

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДАГЕСТАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМ. Р. ГАМЗАТОВА»**



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ОПЦ.10 ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И
СПОРТА**

Направление подготовки: 49.02.01 Физическая культура

Квалификация: педагог по физической культуре и спорту

Срок обучения по ОП: 3г 10м (очное обучение), 4г 4м (заочное обучение)

Форма обучения: очная, заочная

Образовательный стандарт (ФГОС) №968 от 11.11.2022

Махачкала 2024

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОПЦ.10 «Гигиенические основы физической культуры и спорта»

1.1. Область применения программы:

Программа учебной дисциплины является обязательной частью общепрофессионального цикла основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

ОПЦ.10 Гигиенические основы физической культуры и спорта входит в общепрофессиональный цикл дисциплин.

1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

Код ПК, ОК, ЛР	Умения	Знания
ОК 07, ОК 09, ПК 3.3, ПК 4.3.	Уметь: соблюдать нормы экологической безопасности; определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по специальности осуществлять работу с соблюдением принципов бережливого производства; использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья; понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы; участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы; строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности; кратко обосновывать и объяснять свои действия (текущие и планируемые); осуществлять контроль, оценивать и анализировать процесс и результаты педагогической деятельности и обучения по предмету;	Знать: правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности; основные ресурсы, задействованные в профессиональной деятельности; пути обеспечения ресурсосбережения; роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни;

Общие компетенции:

ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;

ОК 09. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках

Профессиональные компетенции:

ПК 3.3. Осуществлять контроль, оценивать и анализировать процесс и результаты педагогической деятельности и обучения по предмету "Физическая культура.

ПК 4.3. Осуществлять контроль за двигательной активностью, физическим состоянием и воздействием нагрузок на занимающихся в процессе проведения занятий.

Личностные результаты освоения дисциплины:

1. Личностные результаты реализации программы воспитания

ЛР 1. Осознающий себя гражданином и защитником великой страны.

ЛР 2. Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости, экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций

ЛР 3. Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих

ЛР 4. Проявляющий и демонстрирующий уважение к людям труда, осознающий ценность собственного труда. Стремящийся к формированию в сетевой среде личностно и профессионального конструктивного «цифрового следа»

ЛР 5. Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России.

ЛР 6. Проявляющий уважение к людям старшего поколения и готовность к участию в социальной поддержке и волонтерских движениях.

ЛР 7. Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.

ЛР 8. Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп. Сопричастный к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства/

ЛР 9. Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях

ЛР 10. Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой

ЛР 11. Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры

ЛР 12. Принимающий семейные ценности, готовый к созданию семьи и воспитанию детей; демонстрирующий неприятие насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания

**2. Личностные результаты реализации программы воспитания,
определенные отраслевыми требованиями к деловым качествам личности**

ЛР 13. Соблюдающий в своей профессиональной деятельности этические принципы: честности, независимости, профессионального скептицизма, противодействия коррупции и экстремизму, обладающий системным мышлением и умением принимать решение в условиях риска и неопределенности

ЛР 14. Готовый соответствовать ожиданиям работодателей: проектно-мыслящий, эффективно взаимодействующий с членами команды и сотрудничающий с другими людьми, осознанно выполняющий профессиональные требования, ответственный, пунктуальный, дисциплинированный, трудолюбивый, критически мыслящий, нацеленный на достижение поставленных целей; демонстрирующий профессиональную жизнестойкость.

ЛР 15. Открытый к текущим и перспективным изменениям в мире труда и профессий.

3. Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные субъектом Российской Федерации

ЛР 16. Сохраняющий национально-культурную идентичность в условиях поликультурного образовательного процесса

4. Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные ключевыми работодателями

ЛР 17. Демонстрирующий скрупулезность, педантичность в процессе выполнении работ в рамках профессиональной деятельности.

ЛР 18. Работающий в коллективе и команде, эффективно взаимодействующий с коллегами, руководством, клиентами

ЛР 19. Признающий ценность каждого человека и его право на реализацию своих способностей, на достойные условия жизни и благосостояние, свободный выбор жизненной позиции

ЛР 20. Демонстрирующий уважение и доброжелательное отношение ко всем людям и уважающий убеждения своих клиентов, их ценности, культуру, цели, нужды, предпочтения, взаимоотношения и связи с другими людьми

5. Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные субъектами образовательного процесса

ЛР 21. Мотивация к самообразованию и развитию

ЛР 22. Имеющий потребность в создании положительного имиджа колледжа.

1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 40 часа, в том числе:

-обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 36 часа;

-самостоятельной работы обучающегося 4 час.

Промежуточная аттестация в 5 семестре – дифф. Зачет.

ЗФО - учебная нагрузка 6, в 5 семестре дифф.зачет.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов	Объем часов, ЗФО
Максимальная учебная нагрузка (всего)	40	40
Обязательная учебная нагрузка во взаимодействии с преподавателем	36	6
в том числе: по практические подготовки		
Теоретические занятия	20	4
практические занятия	16	2
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	4	34

Промежуточная аттестация в том числе: Дифф. зачет		
--	--	--

Тематический план и содержание учебной дисциплины ОПЦ.10 «Гигиенические основы физической культуры и спорта»

2.2.

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа студентов	Объем часов	Код компетенции
1	2	3	4
Раздел 1. Гигиена окружающей среды и спортивных сооружений			
Тема 1.1. Гигиена окружающей среды	Содержание учебного материала 1.Эколого-гигиенические свойства воздуха. Физические свойства воздуха. Учет метеорологических факторов при занятиях физической культурой и спортом. Химическое, пылевое и микробное загрязнение воздуха. 2.Эколого-гигиенические свойства гидросферы Значение воды. Источники водоснабжения. Гигиеническая характеристика источников водоснабжения. Системы водоснабжения. Способы улучшения качества питьевой воды. 3.Эколого-гигиенические свойства почвы. Почва и почвенные отходы. Почвенные инфекции. Самоочищение почвы. Гигиеническое обоснование выбора почв для спортивных сооружений.	6 4	ОК 07, ОК 09, ПК 3.3;
Тема 1.2. Гигиена спортивных сооружений	Содержание учебного материала 1.Общие гигиенические требования к спортивным сооружениям и оборудованию мест учебных занятий Спортивные сооружения, их виды. Основные и вспомогательные помещения. Выбор участка. Общие гигиенические требования к спортивным сооружениям. Гигиенические значения вентиляции и отоплению спортивных сооружений. Санитарно-гигиенические требования к плавательному бассейну закрытого типа. 2.Освещение и цветовое оформление спортивных объектов Гигиеническая оценка освещения спортивных объектов. Естественное и искусственное освещение. Цветовое оформление спортивных сооружений. 3.Гигиенические требования к зданию и помещениям школы Виды спортивных сооружений школ. Требования к воздушно-тепловому режиму спортивных сооружений школ. Требования к естественному и искусственному	10 6	

	освещению спортивных сооружений школ.		
	Практическое занятие 1. Расчет нормативных размеров площади спортивных залов и бассейнов. Практическое занятие 2. Расчет размеров вспомогательных помещений спортивного зала	4	
	Самостоятельная работа	2	
Раздел 2. Закаливание и личная гигиена			
Тема 2.1. Принципы средства закаливания	Содержание учебного материала	6	ОК 07, ОК 09, ПК 3.3;
	1. Гигиенические основы закаливания. Закаливание. Общие правила закаливания. Физиологические принципы закаливания. Физическая и химическая терморегуляция. 2. Закаливание воздухом, водой, солнцем. Разнообразие средств закаливания. Воздушные и солнечные ванны. Обтирание, обливание, купание, душ.	2	
	Практическое занятие 3. Разработка плана комплексного проведения закаливающих процедур.	2	
Тема 2.2. Основы личной гигиены	Содержание учебного материала	14	
	1. Основы личной гигиены при занятиях физическими упражнениями, спортом. Понятие о личной гигиене. Гигиена лиц, занимающихся физической культурой и спортом. Режим труда и отдыха, гигиена сна. Требования к современной спортивной одежде и обуви. Основные гигиенические свойства спортивной одежды и обуви. 2. Физиолого-гигиенические и социальные аспекты курения, нарко- и токсикомании. Общая характеристика вредных привычек. Курение алкоголизм, наркомания, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек	2	
	Практическое занятие 4. Составление плана мероприятий по профилактике вредных привычек	2	
	Самостоятельная работа	2	
Раздел 3. Гигиенические основы при занятиях физической культурой			
Тема 3.1. Гигиена детей и подростков	Содержание учебного материала	4	ОК 07, ОК 09, ПК 3.3;
	1. Основы гигиены детей и подростков. Понятие медицинской группы. Гигиена детей и подростков, как отрасль гигиенической науки. Факторы,	2	

	формирующие здоровье. Группы здоровья детей и подростков 2. Гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза. Возрастные периоды. Факторы риска для здоровья для различных возрастных периодов. Меры сохранения здоровья для различных возрастных периодов. Меры укрепления здоровья для различных возрастных периодов		
	Практическое занятие 5. Оценка физического развития	2	
Тема 3.2.	Содержание учебного материала	10	
Гигиеническая характеристика основных форм занятий физической культурой и спортом детей, подростков и молодежи	1. Гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу. Формы занятия физической культурой детей, подростков и молодежи. Требования к занятиям физической культурой и спортом. Особенности учебно-воспитательного процесса при занятиях физической культурой. Правила обеспечения безопасности. Требования к различным группам здоровья детей и подростков	2	
	Практическое занятие 6. Группы здоровья	2	
Раздел 4. Гигиенические основы спортивной тренировки и питания			
Тема 4.1.	Содержание учебного материала	8	ОК 07, ОК 09, ПК 3.3;
Гигиенические основы учебно-тренировочного процесса	1. Условия учебно-тренировочного процесса взрослого и юного спортсмена. Особенности учебно-тренировочного процесса и режим. Гигиенические требования к подготовке женщин-спортсменок. Учебно-тренировочный процесс юных спортсменов. Понятие о гигиене питания. 2. Система обеспечения безопасности и профилактики травматизма на физкультурно-спортивных занятиях и спортивных соревнованиях. Инструкции по технике безопасности. Обязанности деятельности педагога по профилактике травматизма. Обязанности медицинского персонала организации. Меры профилактики травматизма на спортивных соревнованиях	2	
	Практическое занятие 7. Составление плана восстановительных мероприятий для спортсменов. Практическое занятие 8. Составление дневника «Самоконтроля». Практическое занятие 9. Составление меню спортсмена	4	
Дифф. зачет			
Всего:		40	

2.3. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОПЦ.08 Математические методы решения

профессиональных задач для ЗФО

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа студентов	Объем часов	Код компетенции
1	2	3	4
Раздел 1. Гигиена окружающей среды и спортивных сооружений			ОК.07 ОК.09 ПК 3.3
Тема 1.1. Гигиена окружающей среды	Содержание учебного материала	2	
	1.Эколого-гигиенические свойства воздуха. Физические свойства воздуха. Учет метеорологических факторов при занятиях физической культурой и спортом. Химическое, пылевое и микробное загрязнение воздуха. 2.Эколого-гигиенические свойства гидросферы. Значение воды. Источники водоснабжения. Гигиеническая характеристика источников водоснабжения. Системы водоснабжения. Способы улучшения качества питьевой воды. 3.Эколого-гигиенические свойства почвы. Почва и почвенные отходы. Почвенные инфекции. Самоочищение почвы. Гигиеническое обоснование выбора почв для спортивных сооружений.	2	
	Раздел 2. Закаливание и личная гигиена		
Тема 2.1 Величины и их измерения.	Содержание учебного материала	2	ОК.07 ОК.09 ПК 3.3
	1. Гигиенические основы закаливания. Закаливание. Общие правила закаливания. Физиологические принципы закаливания. Физическая и химическая терморегуляция. 2. Закаливание воздухом, водой, солнцем. Разнообразие средств закаливания. Воздушные и солнечные ванны. Обтирание, обливание, купание, душ.	2	
	Практическое занятие 1 Разработка плана комплексного проведения закаливающих процедур.	2	
Всего во взаимодействии с преподавателем		6ч	
Самостоятельная работа		34	
Промежуточная аттестация			Дифф.зачет

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета биологии.

Оборудование учебного кабинета:

- ~ посадочные места студентов;
- ~ рабочее место преподавателя;
- ~ рабочая меловая доска;
- ~ наглядные пособия (учебники, опорные конспекты-плакаты, плакаты, справочный материал).

- ~ комплект учебно-методических пособий по биологии;
- ~ практическое оборудование (микроскоп и микропрепараты, модель ДНК)

Технические средства обучения:

- Компьютер
- Проектор

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

3.2.1. Основные печатные издания

1. Гигиена и экология человека : учебник / М.В. Ашина, Т.В. Бадеева, Елена Сергеевна. Богомолова [и др.] ; под ред. Н.А. Матвеевой. — Москва: КноРус, 2022. — 332 с.
2. Карелин, А. О. Гигиена : учебник для среднего профессионального образования / А. О. Карелин, Г. А. Александрова. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 472 с.
3. Козлов, А. И. Гигиена и экология человека. Питание : учебное пособие для среднего профессионального образования / А. И. Козлов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 187 с.
4. Пивоваров, Ю.П. Гигиена и основы экологии человека: учебник для СПО /Ю.П. Пивоваров, В.В. Королик, Л.Г. Подукова.- 7-е изд., стер.- М.: «Академия», 2019.- 400с.
5. Трифонова, Т. А. Гигиена и экология человека : учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. А. Трифонова, Н. В. Мищенко, Н. В. Орешникова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 206 с.

3.2.2. Основные электронные издания

1. Гигиена и экология человека : учебник / М.В. Ашина, Т.В. Бадеева, Елена Сергеевна. Богомолова [и др.] ; под ред. Н.А. Матвеевой. — Москва : КноРус, 2022. — 332 с. — ISBN 978-5-406-09607-9. — URL:<https://book.ru/book/943218> (дата обращения: 24.02.2022). — Текст : электронный.
2. Карелин, А. О. Гигиена: учебник для среднего профессионального образования / А. О. Карелин, Г. А. Александрова. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 472 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-14973-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/486224>
3. Козлов, А. И. Гигиена и экология человека. Питание : учебное пособие для среднего профессионального образования / А. И. Козлов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 187 с. — (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-12965-6. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/487538>
4. Трифонова, Т. А. Гигиена и экология человека: учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. А. Трифонова, Н. В. Мищенко, Н. В. Орешникова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 206

с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-06430-8. — Текст : электронный

3.2.3. Дополнительные источники

1. Богомолова, М. М. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности : учебно-методическое пособие / М. М. Богомолова. — Волгоград : ВГАФК, 2020. — 126 с. — Текст : электронный
2. Гигиена физической культуры и спорта: учебник / под редакцией В.А. Маргазина, О.Н.Семеновой, Е.Е. Ачкасова. — 2-е изд., доп. — СПб.: СпецЛит, 2013. — 255 с.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляются преподавателем в процессе экспертного наблюдения за ходом выполнения практической работы; мониторинга роста уровня самостоятельности и навыков получения нового знания каждым обучающимся; оценки ответов в устной/письменной форме; дифференцированного зачёта.

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:		
1. Знать правила экологической безопасности при организации и осуществлении профессиональной деятельности; 2. Знать основные ресурсы, задействованные в профессиональной деятельности; 3. Знать нормативную документацию; 4. Знать гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза; 5. Знать понятие медицинской группы; 6. Знать вспомогательные гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности; 7. Знать основы профилактики предотвращения травматизма; 8. Знать основы гигиены питания детей, подростков и молодежи; 9. Знать гигиенические требования к спортивным сооружениям и оборудованию мест учебных занятий; 10. Знать гигиеническую характеристику основных форм занятий физической	1. Знает и объясняет правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности; 2. Знает характеристику основных ресурсов, задействованных в профессиональной деятельности; 3. Знает характеристику нормативной документации, регламентирующей гигиенические требования к профессиональной деятельности; 4. Знает и объясняет гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза; -описание возрастной периодизации, особенностей детей и подростков - определение особенностей двигательной активности человека, особенности её нормирования и поддержание оптимального уровня у различных возрастных групп населения; 5. Знает определение понятия «медицинская группа»; 6. Знает средства восстановления работоспособности; Знает характеристику гигиенических средств восстановления и	Экспертное наблюдение за ходом выполнения практической работы; мониторинг роста уровня самостоятельности и навыков получения нового знания каждым обучающимся; оценка ответов в устной/письменной форме; дифференцированный зачёт

культурой детей, подростков и молодежи; 11. Знать основы личной гигиены при занятиях физическими упражнениями, спортом; 12. Знать гигиенические основы закаливания; 13. Знать физиолого-гигиенические и социальные аспекты курения, нарко- и токсикомании.	повышения работоспособности; 7. Знает перечисление способов предотвращения травматизма; 8. Знает определение гигиенических требования к питанию и пище для различных возрастных групп, занимающихся: энергетическая ценность, энерготраты; Знает определение особенностей питания в зависимости от вида спорта и климатических условий, особенностей питания спортсменов разной специализации на отдельных этапах тренировки; 9. Перечисляет гигиенические требования к спортивным сооружениям: спортивным залам, открытым водоемам, искусственным бассейнам, стадионам и спортивным комплексам и др.; 10. Знает характеристику основных форм и особенностей занятий физической культурой детей, подростков и молодежи; 11. Знает определение особенностей личной гигиены при занятиях физическими упражнениями, спортом; 12. Знает описание гигиенических основ закаливания; 13. Знает характеристика физиолого-гигиенических и социальных аспектов курения, нарко- и токсикомании.	
Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:		
1. Уметь использовать нормативную документацию в профессиональной деятельности; 2. Уметь использовать знания гигиены в профессиональной	1. Умеет использовать нормативные документы при решении задач профессиональной деятельности;	1. Экспертное наблюдение за ходом выполнения практической работы; 2. мониторинг роста уровня

деятельности, в том числе в процессе гигиенического просвещения обучающихся/занимающихся, педагогов, родителей (лиц, их заменяющих);	2. Умеет использовать знания гигиены при решении задач профессиональной деятельности, в том числе в процессе гигиенического просвещения обучающихся/занимающихся, педагогов, родителей (лиц, их заменяющих);	самостоятельности и навыков получения нового знания каждым обучающимся; оценка ответов в устной/письменной форме; дифференцированный зачёт
--	--	--