

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**
**Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ К САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ

по дисциплине «Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту»

Направление подготовки 09.03.02 Информационные системы и технологии
Направленность (профиль) «Информационные системы и технологии в бизнесе»

Квалификация выпускника – бакалавр

Невинномысск, 2021

Методические указания предназначены для студентов направления подготовки 09.03.02 Информационные системы и технологии и других технических специальностей. Они содержат рекомендации по организации самостоятельных работ студента для дисциплины «Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту».

Методические указания разработаны в соответствии с требованиями ФГОС ВО в части содержания и уровня подготовки выпускников направления 09.03.02 Информационные системы и технологии

Содержание

| | |
|---|----|
| Введение | 4 |
| 1. Цели и задачи самостоятельной работы студентов | 5 |
| 2. Перечень планируемых к освоению компетенций и результатов обучения по дисциплине, соотнесённых с планируемыми результатами освоения образовательной программы..... | 6 |
| 3. Знания, умения, навыки и опыт деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций..... | 7 |
| 4. Базовая самостоятельная работа студентов (изучение практического материала)..... | 7 |
| 6. Базовая самостоятельная работа студентов (подготовка к контролю)..... | 9 |
| 6.1. Вопросы для самостоятельного изучения..... | 10 |
| 7. Методические рекомендации по подготовке к лекционным занятиям..... | 14 |
| 8. Методические рекомендации по подготовке к практическим занятиям.... | 15 |
| 9. Методические указания по решению тестовых заданий..... | 16 |
| 10. Методические указания по подготовке реферата..... | 18 |
| 11. Список литературы..... | 21 |

Введение

Настоящее пособие разработано на основе:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования (далее ФГОС ВО);
- нормативно-методических документов Минобрнауки России;
- Устава ФГАОУ ВО «Северо-Кавказский федеральный университет»;
- Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры (утв. Минобрнауки РФ от 5 апреля 2017 г. № 301);
- локальных нормативных актов ФГАОУ ВО «Северо-Кавказский федеральный университет».

На современном рынке труда конкурентоспособным может стать только квалифицированный работник соответствующего уровня и профиля, компетентный, свободно владеющей своей профессией и ориентированный в смежных областях деятельности, способный к эффективной работе по специальности на уровне мировых стандартов и готовый к постоянному профессиональному росту. Самостоятельная работа является неотъемлемой частью обучения студента и направлена на достижение подготовки специалистов-профессионалов, активное включение обучаемых в сознательное освоение содержания образования, обеспечение мотивации, творческое овладение основными способами будущей профессиональной деятельности.

Данная методическая разработка содержит рекомендации по организации, управлению и обеспечению эффективности самостоятельной работы студентов в процессе обучения в целях формирования необходимых компетенций.

Самостоятельная работа студентов является обязательным компонентом учебного процесса для каждого студента и определяется учебным планом. Виды самостоятельной работы студентов определяются при разработке рабочих программ и учебных методических комплексов дисциплин содержанием учебной дисциплины.

Самостоятельная работа определяется как индивидуальная или коллективная учебная деятельность, осуществляемая без непосредственного руководства педагога, но по его заданиям и под его контролем.

Самостоятельная работа – это познавательная учебная деятельность, когда последовательность мышления студента, его умственных и практических операций и действий зависит и определяется самим студентом. Самостоятельная работа студентов способствует развитию самостоятельности, ответственности и организованности, творческого подхода к решению проблем учебного и профессионального уровня, что в итоге приводит к развитию навыка самостоятельного планирования и реализации деятельности.

1. Цели и задачи самостоятельной работы студентов

Целью самостоятельной работы студентов по дисциплине Элективные дисциплины по физической культуре является формирование универсальных компетенций будущего бакалавра по направлению подготовки 09.03.02 Информационные системы и технологии, опыта творческой и исследовательской деятельности, путем освоения возможностей:

- продемонстрировать базовые знания в области физической культуры и спорта и формировать культуру личности и способности направленного использования разнообразных средств и методов физической культуры и спорта, для поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

- выявить приобретенный опыт в умении планировать свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности в профессиональной деятельности.

Задачами самостоятельной работы студентов по дисциплине Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту являются:

- сохранение и укрепление здоровья студентов, содействие правильному формированию и всестороннему развитию организма, поддержание высокой работоспособности на протяжении всего периода обучения;
- понимание социальной значимости физической культуры, спорта и их роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- знание научно-биологических, педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте;
- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту.

2. Перечень планируемых к освоению компетенций и результатов обучения по дисциплине, соотнесённых с планируемыми результатами освоения образовательной программы

| Код | Формулировка: |
|------|--|
| УК-7 | Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности |

На основании компетентного подхода к реализации профессиональных образовательных программ, видами заданий для самостоятельной работы являются:

- *для овладения знаниями:* чтение текста (учебника, первоисточника, дополнительной литературы), составление плана текста, графическое изображение структуры текста, конспектирование текста, выписки из текста, работа со словарями и справочниками, ознакомление с нормативными документами, учебно-исследовательская работа, использование аудио- и видеозаписей, компьютерной техники и информационно-телекоммуникационной сети Интернет и др.

- *для закрепления и систематизации знаний:* работа с конспектом лекции, обработка текста (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио и видеозаписей), повторная работа над учебным материалом, составление плана, составление таблиц для систематизации учебного материала, ответ на контрольные вопросы, заполнение рабочей тетради, аналитическая обработка текста (аннотирование, рецензирование, реферирование, конспект-анализ и др.), завершение аудиторных практических работ и оформление отчётов по ним, подготовка мультимедиа сообщений/докладов к выступлению на семинаре (конференции), материалов-презентаций, подготовка реферата, составление библиографии, тематических кроссвордов, тестирование и др.

- *для формирования умений:* решение задач и упражнений по образцу, решение вариативных задач, выполнение чертежей, схем, выполнение расчетов (графических работ), решение ситуационных (профессиональных) задач, подготовка к деловым играм, проектирование и моделирование разных видов и компонентов профессиональной деятельности, рефлексивный анализ профессиональных умений с использованием аудио- и видеотехники и др.

3. Знания, умения, навыки и опыт деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций

| Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций | Формируемые компетенции |
|---|-------------------------|
| Знать: уровни показателей физического развития и физической подготовленности; основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий; комплексы физических упражнений с учётом их воздействия на функциональные и двигательные возможности организма | УК-7 |
| Уметь: определять личный уровень сформированности показателей физического развития; использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий; формировать комплексы физических упражнений с учётом их воздействия на организм | УК-7 |
| Владеть: : методами определения личного уровня сформированности показателей физического развития; методами использования основ физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий; методами и формирования, и использования комплексов физических упражнений с учётом их воздействия на функциональные и двигательные возможности организма | УК-7 |

4. Базовая самостоятельная работа студентов (изучение практического материала)

Базовая СРС также включает:

- выполнение домашнего задания или домашней контрольной работы, выдаваемых на практических занятиях;
- подготовку к практическим занятиям;
- решение типовых задач.

Самостоятельная работа проводится в виде упражнений при изучении нового материала, упражнений в процессе закрепления и повторения, а также для самоконтроля.

| | |
|---|--|
| № | Наименование тем дисциплины, их краткое содержание |
|---|--|

| Легкая атлетика | |
|-----------------|--|
| 1 | <p>Тема 1. Структура и содержание предмета «Легкая атлетика».</p> <p>Тема 2. Организация, проведение и элементарные правила соревнований по легкой атлетике.</p> <p>Тема 3. Техника спортивной ходьбы.</p> <p>Тема 4. Техника спортивного бега.</p> <p>Тема 5. Техника легкоатлетических прыжков в длину.</p> <p>Тема 6. Техника легкоатлетических прыжков в высоту.</p> <p>Тема 7. Техника легкоатлетических метаний</p> <p>Тема 8. Основы методики обучения.</p> <p>Тема 9. Основы спортивной тренировки</p> <p>Тема 10. Управление процессом спортивной тренировки в легкой атлетике.</p> |
| 2 | <p style="text-align: center;">Спортивные игры</p> <p>Тема 1. Футбол как вид спорта и средство физического воспитания</p> <p>Тема 2. Цели, задачи и принципы физической подготовки футболистов</p> <p>Тема 3. Цели и задачи технической подготовки футболистов.</p> <p>Тема 4. Цели и задачи тактической подготовки футболистов.</p> <p>Тема 5. Теоретико-методические основы обучения технике игры в баскетбол.</p> <p>Тема 6. Методика обучения технике нападения игры в баскетбол.</p> <p>Тема 7. Методика обучения технике защиты игры в баскетбол.</p> <p>Тема 8. Закономерности обучения игровой деятельности в баскетболе</p> <p>Тема 9. Волейбол как вид спорта и средство физического воспитания</p> <p>Тема 10. Техника и тактика игры и их классификация.</p> |
| 3 | <p style="text-align: center;">Ритмическая гимнастика</p> <p>Тема 1. Структура и содержание предмета «Ритмическая гимнастика».</p> <p>Тема 2. Основные шаги классической аэробики и техника их исполнения</p> <p>Тема 3. Виды ритмической гимнастики и фитнеса по принципу воздействия нагрузок.</p> <p>Тема 4. Правила измерений параметров веса и тела. Выбор правильной одежды для занятий ритмической гимнастикой и фитнесом.</p> <p>Тема 5. Построение занятия в оздоровительной аэробике</p> <p>Тема 6. Разновидности оздоровительной аэробики.</p> <p>Тема 7. Профилактика травм на занятиях ритмической гимнастикой и фитнесом. Стадии развития целлюлита.</p> <p>Тема 8. Принципы питания.</p> <p>Тема 9. Восстановительные мероприятия и реабилитация после занятий ритмической гимнастикой, фитнесом.</p> <p>Тема 10. Самоконтроль занимающихся ритмической гимнастикой и фитнесом.</p> |

| | |
|---|--|
| | |
| 4 | Настольный теннис |
| | Тема1. Базовая техника (1год обучения) Тема2. Базовая тактика (1год обучения) Тема3. Техника комбинаций (1год обучения) Тема4. Соревновательная подготовка (1год обучения) Тема5.Базовая техника (2год обучения) Тема6. Базовая тактика (2год обучения) Тема7. Техника комбинаций (2год обучения) Тема8. Соревновательная подготовка (2 год обучения) Тема 9. Базовая техника (3год обучения) Тема10.Базовая тактика (3год обучения) Тема10.Техника комбинаций (3год обучения) |
| 5 | Шахматы |
| | Тема 1. Шахматная доска Тема 2. Шахматные фигуры Тема 3. Начальная расстановка фигур Тема 4. Ходы Тема 5. Взятие фигур Тема 6. Ходы и взятие фигур Тема 7. Цель шахматной партии Тема 8. Игра всеми фигурами изначального положения Тема 9. Шахматная нотация Тема 10. Сложные ходы фигур |

5.Базовая самостоятельная работа студентов (подготовка к контролю)

Базовая СРС также включает:

- выполнение домашнего задания или домашней контрольной работы, выдаваемых на практических занятиях;
- подготовка к контрольной точке;
- подготовка к тесту;
- подготовка к экзамену, различным видам аттестации.

Виды заданий для внеаудиторной самостоятельной работы, их содержание и характер могут иметь вариативный и дифференцированный характер, учитывать специфику изучаемой учебной дисциплины, индивидуальные особенности обучающегося.

Контроль внеаудиторной самостоятельной работы и оценка ее результатов организуется как единство двух форм:

1. Самоконтроль и самооценка обучающегося;
2. Контроль и оценка со стороны преподавателя.

6. Вопросы для самостоятельного изучения

по дисциплине «Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту»

раздел «Спортивные игры»

Волейбол

1. Методы и инструменты физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Волейбол в системе физического воспитания населения России.
2. Требования к специалисту по волейболу
3. Возникновение и развитие волейбола в разных странах
4. Возникновение и развитие волейбола в России
5. Основные требования техники безопасности для обеспечения охраны жизни и здоровья обучающихся в волейболе.
6. Развитие волейбола в нашей стране
7. Пляжный волейбол (история, содержание, развитие)
8. Общая и специальная подготовка волейболистов
9. Развитие у волейболистов общей и специальной силы
10. Развитие у волейболистов общей и специальной выносливости
11. Развитие у волейболистов общей и специальной быстроты
12. Развитие у волейболистов общей и специальной гибкости и ловкости
13. Техника выполнения и методика обучения передачам мяча сверху двумя руками
14. Техника выполнения и методика обучения передачам мяча нижней прямой подаче
15. Техника выполнения и методика обучения верхней прямой подаче
16. Техника выполнения и методика обучения прямому нападающему удару
17. Средства и инструменты развития физических качеств для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Баскетбол

1. Какими дидактическими принципами следует руководствоваться при решении образовательных и воспитательных задач на занятиях по обучению игре в баскетбол.
2. Какие средства и методы применяют для реализации основных принципов обучения навыкам игры в баскетбол.
3. Назовите методы организации занимающихся на занятиях по обучению игре в баскетбол и дайте их краткую характеристику.
4. Что подразумевается под терминами «техника игры», «техника игрового приема» и «способ выполнения приема».
5. Дайте классификацию техники игры в баскетбол.
6. Основные требования техники безопасности для обеспечения охраны жизни и здоровья обучающихся в баскетболе.
7. Назовите этапы обучения технике игры в баскетбол. Какие задачи решаются на каждом этапе, и какие при этом используются методы и средства.
8. Погрешности при приземлении: приход на прямые или сильно согнутые ноги: необходимы дополнительные затраты времени для включения

нападающего в игру; перенос массы тела на переднюю часть стоп, ведущий к потере равновесия; опускание рук вниз одновременно с приземлением: игрок не готов к овладению мячом.

9. В какой последовательности целесообразно обучать игровым приемам нападения в баскетболе.

10. Какие разновидности стоек существуют в технике нападения.

11. Каким расположением звеньев тела они характеризуются.

12. Перечислите упражнения, необходимые для обучения стойкам нападающего в их рациональной последовательности.

13. Какие существуют способы перемещений нападающего в баскетболе

1. Средства и инструменты развития физических качеств для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
2. Какие и в какой последовательности нужно применять упражнения для обучения нападающего рациональной технике разновидностей бега.
3. Назовите организационно-методические указания, которые следует учитывать и использовать при обучении разновидностям бега в нападении.
4. Назовите разновидности поворотов и дайте краткую характеристику техники их выполнения.
5. Перечислите блок упражнений для обучения поворотам на месте и в движении.
6. Какие ошибки возможны при выполнении баскетболистом разновидностей поворотов.
7. Какие остановки существуют в технике перемещений.

Футбол

1. Характеристика футбола как средства физического воспитания.
2. Роль и место футбола в системе физического воспитания
3. Цель, задачи, методы и средства физической подготовки игроков в футболе.
4. Техническая подготовка в спортивных играх и ее содержание на примере футбола.
5. Последовательность изучения технических приемов в спортивных играх на примере футбола.
6. Тактическая подготовка в спортивных играх и ее содержание на примере футбола.
7. Основные требования техники безопасности для обеспечения охраны жизни и здоровья обучающихся в футболе.
8. Игровая и соревновательная подготовка как неотъемлемая часть интегральной подготовки в футболе.
9. Взаимосвязь различных видов подготовки в рамках интегральной подготовки в футболе.

10. Средства и инструменты развития физических качеств для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
11. Типичные особенности методики обучения двигательным действиям и развития физических качеств на тренировочных занятиях по футболу.
12. Общие основы обучения техническим приемам в футболе.
13. Методы обучения в футболе (теоретические и практические)
14. Характеристика методов, используемых при обучении
15. техническим приемам в футболе.
16. Классификация техники игры в футболе.
17. Классификация передачи мяча в футболе.
18. Разновидности ведения мяча в футболе.
19. Методика обучения удара мяча левой и правой ногой в футболе.
20. Типичные ошибки при выполнении удара мяча левой и правой ногой в футболе, их предупреждение и исправление.
21. Техника противодействия и овладения мячом в футболе, методика обучения.

Легкая атлетика

1. Методы и инструменты физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Организация и проведение соревнований по легкой атлетике.
2. Управление процессом тренировки по легкой атлетике (текущая оценка состояния тренированности).
3. Планирование многолетней тренировки по легкой атлетике.
4. Круглогодичная тренировка в легкой атлетике и ее периодизация.
5. Характеристика сторон тренировочного процесса в легкой атлетике.
6. Методы и инструменты для развития силы, быстроты и выносливости в легкой атлетике.
7. Основные средства тренировки в легкой атлетике.
8. Принципы спортивной тренировки по легкой атлетике.
9. Средства развития выносливости для поддержания уровня физической подготовки обеспечивающий полноценную деятельность.
10. Современный уровень развития легкой атлетики в нашей стране.
11. Основные этапы развития легкой атлетики в России.
12. Классификация легкоатлетических упражнений.
13. Значение легкой атлетики в системе физического воспитания (оздоровительное, прикладное, спортивное).
14. Последовательность изучения легкоатлетических видов.
15. Методические приемы обучения в легкой атлетике.
16. Применение принципов обучения в легкой атлетике.
17. Составить план обучения технике одного из прыжков (задачи, средства).
18. Составить план обучения технике одного из метаний (задачи, средства).
19. Характеристика конспекта урока по легкой атлетике в средней школе.
20. Техника и правила соревнований в эстафетном беге (4x400 м, смешанные эстафеты)

Ритмическая гимнастика

1. Методы и инструменты физической культуры для обеспечения полноценной социальной профессиональной деятельности. История развития и современное состояние фитнеса и аэробики.
2. Основные требования к выбору места для проведения самостоятельных занятий по видам фитнеса и аэробики.
3. Правила по подготовке места и выбору одежды и обуви для занятий ритмической гимнастикой и фитнесом.
3. Принципы оздоровительной направленности фитнеса и аэробики.
4. Методики построения физкультурно-оздоровительного процесса по фитнесу и аэробики.
5. Фитнес программы и их классификация.
6. Фитнес и оздоровительная гимнастика.
7. Средства развития гибкости для обеспечения полноценной социальной профессиональной деятельности.
8. Эффективные упражнения и основы рационального питания для начинающих.
9. Правила занятий фитнесом с использованием изометрических упражнений.
10. Гигиенические требования к занимающимся ритмической гимнастикой и фитнесом.
11. Планирование, контроль и учет в тренировочном процессе по фитнесу.
12. Значение растяжки после занятий фитнесом, виды и основные правила.
- Повышенный уровень
13. Эффективные упражнения при борьбе с целлюлитом.
14. В чем выражается уровень физической, технической, тактической и морально подготовленности для занятий ритмической гимнастикой и фитнесом.
15. Воздействие учебно-тренировочных занятий на опорно-двигательный аппарат (кости, суставы, мышцы) при занятиях ритмической гимнастикой и фитнесом.
16. Какое влияние оказывают учебно-тренировочные занятия ритмической гимнастикой и фитнесом на формирование скелета.
17. В чем состоят особенности и закономерности чередования максимальных, средних и малых по силе нагрузок.
18. Как правильно рассчитать калорийность рациона.
20. Пищевые добавки их свойства и влияние на развитие физических качеств

Настольный теннис

1. Методы и инструменты физической культуры для обеспечения полноценной социально профессиональной деятельности.

2. Виды технических приёмов. 3. Классификация способов держания ракетки. 4. Виды вращения мяча.
3. Основы тактики игры.
4. Выбор подачи, приема, сторон.
5. Методика обучения технике настольного тенниса.
6. Общефизическая подготовка теннисиста
7. Специальная подготовка теннисиста.
8. Правила проведения соревнований по настольному теннису.
9. Правила игры в настольный теннис.
10. Требования к местам соревнований по настольному теннису.
11. Основные разделы Положения о соревнованиях и их содержание.
12. Виды соревнований. Общая характеристика.
13. Организация занятий, подготовка мест занятий, инвентарь.
14. Уход за инвентарём и оборудованием.
15. Объяснение и демонстрация техники игры.
16. Технические планы ведения игры.
17. Фазовая структура техники ударов.
18. Современный уровень развития настольного тенниса в нашей стране.

Шахматы

1. Методы и инструменты физической культуры для обеспечения полноценной социально профессиональной деятельности.
2. Понятие «шахматная доска».
3. Понятие «шахматное поле».
4. Понятие «Шахматная диаграмма».
5. Понятие легкие и тяжелые фигуры.
6. Сравнительная сила фигур.
7. Судейство на соревнованиях
8. Ценность шахматных фигур.
9. Понятие о шахе
10. Цели и задачи игры в шахматы.
11. Значение коротких шахматных партий.
12. Короткие шахматные партии.
13. Дидактические игры.
14. Решение шахматных задач.
15. Типовые комбинации.
16. Методы атаки.
17. Позиции рокировки.
18. Основные разделы Положения о соревнованиях и их содержание.
19. Влияние шахмат на умственные способности.

Планируемые результаты грамотно организованной СРС предполагают:

– усвоение знаний, формирование профессиональных умений, навыков и компетенций будущего специалиста;

- закрепление знания теоретического материала практическим путем; воспитание потребности в самообразовании;
- максимальное развитие познавательных и творческих способностей личности;
- побуждение к научно-исследовательской работе;
- повышение качества и интенсификации образовательного процесса; формирование интереса к избранной профессии и овладению ее особенностями;
- осуществление дифференцированного подхода в обучении.
- применение полученных знаний и практических навыков для анализа ситуации и выработки правильного решения, для формирования собственной позиции, теории, модели.

7. Методические рекомендации по подготовке к практическим занятиям

Практическое занятие – один из самых эффективных видов учебных занятий, на которых студенты учатся творчески работать, аргументировать и отстаивать свою позицию, правильно и доходчиво излагать свои мысли перед аудиторией. Основное в подготовке и проведении практических занятий – это самостоятельная работа студента над изучением темы. Студент обязан точно знать план занятия либо конкретное задание к нему. На занятии обсуждаются узловые вопросы темы, однако там могут быть и такие, которые не были предметом рассмотрения на лекции. Могут быть и специальные задания к той или иной теме.

Готовиться к практическому занятию следует заранее. Необходимо внимательно ознакомиться с планом и другими материалами, уяснить вопросы, выносимые на обсуждение. Затем нужно подобрать литературу и другой необходимый, в т.ч. рекомендованный, материал (через библиотеку, учебно-методический кабинет кафедры и др.). Но прежде всего, следует обратиться к своим конспектам лекций и соответствующему разделу учебника. Изучение всех источников должно идти под углом зрения поиска ответов на выносимые на практико-ориентированные занятия вопросы.

Завершающий этап подготовки к занятиям состоит в выполнении индивидуальных заданий.

В случае пропуска занятия студент обязан подготовить материал и отчитаться по нему перед преподавателем в обусловленное время. Может быть предложено отдельным бакалаврам, ввиду их слабой подготовки, более глубоко освоить материал и прийти на индивидуальное собеседование.

Студент не допускается к экзамену или зачету, если у него есть задолженность по практическим занятиям.

8. Методические указания по решению тестовых заданий

Каждый обучающийся выполняет тесты, что является важной составной частью учебного процесса.

В современном образовательном процессе тестирование как новая форма оценки знаний занимает важное место и требует серьезного к себе отношения. Цель тестирований, в ходе учебного процесса обучающихся, состоит не только в систематическом контроле за знанием точных явлений, но

и в развитии умения обучающихся выделять, анализировать и обобщать наиболее существенные связи, признаки и принципы разных юридически значимых явлений и процессов. Одновременно тесты способствуют развитию творческого мышления, умению самостоятельно локализовать и соотносить юридически значимые явления и процессы во времени и пространстве.

Как и любая другая форма подготовки к контролю знаний, тестирование имеет ряд особенностей, знание которых помогает успешно выполнить тест. Можно дать следующие методические указания.

Прежде всего, следует внимательно изучить структуру теста, оценить объем времени, выделяемого на данный тест, увидеть, какого типа задания в нем содержатся. Это поможет настроиться на работу.

Лучше начинать отвечать на те вопросы, в правильности решения которых нет сомнений, пока не останавливаясь на тех, которые могут вызвать долгие раздумья. Это позволит успокоиться и сосредоточиться на выполнении более трудных вопросов.

Очень важно всегда внимательно читать задания до конца, не пытаясь понять условия «по первым словам» или выполнив подобные задания в предыдущих тестированиях. Такая спешка нередко приводит к досадным ошибкам в самых легких вопросах.

Если Вы не знаете ответа на вопрос или не уверены в правильности, следует пропустить его и отметить, чтобы потом к нему вернуться.

Психологи также советуют думать только о текущем задании. Как правило, задания в тестах не связаны друг с другом непосредственно, поэтому необходимо концентрироваться на данном вопросе и находить решения, подходящие именно к нему. Кроме того, выполнение этого указания даст еще один психологический эффект – позволит забыть о неудаче в ответе на предыдущий вопрос, если таковая имела место.

Многие задания можно быстрее решить, если не искать сразу правильный вариант ответа, а последовательно исключать те, которые явно не подходят. Метод исключения позволяет в итоге сконцентрировать внимание на одном-двух вероятных вариантах.

Рассчитывать выполнение заданий нужно всегда так, чтобы осталось время на проверку и доработку (примерно 1/3-1/4 запланированного времени). Тогда вероятность опечаток сводится к нулю и имеется время, чтобы набрать

максимум баллов на легких заданиях и сосредоточиться на решении более трудных, которые вначале пришлось пропустить.

Процесс угадывания правильных ответов желательно свести к минимуму, так как это чревато тем, что обучающийся забудет о главном: умении использовать имеющиеся накопленные в учебном процессе знания, и будет надеяться на удачу. Если уверенности в правильности ответа нет, но интуитивно появляется предпочтение, то рекомендуется доверять интуиции, которая считается проявлением глубинных знаний и опыта, находящихся на уровне подсознания.

При подготовке к тесту не следует просто заучивать, необходимо понять логику изложенного материала. Этому немало способствует составление развернутого плана, таблиц, схем. Большую помощь оказывают опубликованные сборники тестов, Интернет-тренажеры, позволяющие, во-первых, закрепить знания, во-вторых, приобрести соответствующие навыки саморегуляции и самоконтроля. Именно такие навыки не только повышают эффективность подготовки, позволяют более успешно вести себя во время экзамена, но и вообще способствуют развитию навыков мыслительной работы.

Выполнение тестов способствует углубленному усвоению материала, показывает способности обучающихся к самостоятельной работе над литературой, помогает выработке навыков обобщения материалов практики и правильного применения норм права в практической деятельности.

Тесты должны способствовать углубленному постижению материала.

Выполнение тестов должно помочь внимательному ознакомлению с программой курса, обязательному прочтению учебного материала и усвоению основных понятий.

Выполнению тестов должно предшествовать глубокое изучение всей рекомендованной к теме литературы, законодательства и судебной практики.

При изучении рекомендованной литературы и источников, добытых путем самостоятельной поисковой работы, необходимо делать выписки по каждому вопросу для того, чтобы можно было их использовать при решении теста.

После изучения литературы и ее осмысления можно приступить к решению тестов.

9. Методические указания по подготовке реферата

Реферат – это форма самостоятельной работы, свидетельствующая о знании литературы по предложенной теме, ее основной проблематики, отражающая точку зрения автора на данную проблему, умение осмысливать правовые явления на основе теоретических знаний.

Обучающиеся чаще всего испытывают трудности при формулировании цели и задач работы, составлении плана реферата, что приводит к нарушению его структуры.

В процессе работы над рефератом можно выделить 4 этапа:

- вводный – выбор темы, работа над планом и введением;
- основной – работа над содержанием и заключением реферата;

- заключительный – оформление реферата;
- защита реферата.

Работа над рефератом начинается с выбора темы исследования. Заинтересованность автора в проблеме определяет качество проводимого исследования и соответственно успешность его защиты. Выбирая круг вопросов своей работы, не стоит спешить воспользоваться списком тем, предложенным преподавателем. Надо попытаться сформулировать проблему своего исследования самостоятельно.

При определении темы реферата нужно учитывать и его информационную обеспеченность. С этой целью, во-первых, можно обратиться к библиотечным каталогам, а во-вторых, проконсультироваться с преподавателем.

Если возникнет необходимость ознакомиться не только с литературой, имеющейся в библиотеке, но и вообще с научными публикациями по определенному вопросу, можно воспользоваться библиографическими указателями. Полезно также знать, что ежегодно в последнем номере научного журнала публикуется указатель статей, помещенных в этом журнале за год. Отобрав последние номера журнала за несколько лет, можно разыскать по указателям, а затем найти в соответствующих номерах все статьи по той или иной теме, опубликованные в журнале за эти годы.

Структура реферата включает в себя следующие элементы:

- титульный лист;
- содержание;
- введение;
- содержание (главы и параграфы);
- заключение;
- приложение;
- список литературы.

Выбрав тему реферата и изучив литературу, необходимо сформулировать цель работы и составить план реферата.

Цель – это осознаваемый образ предвосхищаемого результата. Целеполагание характерно только для человеческой деятельности. Возможно, формулировка цели в ходе работы будет меняться, но изначально следует ее обозначить, чтобы ориентироваться на нее в ходе исследования. Определяясь с целью дальнейшей работы, параллельно надо думать над составлением плана: необходимо четко соотносить цель и план работы.

Можно предложить два варианта формулирования цели:

1. Формулирование цели при помощи глаголов: исследовать, изучить, проанализировать, систематизировать, осветить, изложить (представления, сведения), создать, рассмотреть, обобщить и т.д.

2. Формулирование цели с помощью вопросов.

Цель разбивается на задачи – ступеньки в достижении цели.

1. Работу над планом реферата необходимо начать еще на этапе изучения литературы. *План* – это точный и краткий перечень положений в том порядке, как они будут расположены в реферате, этапы раскрытия темы.

При работе над планом реферата необходимо помнить, что формулировка пунктов плана не должна повторять формулировку темы (часть не может равняться целому).

2. Введение – одна из составных и важных частей реферата. При работе над введением необходимо опираться на навыки, приобретенные при написании изложений и сочинений. В объеме реферата введение, как правило, составляет 1-2 машинописные страницы. Введение обычно содержит вступление, обоснование актуальности выбранной темы, формулировку цели и задач реферата, краткий обзор литературы и источников по проблеме, историю вопроса и вывод.

Вступление – это 1-2 абзаца, необходимые для начала. Желательно, чтобы вступление было ярким, интригующим, проблемным, а, возможно, тема реферата потребует того, чтобы начать, например, с изложения какого-то определения.

Обоснование актуальности выбранной темы – это, прежде всего, ответ на вопрос: «почему я выбрал(а) эту тему реферата, чем она меня заинтересовала?». Можно и нужно связать тему реферата с современностью.

Краткий обзор литературы и источников по проблеме – в этой части работы над введением необходимо охарактеризовать основные источники и литературу, с которой автор работал, оценить ее полезность, доступность, высказать отношение к этим книгам.

История вопроса – это краткое освещение того круга представлений, которые сложились в науке по данной проблеме и стали автору известны. *Вывод* – это обобщение, которое необходимо делать при завершении работы над введением.

3. Содержание реферата должно соответствовать теме, полно ее раскрывать. Все рассуждения нужно аргументировать. Реферат показывает личное отношение автора к излагаемому. Следует стремиться к тому, чтобы изложение было ясным, простым, точным и при этом выразительным. При изложении материала необходимо соблюдать общепринятые правила:

- не рекомендуется вести повествование от первого лица единственного числа (такие утверждения лучше выражать в безличной форме);
- при упоминании в тексте фамилий обязательно ставить инициалы перед фамилией;
- каждая глава (параграф) начинается с новой строки;
- при изложении различных точек зрения и научных положений, цитат, выдержек из литературы, необходимо указывать источники, т.е. приводить ссылки.

4. В реферате сведения об использованной литературе приводятся чаще всего в скобках после слов, к которым относятся.

Примеры: [1].

5. Заключение – самостоятельная часть реферата. Оно не должно быть переложением содержания работы. Заключение должно содержать:

- основные выводы в сжатой форме;

– оценку полноты и глубины решения тех вопросов, которые вставляли в процессе изучения темы.

Объем 1-2 компьютерных листа формата А4.

6. Приложение помещается после заключения и включает материалы, дополняющие основной текст реферата. Это могут быть таблицы, схемы, фрагменты источников, иллюстрации, фотоматериалы, словарь терминов, афоризмы, изречения, рисунки и т.д.

Примеры оформления:

Приложение 1. Структура органов управления. Схема.

Приложение 2. Отличительные признаки Таблица.

В тексте реферата необходимо делать примечания. Пример: (см. приложение 1).

Приложение является желательным, но не обязательным элементом реферата.

7. Список литературы помещается в конце реферата и пронумеровывается.

Сведения о нормативно-правовых актах излагаются по их юридической силе в иерархии нормативно-правовых актов, о книгах – в алфавитном порядке.

1. Гражданский кодекс Российской Федерации (часть первая) от 30.11.1994 № 51-ФЗ (ред. от 29.12.2015) // СЗ РФ. 1994. № 32. Ст. 3301.

2. Федеральный закон РФ от 21.07.1997 № 122-ФЗ «О государственной регистрации прав на недвижимое имущество и сделок с ним» (ред. от 01.01.2016) // СЗ РФ. 1997. № 30. Ст. 3594.

3. Закон РФ от 07.02.1992 № 2300-1 «О защите прав потребителей» (ред. от 13.07.2015) // СЗ РФ. 1996. № 3. Ст. 140.

Если речь идет о статье, напечатанной в сборнике, журнале или газете, то после автора и названия публикации указываются:

Авдеев В.В. Аренда (лизинг): аренда транспортных средств // Налоги. 2011. № 44.

Сведения о книге даются в следующем порядке:

Представительство и доверенность: Постатейный комментарий главы 10 Гражданского кодекса Российской Федерации / Б.М. Гонгало, П.В. Крашенинников, Л.Ю. Михеева и др.; под ред. П.В. Крашенинникова. М.: Статут, 2009.

Если книга издавалась параллельно в двух городах, названия их приводятся через точку с запятой.

7. Текст работы пишется разборчиво на одной стороне листа (формата А4) с широкими полями слева, страницы пронумеровываются. При изложении материала нужно четко выделять отдельные части (абзацы), главы и параграфы начинать с новой страницы, следует избегать сокращения слов.

Если работа набирается на компьютере, следует придерживаться следующих правил (в дополнение к вышеуказанным):

– набор текста реферата необходимо осуществлять стандартным 14 шрифтом;

– заголовки следует набирать выделять полужирным;

- межстрочный интервал полуторный;
- разрешается интервал между абзацами;
- отступ в абзацах 1-2 см.;
- поле левое 2,5 см., остальные 2 см.;
- нумерация страницы снизу или сверху посередине листа;
- объем реферата 15-20 страниц.

Подготовка к защите и порядок защиты реферата

Необходимо заранее подготовить тезисы выступления (план-конспект).

Порядок защиты реферата:

- Краткое сообщение, характеризующее задачи работы, ее актуальность, полученные результаты, вывод и предложения.
- Ответы обучающегося на вопросы преподавателя.

10.Список литературы

1. ГОСТ 7.32–2001. Система стандартов по информации, библиотечному и издательскому делу. Отчет о научно-исследовательской работе. Структура и правила оформления. – Введ. 2002-06-30. – М.: Стандартинформ, 2008. – 20 с.

2. ГОСТ 7.82–2001. Система стандартов по информации, библиотечному и издательскому делу. Библиографическая запись. Библиографическое описание электронных ресурсов. Общие требования и правила составления. – Введ. 2002–06–30. – Москва: Госстандарт России: Изд-во стандартов, 2001. – 27 с.

3. ГОСТ 7.1–2003. Система стандартов по информации, библиотечному и издательскому делу. Библиографическая запись. Библиографическое описание. Общие требования и правила составления. – Введ. 2004-07-01. – М.: Госстандарт России: Изд-во стандартов, 2004. – 48 с.

4. ГОСТ 7.88–2003. Система стандартов по информации, библиотечному и издательскому делу. Правила сокращения заглавий и слов в заглавиях публикаций. – Введ. 2005-05-01. - М.: Стандартинформ, 2006. – 8 с.

5. ГОСТ 7.89–2005. Система стандартов по информации, библиотечному и издательскому делу. Оригиналы текстовые авторские и издательские. Общие требования. – Введ. 2006-06-30. - М.: Стандартинформ, 2006. – 19 с.

6. Валентей Т.В., Гвозданная Н.В., Колесникова Н.Л., Луканина М.В., Сухова Н.В. Методическое пособие по организации самостоятельной работы студентов: Учебно - методическая литература. - М.: Спутник, 2015. -33 с.

7. Волков Ю.Г., Лубский А.В., Верещагина А.В. Самостоятельная работа студентов: Учебное пособие. - М.: Кнорус, 2016.-142 с.

8. Городнова А.А., под общей редакцией: К. Михеева. Организация самостоятельной работы студентов: Учебно-методическое пособие - Н.Новгород: ННГУ им. Н.И. Лобачевского, 2015.

9. Дубовый В.К., Парамонова Л.Л. Общие требования и правила оформления студенческих работ. Учебное пособие. – СПб, 2010. – 118 с.
10. Куклина Е.Н., Мазниченко М.А., Мушкина И.А. Организация самостоятельной работы студента. Учебное пособие для вузов. – М.: Изд-во ЮРАЙТ, 2016. – 235 с.
11. Резник С. Д. Студент вуза: технологии и организация обучения: учебное пособие для вузов / С. Д. Резник, И. А. Игошина; под общ.ред. С. Д. Резника. – М.: ИНФРА-М, 2009. – 474 с.
12. Самостоятельная работа студентов: виды, формы, критерии оценки: учеб.-метод. пособие / А. В. Меренков, С. В. Куньщиков, Т. И. Гречухина, А. В. Усачева, И. Ю. Вороткова; под общ. ред. Т. И. Гречухиной, А. В. Меренкова. - Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2016. – 80 с.
13. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года с изменениями 2018 года.

