

**МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

к рабочей программе дисциплины

**СПОРТИВНАЯ МЕТРОЛОГИЯ**

## **Методические указания для студентов по выполнению самостоятельной работы**

Самостоятельная работа студентов является важнейшей составной частью процесса обучения. Целью самостоятельной работы студентов является закрепление тех знаний, которые они получили на аудиторных занятиях, а также способствовать развитию у студентов творческих навыков, инициативы, умению организовать свое время.

Настоящие методические указания позволяют студентам овладеть фундаментальными знаниями, профессиональными умениями и навыками деятельности по профилю подготовки, опытом творческой и исследовательской деятельности и направлены на формирование компетенций, предусмотренных учебным планом по данному профилю.

Объем часов для самостоятельной работы студента по каждому разделу указан в технологической карте.

### **Методические указания по подготовке к лекционным занятиям**

Одной из важных форм самостоятельной работы является подготовка к лекционным занятиям, которая заключается в составлении конспекта. Такой род деятельности позволяет не только систематизировать и структурировать изложенный преподавателем материал, но и повторить основные положения лекции.

### **Методические указания по подготовке к практическим занятиям**

Одной из важных форм самостоятельной работы является подготовка к практическому занятию.

При подготовке к практическим занятиям студент должен придерживаться следующей технологии:

1. внимательно изучить основные вопросы темы и план практического занятия, определить место темы занятия в общем содержании, ее связь с другими темами;
2. найти и проработать соответствующие разделы в рекомендованных на лекции нормативных документах, учебниках, учебных пособиях и дополнительной литературе;
3. после выполнения практической части работы студент должен ответить на вопросы для самоконтроля;
4. продумать свое понимание полученных результатов практической работы и сделать соответствующие выводы;
5. продумать развернутые ответы на предложенные вопросы темы, опираясь на лекционные материалы и теоретическую часть занятия, расширяя и дополняя их данными из учебников, учебных пособий, дополнительной литературы.

### **Методические рекомендации по подготовке к устному опросу**

Устный опрос включен во все текущие контроли знаний студентов очной и заочной форм обучения. Полный перечень вопросов для устных опросов приведен в фондах оценочных средств (приложение №1 РПД), а также в разделе «Вопросы для самоконтроля» учебного пособия к практическим занятиям по «Спортивной метрологии».

При подготовке к устному опросу студент должен придерживаться следующей технологии:

1. внимательно изучить основные вопросы из раздела «Вопросы для самоконтроля», имеющегося в учебном пособии для выполнения практических работ;
2. найти и проработать соответствующие вопросы в рекомендованных на практических занятиях и лекциях нормативных документах, учебниках, учебных пособиях и дополнительной литературе;
3. продумать свое понимание ответов на «Вопросы для самоконтроля»;
4. если Вы встретили трудный для Вас вопрос, или Вы не знаете, как на него ответить, то обязательно обратитесь за помощью к преподавателю на консультации.
5. на зачетном занятии не спешите с ответом – Вам дается достаточное время для подготовки – воспользуйтесь этой возможностью;

6. если Ваш вопрос затрагивает тематику практических занятий, то Вы можете воспользоваться наглядными пособиями и материалами, представленными в лаборатории и на стенде в аудитории;
7. для более связанного и развернутого ответа рекомендуется его изложить письменно, и не спеша, отредактировать текст.

### **Методические рекомендации по подготовке к тестированию**

Тестирование знаний студентов является альтернативой устному опросу и применяется в особых случаях, связанных с проблемами посещения занятий студентами. При этом все контроли в тестовой форме выполняются **в обязательном порядке при личном присутствии студента.**

Тесты – это вопросы или задания, предусматривающие конкретный, краткий, четкий ответ на имеющиеся эталоны ответов.

#### **При самостоятельной подготовке к тестированию студенту необходимо:**

а) готовясь к тестированию, проработать информационный материал по дисциплине, подробно представленный в учебных пособиях для практических занятий по дисциплине, специально ориентированный для студентов НГУ им. П.Ф. Лесгафта, и представленный в полном объеме в фондах библиотеки ВУЗА.

При необходимости можно проконсультироваться с преподавателем по вопросу выбора учебной литературы;

б) четко выясните все условия тестирования у преподавателя заранее. Вы должны знать, сколько тестов Вам будет предложено, сколько времени отводится на тестирование, какова система оценки результатов и т.д.

в) приступая к работе с тестами, внимательно и до конца прочтите вопрос и предлагаемые варианты ответов. Выберите правильные (их может быть несколько). На отдельном листке ответов выпишите цифру вопроса и буквы, соответствующие правильным ответам;

г) в процессе решения желательно применять несколько подходов в решении задания. Это позволяет максимально гибко оперировать методами решения, находя каждый раз оптимальный вариант.

д) если Вы встретили трудный для Вас вопрос, не тратьте много времени на него. Переходите к другим тестам. Вернитесь к трудному вопросу в конце.

е) обязательно оставьте время для проверки ответов, чтобы избежать механических ошибок.

### **Методические указания по написанию контрольной работы (для студентов заочной формы обучения)**

**Контрольная работа** включает расчетно-графическое задания «Оценка личного физического состояния», которые полностью может быть выполнено вне лабораторий университета, т.е. заочно.

В задании «Оценка личного физического состояния» контролируется умение студента устанавливать взаимосвязь между полученными фактическими и должными значениями различных показателей и тестов и способность давать педагогическую интерпретацию результатам исследования.

Все методические материалы и рекомендации для выполнения контрольной работы подробным способом представлены в учебном пособии, имеющемся в достаточном количестве в библиотечном фонде ВУЗА, а также в электронном виде на сайте университета.