Министерство науки и высшего образования РФ

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования

**«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

Институт торговли и сферы услуг

**Физическая культура и спорт**

**Методические указания**

**по выполнению контрольной работы**

для студентов заочной формы обучения

Красноярск 2023

Контрольная работа для студентов заочной формы обучения состоит из трех разделов: теоретический, методико-практический и контрольный. КР выполняется в электронном курсе <https://e.sfu-kras.ru/course/view.php?id=25448>

*Порядок предоставления работы.* Контрольная работа должна быть выполнена в установленные учебным графиком сроки. После проверки работы студент должен ознакомиться с рецензией (в виде комментария) и с учетом замечаний преподавателя доработать или переделать работу. Для ее успешного выполнения необходимо самостоятельно рассмотреть и проанализировать учебную, справочную и научную литературу.

Контрольная работа состоит из заданий, которые составлены на основе теоретических и практических знаний.

Первое задание направлено на проверку теоретических знаний и умение применять их в практической деятельности. Необходимо пройти две интерактивные лекции и ответить на предложенные вопросы.

Второе задание направлено на проверку освоения методико-практического раздела дисциплины. Задание выполняется самостоятельно с использованием вспомогательных материалов: учебник, учебные пособия, дополнительная литература и предусматривает составление комплексов упражнений для профилактики и коррекции различных заболеваний.

Третье задание в виде тестирования. Тестирование позволяет путем поиска правильного ответа и разбора допущенных ошибок лучше усвоить тот или иной материал. Тестовые задания рассчитаны на самостоятельную работу без использования вспомогательных материалов, то есть при их выполнении не следует пользоваться учебниками, и дополнительной литературой и т.д. Для выполнения тестового задания, прежде всего, следует внимательно прочитать поставленный вопрос. После ознакомления с вопросом следует приступать к прочтению предлагаемых вариантов ответа. Необходимо прочитать все варианты и в качестве ответа, следует выбрать лишь одно цифровое или буквенное обозначение, соответствующие правильному ответу. Тесты составлены таким образом, что в каждом из них правильным является лишь один из вариантов. Выбор должен быть сделан в пользу наиболее правильного ответа. В некоторых вопросах необходимо дать определение. На выполнение теста отводится ограниченное время. Время выполнения тестового задания составляет 15-20 минут.

Приступая к выполнению контрольной работы, студент должен изучить рекомендованную литературу. При выполнении заданий требуется обобщение, имеющихся теоретических знаний, практических умений и навыков.

Оценка результатов и сроки освоения дисциплины ФКиС. Для получения зачета по дисциплине ФКиС, необходимо посетить лекции, выполнить контрольные задания в электронном курсе и набрать не менее 50 баллов. Баллы начисляются за: прохождение интерактивных лекций, задание методико-практического раздела, итоговое тестирование.

**Критерии оценивания:**

*Зачтено* выставляется, если: контрольная работа выполнена вовремя, оформлена правильно, вопросы раскрыты полностью, использована дополнительная литература, при защите работы ответ аргументирован, показана способность, анализировать и делать собственные выводы;

*Не зачтено* выставляется, если: при выполнении контрольной работы не использовалась дополнительная литература, допущено большое количество существенных ошибок, студент испытывает затруднение при ответах на заданные вопросы.