помощью которых он ведет игру. Техника основа тактики, а тактика предполагает сочетание технических приемов. Степень развития техники определяет темпы роста мастерства игроков и их успехи в соревнованиях.	4		4			7.3	Устный опрос
1.3	Средства и методы тренировки. Средства и методы тренировки.Повторный метод. Метод круговой тренировки. Игровой метод. Соревновательный метод.	4		2			4	Семинар
2	Обучение технике игры в лапту							
2.1	Ловля мячей. Ловля мяча. Упражнения для обучения ловле мяча. Ловля низко летящего мяча.		10				10	Контрольный норматив, Кейс-задания
2.2	Передача мяча. 1.Передача мяча одной рукой от плеча в парах на расстоянии 8 10 метров. 2. Передача мяча в парах на расстоянии метров. 3. Передача мяча в парах на расстоянии метров. 4. Передача мяча через площадку в парах. 5. Передача мяча в четвёрках (в квадрате). 6. Передача мяча в парах одновременно двумя мячами. 7. Передача мяча в парах одновременно двумя мячами через площадку. 8. Передача мяча в пятёрках «звёздочкой». 9. Передача мяча в парах на время. 10. Передача мяча в парах через площадку на время. 11. Передача мяча в четвёрках со сменой мест (перебежка осуществляется		10				10	Контрольный норматив, Кейс-задания

	вслед за мячом). 12. Передача мяча по «квадрату» (в четвёрках) на время. 13. В тройках. Стоя на расстоянии 8 10 метров друг от друга на одной линии, первый передаёт мяч второму.							
2.3	Выполнение ударов. Упражнения для обучения ударам снизу 1. Имитация удара снизу в медленном темпе. 2. Имитация удара снизу с поворотом вправо и влево, поочередно меняя захват биты. 3. В парах. Один подбрасывает мяч, другой производит удар по мячу способом снизу. 4. Выполнение ударов на дальность полетов мяча. 5. Выполнение ударов, после которых мяч летит на максимальную высоту. 6. Удары в левый или правый углы площадки. 7. Удары, после которых мяч летит за контрольную линию. 8. Удары по высоко подброшенному и низко подброшенному мячу. 9. Удары по мячу, подброшенному влево и вправо от круга подачи.		10				10	Кейс-задания, Контрольный норматив
2.4	Обучения игры в защите Упражнения для обучения тактике игры в защите		10				10	Кейс-задания, Контрольный норматив
2.5	Обучение игры в нападении Упражнения для обучения тактике игры в нападении		12				10	Кейс-задания, Контрольный норматив
3	Контрольная работа					1	0.5	
4	Зачет				1		0.2	
Итого по 4 курсу 7 семестру		12	52	8	1	1	72	
Итого по дисциплине		12	52	8	1	1	72	

Таблица 4 – Лабораторные работы

№ п/п	Наименование лабораторных работ	Объем, час.

Таблица 5 – Практические (семинарские) занятия

№ п/п	Наименование семинарских и практических работ	Объем, час.

4. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Критериями оценивания являются баллы, которые выставляются за виды деятельности (оценочные средства) по итогам изучения модулей (разделов дисциплины), перечисленных в рейтинг-плане дисциплины. Баллы, выставляемые за конкретные виды деятельности представлены ниже.

Контрольные задания для проведения текущего контроля успеваемости

Устный опрос

Устный опрос применяется как метод проверки знаний обучающихся по конкретной тематике
о правилам игры и технике безопасности:

1. Какие размеры игровой площадки установлены правилами русской лапты?
2. Какие требования предъявляются к биту и мячу для игры в лапту?
3. В каких случаях удар по мячу считается действительным?
4. Что такое «штрафная зона» и для чего она предназначена?
5. Какие действия запрещены игрокам во время игры (бросание мяча в голову, задержка бегущего и т.д.)?

По здоровьесбережению и самоконтролю:

1. Какие гигиенические требования необходимо соблюдать на занятиях русской лаптой?
2. Как спланировать режим труда и отдыха для поддержания физической подготовленности?
3. Какие простейшие виды закаливания можно использовать при занятиях лаптой?

По методике подбора упражнений:

1. Какие физические качества развивает русская лапта и как подбирать упражнения с учётом их воздействия на организм?
2. Как учитывать возрастные и индивидуальные особенности обучающихся при подборе физических упражнений?

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания устного опроса

Описание методики оценивания выполнения устного опроса: при оценке ответа студента на устный вопрос учитывается: насколько раскрыто содержание темы, структурированность ответа, его логичность, умение формулировать ответ, уровень понимания материала.
Критерии оценки
5 баллов выставляется студенту, если: в ответе качественно раскрыто содержание темы. Ответ хорошо структурирован. Прекрасно освоен понятийный аппарат. Продемонстрирован высокий уровень понимания материала. Превосходное умение формулировать свои мысли, обсуждать дискуссионные положения.

4 балла выставляется студенту, если: основные вопросы темы раскрыты. Структура ответа в целом адекватна теме. Хорошо освоен понятийный аппарат. Продемонстрирован хороший уровень понимания материала.
Хорошее умение формулировать свои мысли, обсуждать дискуссионные положения.
3 балла выставляется студенту, если: тема частично раскрыта. Ответ слабо структурирован. Понятийный аппарат освоен частично. Понимание отдельных положений из материала по теме. Удовлетворительное
умение формулировать свои мысли, обсуждать дискуссионные положения.

0-2 балла выставляется студенту, если: тема не раскрыта. Понятийный аппарат освоен неудовлетворительно. Понимание материала фрагментарное или отсутствует. Неумение формулировать свои мысли, обсуждать дискуссионные положения.

Контрольная работа

1. **История развития русской лапты как национального вида спорта**Этапы становления, первые официальные соревнования, современное состояние и перспективы.
2. **Правила игры в русскую лапту и их эволюция**Сравнение традиционных и современных правил, изменения в размерах площадки и составе команд.
3. **Техника выполнения ударов битой в русской лапте**Характеристика ударов «сверху», «сбоку», «снизу», типичные ошибки и способы их исправления.
4. **Техника ловли и передачи мяча в русской лапте**Способы ловли высоколетящего мяча, передача одной рукой, работа в парах и тройках.
5. **Методика развития быстроты и ловкости средствами русской лапты**Подбор упражнений, дозировка нагрузки, учёт возрастных особенностей обучающихся.
6. **Методика развития скоростно-силовых качеств на занятиях русской лаптой**Прыжковые упражнения, броски набивного мяча, специальные упражнения с битой.
7. **Тактика командных действий в нападении в русской лапте**Организация перебежек, взаимодействие бьющих и бегущих, «умный удар».
8. **Тактика командных действий в защите в русской лапте**Осаливание, обратное осаливание, расположение игроков на площадке, подстраховка.
9. **Русская лапта как средство здоровьесбережения обучающихся**Влияние занятий лаптой на функциональные системы организма, профилактика гиподинамии.
10. **Разработка дополнительной общеобразовательной программы по русской лапте**Структура программы, цели и задачи, содержание, планируемые результаты, формы аттестации.

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания контрольной работы

Описание методики оценивания: при оценке выполнения студентом контрольной работы максимальное внимание следует уделять следующим аспектам: насколько полно в теоретическом вопросе раскрыто содержание материала, четко и правильно даны определения, раскрыто содержание понятий; верно использованы научные термины; демонстрируются высокий уровень умения оперировать научными категориями, анализировать информацию, владение навыками практической деятельности; кейс-задание решено на высоком уровне, содержит аргументацию и пояснения.

Критерии оценки (в баллах):

- **9-10** баллов выставляется студенту, если в теоретическом вопросе полно раскрыто содержание материала; четко и правильно даны определения, раскрыто содержание понятий; верно использованы научные термины; демонстрируются высокий уровень умения оперировать научными категориями, анализировать информацию, владение навыками практической деятельности; кейс-задание решено на высоком уровне, содержит пояснения; тестовые задания решены свыше, чем на 80%; уровень знаний, умений, владений – высокий;
- **7-8** баллов выставляется студенту, если В теоретическом вопросе раскрыто основное содержание материала; в основном правильно даны определения понятий и использованы научные термины; ответ самостоятельный; определения понятий неполные, допущены незначительные нарушения в последовательности изложения; небольшие недостатки при использовании научных терминов; кейс-задание решено верно, но решение не доведено до завершающего этапа; тесты решены на 60-80%. Уровень знаний, умений, владений – средний;
- **5-6** баллов выставляется студенту, если в теоретическом вопросе усвоено основное, но непоследовательно; определения понятий недостаточно четкие; не использованы в качестве доказательства выводы и обобщения из наблюдений, практических занятий; уровень умения оперировать научными категориями, анализировать информацию, владения навыками

практической деятельности невысокий, наблюдаются пробелы и неточности; в решение кейс-задания верно выполнены некоторые этапы; тесты решены на 40-60%; уровень знаний, умений, владений – удовлетворительный;
- **менее 5** баллов выставляется студенту, если в теоретическом вопросе не изложено основное содержание учебного материала, изложение фрагментарное, не последовательное; определения понятий не четкие; не использованы в качестве доказательства выводы и обобщения из наблюдений, уровень умения оперировать научными категориями, анализировать информацию, владения навыками практической деятельности очень низкий; тесты решены менее, чем на 40 %; уровень знаний, умений, владений – недостаточный.

Кейс-задания

Описание кейс-заданий: кейс-задание представляет собой ситуационную задачу, требующую осмысления, анализа, а затем решения. Решение кейс-задания должно быть аргументированным, содержать пояснения.
Устный опрос по темам: основы здорового образа жизни, принципы построения комплексов физических упражнений, влияние физической нагрузки на функциональные системы организма. Проводится в ходе практических занятий .
Тестирование по правилам вида спорта и основам здоровьесбережения — письменные или устные тесты, проверяющие знание теоретических основ ЗОЖ, гигиенических требований, самоконтроля на занятиях лаптой .
Подготовка конспекта занятия с обоснованием подбора упражнений — обучающийся разрабатывает конспект, в котором отражает: цели, задачи, подбор средств с учётом воздействия на функциональные и двигательные возможности, режим нагрузки и отдыха .

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания выполнения кейс-заданий

Описание методики оценивания: при оценке решения кейс-задания наибольшее внимание должно быть уделено тому, насколько полно раскрыто содержание материала, четко и правильно даны ли определения, раскрыто содержание понятий, верно ли использованы научные термины, использованы ли аргументированные доказательства, опыт деятельности, использованы ли ранее приобретенные знания, раскрыты ли причинно-следственные связи, насколько высок уровень умения оперирования научными категориями, анализа информации, владения навыками практической деятельности.
Критерии оценки (в баллах) (должны строго соответствовать рейтинг плану по макс. и мин. колич. баллов и только для тех, кто учится с использованием модульно-рейтинговой системы обучения и оценки успеваемости студентов):
- **2** балла выставляется студенту, если задание грамотно проанализировано, установлены причинно-следственные связи, демонстрируются умения работать с источниками информации, владение навыками практической деятельности, найдено оптимальное решение кейс-задание;
- **1** балл выставляется студенту, если задание проанализировано поверхностно, не установлены причинно-следственные связи, демонстрируются слабые умения работать с источниками информации, неуверенное владение навыками практической деятельности, найдено решение кейс-задания, но имеет значительные недочеты;
- **0** баллов выставляется студенту, если задание не проанализировано, не установлены причинно-следственные связи, демонстрируется отсутствие умения работать с источниками информации, не сформированы навыки практической деятельности, решение кейс-задания не найдено.

Методическая разработка учебного занятия

1. **Обучение технике удара битой способом «сверху»**Овладение хватом биты, стойкой бьющего, замахом и ударом по мячу в заданные зоны площадки.
2. **Обучение технике удара битой способом «сбоку»**Совершенствование бокового удара, работа корпуса и рук, направление мяча в 4-5-ю зоны.

3. **Обучение технике удара битой способом «снизу»**Техника низового удара, траектория полёта мяча не менее 2 секунд, попадание за контрольную линию.
4. **Обучение технике ловли и передачи мяча в парах и тройках**Ловля высоколетящего мяча, передача одной рукой от плеча, передача с отскоком от земли.
5. **Обучение технике подачи мяча в круг подачи**Освоение правильной подачи из района подающего, точность попадания в круг.
6. **Обучение технике осаливания и обратного осаливания**Тактические приёмы защиты: осаливание бегущего мячом, обратное осаливание за линией кона.
7. **Развитие быстроты и ловкости средствами русской лапты**Челночный бег, ускорения из разных положений, подбор катящегося мяча с рывком.
8. **Развитие скоростно-силовых качеств на занятиях русской лаптой**Прыжковые упражнения, броски набивного мяча, удары битой с максимальной силой.
9. **Тактика командных действий в нападении и защите**Взаимодействие игроков при перебежках, командные действия в защите, «умный удар».
10. **Двусторонняя игра по упрощённым правилам с элементами судейства**Проведение игры, освоение жестов судьи, разбор игровых ситуаций.

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания выполнения работ

Критерии оценки методической разработки учебного занятия
«5 баллов» – план конспект занятия подготовлен в соответствии с требованиями, отвечает задачам урокам, удерживаются все дидактические принципы. Составлен без ошибок.
«4 балла» – план конспект занятия подготовлен в соответствии с требованиями, отвечает задачам урокам, удерживаются все дидактические принципы. Составлен с небольшими недочетами.
«3 балла» – план конспект занятия подготовлен в соответствии с требованиями, отвечает задачам урокам, удерживаются все дидактические принципы. Составлен с ошибками.

Вопросы для семинаров

1. **История возникновения и развития русской лапты**Происхождение народной игры, её место в традиционной культуре России, этапы развития от забавы до вида спорта.
2. **Правила игры в русскую лапту: современная редакция**Размеры площадки, состав команд, экипировка, основные правила осаливания и перебежек.
3. **Русская лапта как средство физического воспитания**Развитие физических качеств (быстроты, ловкости, силы, выносливости) средствами лапты.
4. **Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях русской лаптой**Гигиенические требования, разминка, правила работы с битой и мячом, первая помощь.
5. **Методика обучения техническим приёмам русской лапты**Этапы обучения ударам, ловле, передаче мяча, подбору упражнений и типичные ошибки.
6. **Тактика игры в русскую лапту**Тактические схемы в нападении и защите, командные взаимодействия, «умный удар».
7. **Русская лапта в системе дополнительного образования**Разработка дополнительных общеобразовательных программ, планирование занятий, аттестация.
8. **Русская лапта как средство патриотического и нравственного воспитания**Формирование командного духа, национальной идентичности, ценностных ориентаций.
9. **Контроль и оценка результатов освоения программы по русской лапте**Контрольные нормативы ОФП/СФП, тестирование техники, диагностическая карта успеваемости.
10. **Сравнительный анализ русской лапты и родственных игровых видов спорта**Сходства и различия с бейсболом, лаптболом, крикетом, возможности заимствования методик.

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания ответа на семинаре

При оценивании ответа на семинаре следует уделять внимание тому, насколько полно раскрыто содержание материала, четко и правильно даны определения, раскрыто ли содержание понятий, верно ли использованы научные термины; использованы ли при ответе ранее приобретенные знания; раскрыты ли в процессе причинно-следственные связи; демонстрируются высокий уровень умения оперировать знениями, анализировать информацию.
Критерии оценки (в баллах):
- **5** баллов выставляется студенту, если полно раскрыто содержание материала; четко и правильно даны определения, раскрыто содержание понятий; верно использованы научные термины; ответ самостоятельный, использованы ранее приобретенные знания; раскрыты причинно-следственные связи; демонстрируются высокий уровень умения оперировать научными категориями, анализировать информацию;
- **4** балла выставляется студенту, если раскрыто основное содержание материала; в основном правильно даны определения понятий и использованы научные термины; ответ самостоятельный; определения понятий неполные, допущены незначительные нарушения в последовательности изложения; небольшие недостатки при использовании научных терминов; демонстрируются хороший уровень умения оперировать научными категориями, анализировать информацию;
- **3** балла выставляется студенту, если недостаточно раскрыто основное содержание учебного материала, не последовательно; определения понятий недостаточно четкие; допущены ошибки и неточности в использовании научной терминологии определения понятий; уровень умения оперировать научными категориями, анализировать информацию низкий;
- **0-2** балла выставляется студенту, если не раскрыто содержание учебного материала, изложено фрагментарно, определения понятий не четкие; допущены значительные ошибки в использовании научной терминологии определения понятий; уровень умения оперировать научными категориями, анализировать информацию очень низкий.

Контрольный норматив

Данный метод дает возможность с помощью специально подобранных контрольных упражнений и нормативов оценить уровень физической, технической, тактической и других сторон подготовленности испытуемых, а также изменение этого уровня на различных этапах учебно-тренировочного процесса.

1. Общая и специальная физическая подготовка

Тестовое упражнение	**Пол**	**Контрольный норматив**
Бег 30 м	юноши	6,2 с (начало года) — 6,0 с (конец года)
Бег 30 м	девушки	6,4 с (начало года) — 6,2 с (конец года)
Бег 60 м	юноши	11,9 с — 11,5 с
Бег 60 м	девушки	12,4 с — 12,0 с
Прыжок в длину с места	юноши	130 см — 140 см
Прыжок в длину с места	девушки	120 см — 130 см
Бросок мяча 1 кг из-за головы двумя руками	юноши	4,6 м — 5,0 м
Бросок мяча 1 кг из-за головы двумя руками	девушки	4,0 м — 4,5 м
Подтягивание на высокой	юноши	10 раз — 13 раз

перекладине		
Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа	девушки	5 раз — 7 раз
Челночный бег 5×6 м	юноши	11,0 с
Челночный бег 5×6 м	девушки	11,6 с

2. Техническая подготовка

Технические нормативы выполняются на площадке подающего. Каждое упражнение оценивается по точности попадания в зоны и по количеству успешных попыток.

Тестовое упражнение	**Условия выполнения**	**Норматив**
Удары сверху	по 5 ударов во 2-ю и 3-ю зоны	10 ударов, мяч за контрольной линией, в пределах боковых линий
Удары сбоку	10 ударов	мяч в 4-5-й зоне, в пределах боковых линий
Удары снизу	10 ударов	мяч в воздухе не менее 2 с, за контрольной линией, в пределах боковых линий
Подача мяча в круг	10 подач из района подающего	мяч попадает в круг подачи
Ловля высоколетящего мяча	10 попыток	мяч пойман
Бросок мяча в цель	дистанция 10 м, цель — круг диаметром 1 м, 10 бросков	попадание в цель
Передача мяча в стену	дистанция 3 м, фиксированное время	учитывается количество передач

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания выполнения работ

Критерии оценки успеваемости по технике владения двигательными действиями (умениями и навыками).
«5 баллов» – двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно в надлежащем темпе, легко и четко.
«4 балла» – двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений.
«3 балла» – двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряженному выполнению.

Реферат

Темы рефератов по лапте

1. История возникновения и развития русской лапты как народной игры.
2. Русская лапта как средство развития физических качеств (быстроты, ловкости, силы, выносливости).
3. Правила игры в русскую лапту: эволюция и современное состояние.
4. Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях русской лаптой.
5. Русская лапта как средство оздоровления и повышения функциональных возможностей организма.
6. Методика обучения техническим приёмам русской лапты (удары, ловля, передача мяча).
7. Русская лапта в системе дополнительного образования: организация и проведение занятий.

8. Русская лапта как средство патриотического и нравственного воспитания.
9. Развитие русской лапты в России: от народной забавы до вида спорта.
10. Русская лапта и её связь с другими игровыми видами спорта (бейсбол, лаптбол).

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания выполнения работ

Описание методики оценивания: при оценке выполнения студентом реферата максимальное внимание следует уделять следующим аспектам: насколько полно раскрыто содержание материала, четко и правильно даны определения, раскрыто содержание темы; демонстрируются высокий уровень умения анализировать информацию.

Критерии оценки

- **9-10** баллов выставляется студенту, если полно раскрыто содержание материала; четко и правильно даны определения, раскрыто содержание темы; демонстрируются высокий уровень умения анализировать информацию, владение навыками логичного изложения материала и анализа специальной, научной и научно-методической литературы по исследуемой проблеме;
- **7-8** баллов выставляется студенту, если раскрыто основное содержание материала; в основном правильно даны определения понятий и использованы научные термины; допущены незначительные нарушения в последовательности изложения; небольшие недостатки в умении анализировать информацию, есть недочеты во владении навыками логичного изложения материала и анализа специальной, научной и научно-методической литературы по исследуемой проблеме;
- **5-6** баллов выставляется студенту, если усвоено основное содержание материала, но непоследовательно; определения понятий недостаточно четкие; не использованы выводы и обобщения; уровень умения анализировать информацию, владения навыками логичного изложения материала и анализа специальной, научной и научно-методической литературы невысокий;
- **менее 5** баллов выставляется студенту, если не изложено основное содержание материала, изложение фрагментарное, не последовательное; не использованы выводы и обобщения из наблюдений, уровень умения анализировать информацию, владения навыками логичного изложения материала и анализа специальной, научной и научно-методической литературы очень низкий

Зачет

Зачет является оценочным средством для всех этапов освоения компетенций.

Примерные вопросы к зачету, 4 курс / 7 семестр

1. История возникновения и развитие русской лапты с древнейших времен и до наших дней.
2. История развития лапты в России. Лаптовые виды спортивных игр за рубежом.
3. Современное состояние русской лапты и дальнейшие перспективы развития.
4. Развитие русской лапты в Пензенской области.
5. Значение и применение русской лапты в физическом воспитании школьников.
6. Техника безопасности на занятиях по русской лапте.
7. Терминология в русской лапте.
8. Площадка для игры в лапту. Оборудование. Инвентарь.
9. Меры безопасности при игре в лапту
10. История развития игры в «Русскую лапту»
11. Оборудование и инвентарь для занятий лаптой
12. Влияние занятий спортивной лаптой на строение и функции организма спортсмена.
13. Гигиена, закаливание, питание и режим спортсмена
14. Врачебный контроль, самоконтроль, спортивный массаж
15. Моральная и психологическая подготовка спортсменов
16. Основы техники и тактики спортивной лапты..
17. Физическая подготовка игроков в лапту. Специальная физическая подготовка

18. Правила соревнований по спортивной лапте. Организация и проведение соревнований.

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания выполнения работ

Зачет выставляется по рейтингу, в зависимости от эффективности работы в процессе изучения дисциплины, что определяется количеством набранных баллов за все виды заданий текущего и рубежного контролязачтено – от 60 до 110 балловне зачтено – от 0 до 59 баллов.

Задания для проведения промежуточной аттестации обучающихся

Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме:

7 семестр - зачет.

Проверяемыми на промежуточной аттестации элементами содержания являются темы дисциплины.

Для проверки *знаний* используются вопросы и задания в различных формах.

Умения, навыки (или опыт деятельности) и компетенции проверяются с помощью компетентностно-ориентированных задач (ситуационных, производственных или кейсового характера) и различного вида конструкторов.

Все задачи являются многоходовыми. Некоторые задачи, проверяющие уровень сформированности компетенций, являются многовариантными. Часть умений, навыков и компетенций прямо не отражена в формулировках задач, но они могут быть проявлены обучающимися при их решении.

В каждый вариант включаются задания по каждому проверяемому элементу содержания во всех перечисленных выше формах и разного уровня сложности. Такой формат позволяет объективно определить качество освоения обучающимися основных элементов содержания дисциплины и уровень сформированности компетенций.

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине при использовании модульно-рейтинговой системы

Критериями оценивания при модульно-рейтинговой системе являются баллы, которые выставляются преподавателем за виды деятельности (оценочные средства) по итогам изучения модулей (разделов дисциплины), перечисленных в рейтинг-плане дисциплины:

для зачета: текущий контроль – максимум 50 баллов; рубежный контроль – максимум 50 баллов, поощрительные баллы – максимум 10.

Шкалы оценивания:

для зачета:

зачтено – от 60 до 110 рейтинговых баллов (включая 10 поощрительных баллов),

не зачтено – от 0 до 59 рейтинговых баллов.

Рейтинг-план дисциплины

Таблица перевода баллов текущего контроля в баллы рейтинга

	5	**5**	**5**	**5**	**5**	**5**	**5**	**5**	**5**	**5**
0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
1	5	3	2	2	1	1	1	1	1	1
2		5	4	3	2	2	2	2	2	1
3			5	4	3	3	3	2	2	2
4				5	4	4	3	3	3	2

5					5	5	4	4	3	3
6						5	5	4	4	3
7							5	5	4	4
8								5	5	4
9									5	5
10										5

Рейтинг-план дисциплины представлен в Приложении 1.

5. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

5.1. Основная учебная литература

1. Русская лапта : Технология тренировоч.процесса по этапам спорт.подготовки : учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по спец.033100(050720)-Физич. культура / Р. М. Валиахметов [и др.] .— М. : "б.и.", 2006 .— 145 с. : ил. — (Высшее образование)

5.2. Дополнительная учебная литература

1. Физическая культура и физическая подготовка : учебник для вузов / И. С. Барчуков [и др.] ; Под ред. В. Я. Кикотя, И. С. Барчукова .— М. : Юнити, 2007 .— 430 с.

5.3. Другие учебно-методические материалы

6. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)

Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и программного обеспечения, необходимых для освоения дисциплины

1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://elibrary.ru/.
2. Электронная библиотечная система «Лань» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://e.lanbook.com/.
3. Университетская библиотека онлайн biblioclub.ru [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://biblioclub.ru/.
4. Электронная библиотека УУНиТ [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://elib.bashedu.ru/.
5. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.rsl.ru/.
6. Национальная электронная библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://xn--90ax2c.xn--p1ai/viewers/.
7. Национальная платформа открытого образования npoed.ru [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://npoed.ru/.
8. Электронное образование Республики Башкортостан [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://edu.bashkortostan.ru/.
9. Информационно-правовой портал Гарант.ру [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://

www.garant.ru/.

Программное обеспечение

1. Браузер Google Chrome - Бесплатная лицензия https://www.google.com/intl/ru_ALL/chrome/privacy/eula_text.html
2. LIBREOFFICE - Договор №0301400003023000002 от 14.03.2023 (бессрочный)
3. Операционная система Astra Linux - Договор 0301400003023000002 от 14 марта 2023 бессрочно

7. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Наименование специализированных аудиторий, кабинетов, лабораторий	Вид занятий	Наименование оборудования, программного обеспечения
Аудитория 10 (спортивный зал) (БФ)	Семинарская, Для консультаций, Для контроля и аттестации	Скамейки , табло электронное.
Аудитория 10 а (С3)(БФ)	Для хранения оборудования	Биты, мячи для большого тенниса.
Аудитория 1 а (компьютерный класс)(БФ)	Семинарская, Для консультаций, Для контроля и аттестации	Компьютер, мебель. Программное обеспечение 1. LIBREOFFICE 2. Браузер Google Chrome
Аудитория 203(ФМ)	Лекционная, Семинарская, Для консультаций, Для контроля и аттестации	Доска, мебель, проектор, экран. Программное обеспечение 1. LIBREOFFICE 2. Операционная система Astra Linux 3. Браузер Google Chrome
Аудитория 301 Читальный зал (электронный каталог)(ФМ)	Для самостоятельной работы	Компьютер, мебель, принтер, сканер hp scanyet g2410. Программное обеспечение 1. Браузер Google Chrome 2. LIBREOFFICE
Аудитория 4(БФ)	Для хранения оборудования	Ноутбук, учебно-методические пособия.
Открытый стадион широкого профиля(ГЗ)	Семинарская	Спаренная беговая дорожка 60 метров.
Читальный зал(ФМ)	Для самостоятельной работы	Компьютер, ксерокс, мебель, принтер, учебно-методические материалы. Программное обеспечение 1. LIBREOFFICE

		2. Операционная система Astra Linux